

CAPÍTULO 1

Salud Mental en Estudiantes Universitarios de Primer Semestre: Un Análisis Cuantitativo de Cohortes Postpandemia en la Universidad Nacional de Colombia, Sede Palmira

*Mental Health in First-Semester University Students: A Quantitative
Analysis of Post-Pandemic Cohorts at the National University of
Colombia, Palmira Campus*

Marco Alexis Salcedo Serna

Universidad Nacional de Colombia
Palmira, Colombia

✉ masalcedos@unal.edu.co

© <https://orcid.org/0000-0003-0444-703X>

Miguel Ángel Posso Cobo

Universidad del Valle. Cali, Colombia

✉ miguel.posso@correounivalle.edu.co

© <https://orcid.org/0009-0005-9956-6606>

Mariana López Granada

Universidad del Valle. Cali, Colombia

✉ lopezmariana837@gmail.com

© <https://orcid.org/0009-0000-4858-0372>

Resumen

Este estudio realiza un análisis cuantitativo de algunas de las variables evaluadas en el Perfil Integral Individual de Ingreso de Bienestar

Cita este capítulo / Cite this chapter

Salcedo Serna, M. A.; López Granada, M. y Posso Cobo, M. A. (2025). Salud mental en estudiantes universitarios de primer semestre: un análisis cuantitativo de cohortes postpandemia en la Universidad Nacional de Colombia, Sede Palmira. En: Salcedo Serna, M. A. y Roncancio-Moreno, M. (eds. científicos). *La Salud Mental en Contextos de Educación Superior. Modelos de Atención, Diagnósticos y Reflexiones sobre Problemáticas Psicosociales Postpandemia en las Universidades del Suroccidente de Colombia*. (pp. 27-77). Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali. <https://doi.org/10.35985/9786287770928.1>

Universitario UNAL, con el objetivo de obtener un panorama general de la salud mental de los estudiantes que ingresan a la Universidad Nacional de Colombia, Sede Palmira. La investigación se centró en estudiantes de primer semestre de los semestres 2021, 2022 y 2023, con una muestra de 1.067 participantes (491 hombres y 576 mujeres) de las dos facultades de la Sede. La mayoría de los participantes eran estudiantes de pregrado (1058), mientras que sólo 9 eran estudiantes de posgrado. Los resultados del análisis evidenciaron la presencia de afecciones emocionales y problemáticas psicosociales que requieren intervención focalizada y colectiva en salud mental. Los datos revelaron una convergencia preocupante de signos clínicos en las mujeres, quienes reportaron: menor consumo de alimentos, problemas digestivos recurrentes, fatiga, dolores de cabeza y espalda, consumo alto de energizantes, estados emocionales de tristeza, mayor tendencia a la angustia/ansiedad e irritabilidad y mayor prevalencia de ideación suicida. Además, la cohorte 2023-2, compuesta principalmente por jóvenes de la Generación Z, presentó mayores indicadores de riesgo en problemáticas asociadas a la salud mental, como: mayor actividad sexual, fatiga, consumo de sustancias psicoactivas, tendencia diaria de consumo de energizantes, mayor frecuencia de fumado y estados emocionales de tristeza, irritabilidad y apatía. Estos resultados destacan la necesidad de implementar estrategias de intervención efectivas para abordar la salud mental de los estudiantes que ingresan a la Universidad Nacional de Colombia, Palmira.

Palabras Clave: Salud mental, Educación, Estrés psicológico, Bienestar Psicológico, Efectos psicológicos.

Abstract

This study presents a quantitative analysis of several variables assessed in the Individual Comprehensive Entry Profile of the UNAL University Well-Being Program, with the aim of providing an overview of the mental health status of students entering the National University of Colombia, Palmira Campus. The research focused on first-semester students from the 2021, 2022, and 2023 cohorts, with a sample of 1,067 participants (491 men

and 576 women) from the campus's two faculties. Most participants were undergraduate students (1,058), while only 9 were enrolled in graduate programs. The results revealed the presence of emotional conditions and psychosocial issues that require both targeted and collective mental health interventions. The data showed a concerning convergence of clinical indicators among women, who reported: reduced food intake, recurrent digestive problems, fatigue, headaches and back pain, high consumption of energy drinks, emotional states of sadness, greater tendencies toward distress/anxiety and irritability, and a higher prevalence of suicidal ideation. Additionally, the 2023-2 cohort—composed primarily of Generation Z students—exhibited higher risk indicators related to mental health, including: increased sexual activity, fatigue, psychoactive substance use, daily consumption of energy drinks, higher smoking frequency, and emotional states of sadness, irritability, and apathy. These findings underscore the need to implement effective intervention strategies to address the mental health challenges faced by incoming students at the National University of Colombia, Palmira Campus.

Keywords: Mental health, Education, Psychological stress, Psychological well being, Psychological effects.

Introducción

La pandemia de covid-19 ha tenido un impacto devastador en la salud mental de los estudiantes universitarios desde el año 2020, evidenciando la necesidad urgente de abordar este tema de manera integral y efectiva. Estudios recientes han demostrado que la pandemia de covid-19 y las medidas de confinamiento han exacerbado diversas problemáticas psicosociales, afectando negativamente el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes (Barrera-Herrera y San Martín, 2021; Pérez et al., 2023). Datos de la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2023a) revelan que un alarmante 25% de los estudiantes universitarios en América Latina experimentan síntomas de ansiedad o depresión, lo que representa un aumento del 20% respecto a 2020.

A nivel global, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021; 2024) alerta que el suicidio se ha convertido en la cuarta causa de muerte entre jóvenes de 15 a 29 años. En Colombia, el estudio de salud mental en Bogotá (Alcaldía de Bogotá, 2023) reporta que el 29.15 % de los adolescentes se han podido recuperar “poco, muy poco o nada” de las afectaciones que les dejó la pandemia en su salud mental, así como el 26.7 % de los jóvenes y el 39.06 % de los adultos.

Los resultados de la Encuesta de Pulso Social (DANE, 2021) presentan que la población de 10 a 24 años es quien más se ha visto afectada durante la epidemia por haber sentido “preocupación o nerviosismo” presentándose el 41,2% de esta población, mientras que el porcentaje de la población con estos sentimientos en las edades entre 25 a 54 años fue de 39,2%. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reportado un aumento significativo en los trastornos de ansiedad y depresión entre los jóvenes durante la pandemia (OMS, 2022). Además, el incremento de la violencia intrafamiliar durante el confinamiento ha aumentado los riesgos para la ideación e intento suicida (Gallo-Barrera, Perdomo-Rojas y Caballero-Domínguez, 2022).

Adicionalmente, la literatura existente sobre la salud mental en entornos universitarios sugiere que la adaptación al entorno universitario es un factor crítico en las afecciones y problemáticas que presentan los jóvenes estudiantes, especialmente en el contexto postpandemia (Duche et al., 2020; Gómez et al., 2020; Atencio-Osorio et al., 2022). La transición a la universidad ya es un período crítico de cambio y ajuste, y la pandemia ha agregado una capa adicional de complejidad a este proceso (López-Aguilar et al., 2022). Otras investigaciones sugieren que los estudiantes universitarios son particularmente vulnerables a los efectos negativos de la pandemia debido a su edad y etapa de desarrollo (Hatch et al., 2020).

La carga de trabajo académico, las relaciones con los profesores, la calidad de la universidad y el ambiente grupal también influyen significativamente en la salud mental de los estudiantes (Fennie et al., 2020). Además, variables psicosociales como la edad, el ingreso temprano al contexto universitario, las heridas emocionales no

elaboradas y las dinámicas socioculturales en los territorios de procedencia juegan un papel importante en la salud mental de los estudiantes (Álvarez-Pérez y López-Aguilar, 2019; Perales et al., 2019). Estos datos evidencian un preocupante aumento en la demanda de servicios de salud mental entre la población estudiantil universitaria de adultos jóvenes entre 2020 y 2021. Estas estadísticas subrayan la importancia crítica de evaluar y abordar la salud mental de los jóvenes universitarios, así como de desarrollar estrategias efectivas de atención en salud pública para mitigar este problema creciente.

Se requiere realizar estudios que exploren el estado de salud mental de los jóvenes que ingresan a la universidad en el período postpandemia, con el propósito de identificar áreas de intervención prioritarias y desarrollar estrategias efectivas para apoyar su bienestar emocional y psicológico. Aunque existen estadísticas generales, se observa una brecha crítica en la comprensión detallada de la situación de salud mental de los estudiantes de primer ingreso en contextos universitarios específicos, lo que exige un análisis localizado para una intervención pertinente. La universidad, al ser un agente clave en la formación del capital humano, tiene la responsabilidad de asegurar que los problemas de salud mental no se conviertan en barreras para el éxito académico y profesional. La salud mental, en este contexto, es también una cuestión de equidad y justicia social, ya que las afecciones no identificadas o no tratadas pueden limitar el acceso, permanencia y éxito de los estudiantes, exacerbando desigualdades preexistentes.

En este contexto, se ha llevado a cabo un análisis cuantitativo del estado de salud mental de los jóvenes que ingresan a la Universidad Nacional de Colombia, sede Palmira, utilizando los datos de la encuesta del Perfil Integral Individual al Ingreso de Bienestar Universitario UNAL. Se apela al análisis estadístico como estrategia de acercamiento a las problemáticas de salud mental de los estudiantes universitarios al constituirse esta en una herramienta muy útil para cuantificar la prevalencia de los síntomas, identificar patrones y correlaciones, y establecer la magnitud real del problema en esta población específica, trascendiendo las observaciones anecdóticas. Mediante este enfoque

metodológico se logró realizar una primera caracterización de los grupos de estudiantes más vulnerables y los factores sociodemográficos y psicosociales que actúan como posibles riesgos o protectores, informando así la formulación de intervenciones diferenciadas y personalizadas. Los resultados de este estudio se consideran fundamentales para las autoridades universitarias, municipales y demás entes involucrados, ya que proporcionarán una línea de base empírica esencial para el monitoreo continuo y la evaluación de la efectividad de futuros programas y estrategias de atención en salud pública orientadas a mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

Metodología

Este estudio empleó un enfoque cuantitativo para medir y describir objetivamente el estado de salud mental de los estudiantes que ingresan a su primer semestre en la Universidad Nacional de Colombia Sede Palmira. El objetivo principal fue examinar las variables que influyen en la salud mental de los estudiantes mediante análisis estadísticos descriptivos e inferenciales, utilizando el software SPSS. La población objeto de estudio estuvo compuesta por estudiantes que ingresaron a primer semestre en la Universidad Nacional de Colombia Sede Palmira en los semestres 2021, 2022 (1 y 2) y 2023 (1 y 2). Se analizaron un total de 1067 encuestas del Perfil Integral Individual al Ingreso, distribuidas en:

- 243 encuestas de 2021
- 252 encuestas de 2022-1
- 161 encuestas de 2022-2
- 154 encuestas de 2023-1
- 257 encuestas de 2023-2

La muestra estuvo compuesta por 491 hombres y 576 mujeres de las dos facultades de la Universidad, con una mayor proporción de estudiantes de pregrado (1058) y una menor proporción de estudiantes de posgrado (9). Los criterios de inclusión fueron:

estudiantes que ingresan a primer semestre en cualquiera de los programas a nivel de pregrado o posgrado en la Universidad Nacional de Colombia Sede Palmira y estudiantes que ingresaron en los periodos 2021, 2022 (1 y 2) y 2023 (1 y 2). Los criterios de exclusión fueron estudiantes de segundo u otro semestre o matrícula superior a la primera.

El Instrumento de medición fue la encuesta del Perfil Integral Individual al Ingreso, diseñada por la Universidad Nacional de Colombia, que se utiliza para caracterizar las condiciones educativas, geográficas, socioeconómicas, actitudinales, culturales y de salud de los estudiantes. Este instrumento permite calcular factores de riesgo que pueden afectar negativamente el desempeño académico y el desarrollo integral de los estudiantes.

La construcción, suministro y evaluación de la encuesta estuvo a cargo de las personas vinculadas al área de bienestar Universitario de la Universidad Nacional de Colombia. La utilización de la encuesta se realizó en el marco del trabajo articulado con los practicantes de Psicología de la Universidad del Valle Seccional Palmira durante su práctica profesional de docencia servicio.

Resultados

A continuación, se presentan los hallazgos de los análisis descriptivos, organizados por las macro categorías del perfil de riesgo identificadas: componentes nutricionales, conducta sexual, hábitos con potencial afectación en salud mental, problemáticas físicas con potencial de afectación en salud mental y estados emocionales con potencial de afectación en salud mental. Las variables presentadas fueron las que mostraron significancia estadística y en la exposición de los resultados se incluyen gráficos y/o tablas que ilustran las comparaciones por género, rangos de edad y semestre de ingreso (cohorte). Adicionalmente, se propone una hipótesis interpretativa derivada de los datos, con el objetivo de orientar el diseño y la implementación de programas de intervención por parte

de Bienestar Universitario. Estos elementos buscan ofrecer una comprensión de las necesidades de la población estudiantil para direccionar eficazmente el trabajo institucional.

Componentes Nutricionales

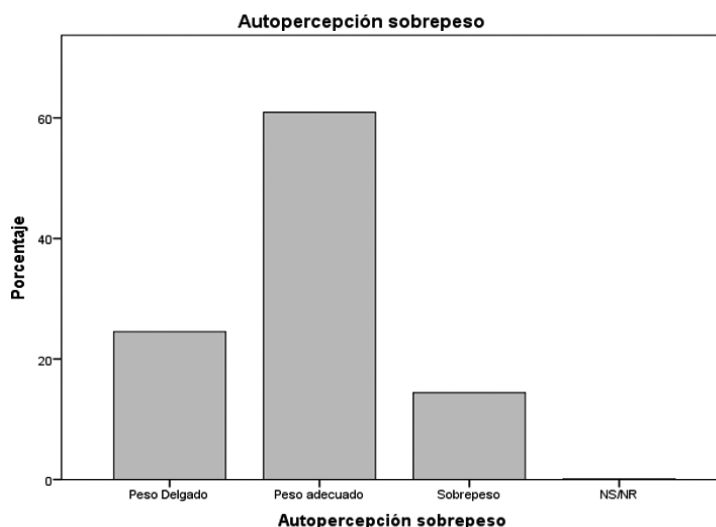
A continuación se agrupa en esta categoría las variables relacionadas con el aspecto nutricional de los estudiantes de primer ingreso que resultaron relevantes de acuerdo con el análisis estadístico realizado.

La Percepción Emocional del Peso Corporal

La autopercepción del peso corporal es un indicador fundamental de la satisfacción corporal. Se observa que el 61% de los estudiantes de nuevo ingreso percibe su peso como adecuado. Sin embargo, el 39% restante se autodefine como delgado o con sobrepeso, percepciones que a menudo se asocian con aspectos negativos de la apariencia física. No se identificaron diferencias estadísticamente significativas por género en esta autopercepción (Chi-cuadrado = 5.9, $p=0.11$).

Gráfico 1

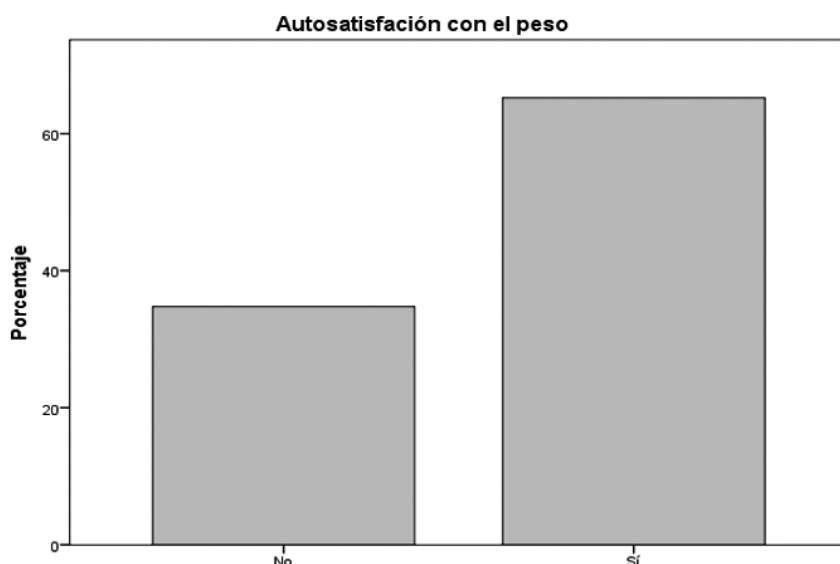
Porcentaje de Autopercepción sobre peso total muestra



Adicionalmente, el 34% de la población estudiantil manifiesta insatisfacción con su peso.

Gráfico 2

Porcentaje de Autosatisfacción sobre peso total muestra



Esta insatisfacción no exhibió diferencias estadísticas significativas con ninguna variable sociodemográfica ($p > 0.05$), pero sí una relación directa y altamente significativa con la autopercepción del peso ($p < 0.001$).

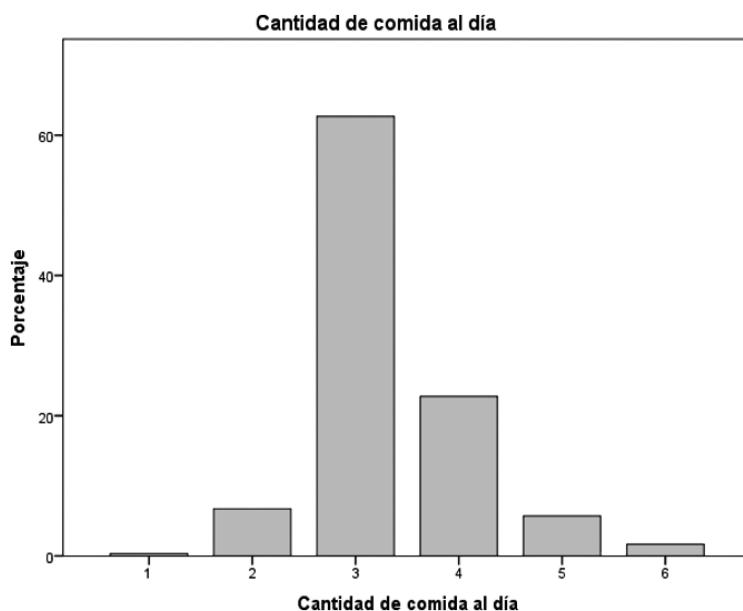
Hipótesis/Interpretación de los datos: La prevalencia de insatisfacción con el peso, aun sin una correlación sociodemográfica clara, sugiere la influencia de imaginarios estéticos internalizados que pueden trascender características demográficas. La fuerte asociación con la autopercepción del peso indica que aquellos que no se perciben en un peso “adecuado” son los más insatisfechos, lo cual podría ser un factor de riesgo para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA).

Hábitos de Alimentación de Toda Población en Cantidad de Comidas

Se determinó que el 7% de los estudiantes de nuevo ingreso consume 1 o 2 comidas al día. Esta frecuencia de ingesta podría conducir a un consumo calórico insuficiente en relación con los requerimientos energéticos, lo que hipotéticamente podría afectar su rendimiento académico.

Gráfico 3

Porcentaje de comidas diarias total muestra



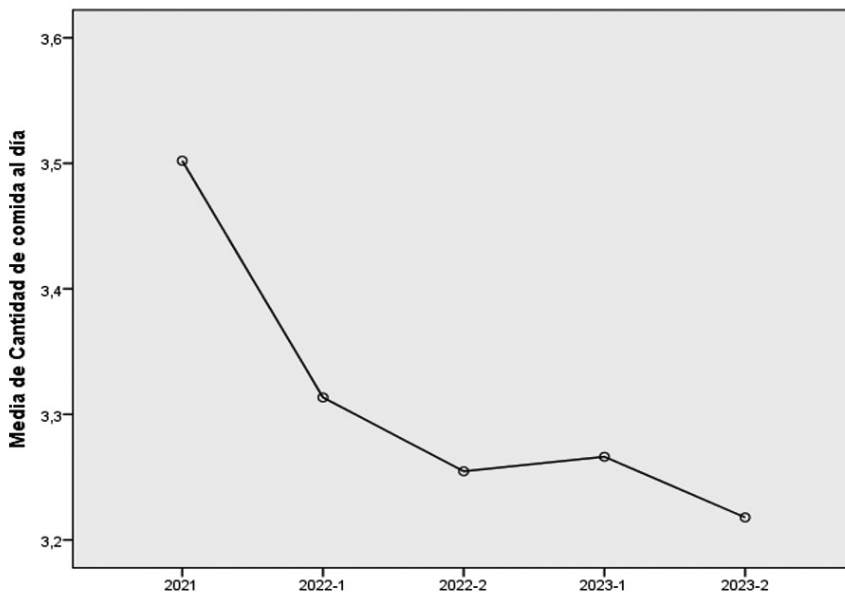
Hipótesis/Interpretación de los datos: Esta baja frecuencia de comidas podría estar asociada a limitaciones económicas, especialmente en el caso de estudiantes foráneos de bajos recursos, o a restricciones de tiempo derivadas de la combinación de estudios universitarios con responsabilidades laborales. Se podría plantear la hipótesis de que la disponibilidad de recursos y la gestión del tiempo son factores determinantes en la adecuación de los hábitos alimentarios.

Hábitos de Alimentación por Cohortes en Cantidad de Comidas

Hábitos alimentarios por cohorte y género (cantidad de comidas): Los estudiantes de la cohorte 2023-2 presentaron el menor número de comidas diarias promedio ($F=5.5$, $p<0.001$), indicando una vulnerabilidad particular en este grupo. No se encontró una relación estadísticamente significativa entre la cantidad de comidas y el género.

Gráfico 4

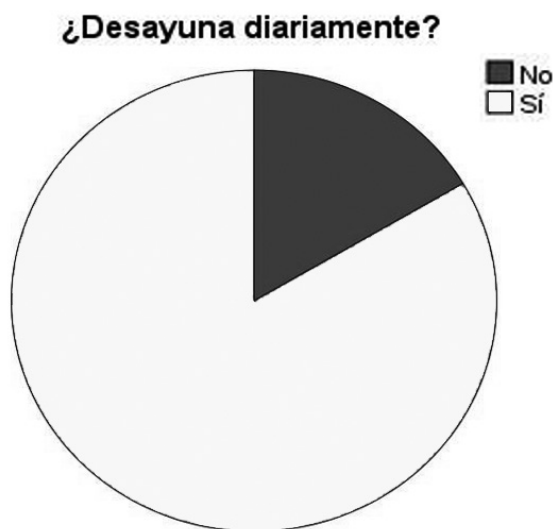
Media de Cantidad de comidas diarias por cohorte



Un análisis adicional revela que el 17% de los encuestados no desayuna diariamente. Este hábito se correlaciona positivamente con la autopercepción del peso, pero no con el sexo, la cohorte o los rangos de edad.

Gráfico 5

Porcentaje del total de la muestra desayuno diario



Hipótesis/Interpretación: La particularidad de la cohorte 2023-2 sugiere la posible influencia de cambios en el contexto de ingreso o en las condiciones socioeconómicas específicas de esa población. La correlación del no desayuno con la autopercepción del peso sugiere que, para una parte de los estudiantes, la restricción alimentaria matutina podría ser una estrategia inconsciente o consciente vinculada a la imagen corporal, más allá de las limitaciones de tiempo o recursos.

Percepción sobre hábitos de alimentación (cantidad de comida) por género

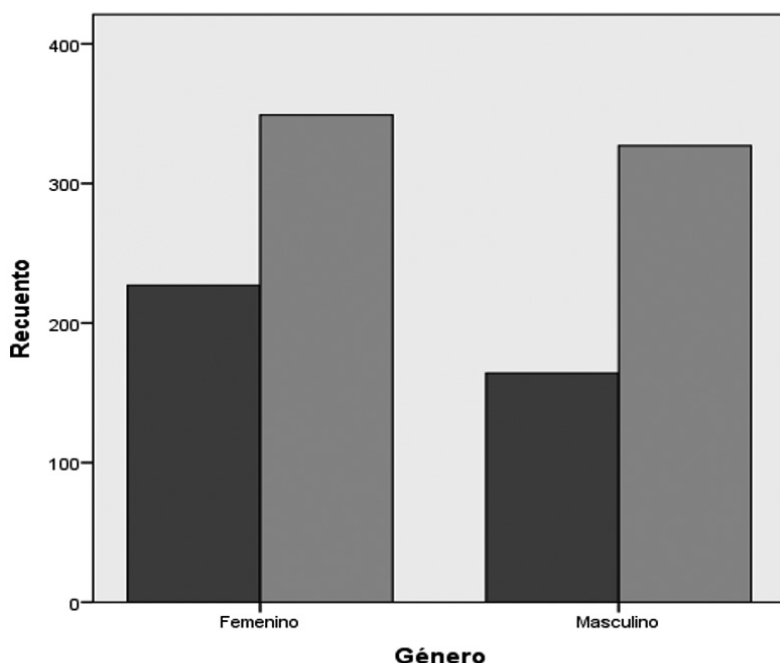
En una perspectiva general, el 64% de la población estudiantil reporta que tiene hábitos de alimentación adecuados, mientras que el 35% considera que no los tiene. Las razones detrás de esta percepción negativa de sus hábitos de alimentación diarios podrían ser multifactoriales, incluyendo factores económicos, estéticos o

de tiempo, lo que sugiere una problemática compleja con potencial afectación del rendimiento académico.

Se observó que las mujeres perciben que no consumen suficientes comidas, a diferencia de los hombres ($\text{Chi-cuadrado} = 4.1$, $p=0.04$), aunque esta diferencia no se correlaciona con la cohorte ni con el rango de edad.

Gráfico 6

Satisfacción de hábitos de comida por género (Gris más oscuro satisfecho)



Hipótesis/Interpretación: La diferencia en la percepción sobre la suficiencia de comidas por género podría indicar la afectación que propicia la presión social en las mujeres con respecto a la alimentación o al control de peso. Al parecer, las mujeres consideran que no comen lo que realmente quieren o necesitan. La combinación de factores económicos, estéticos y de tiempo como posibles impulsores de insatisfacción sobre sus hábitos alimentarios sugiere

la necesidad de intervenciones integrales que aborden no solo la educación nutricional sino también las barreras socioeconómicas y las percepciones sobre las necesidades corporales reales.

Sexualidad

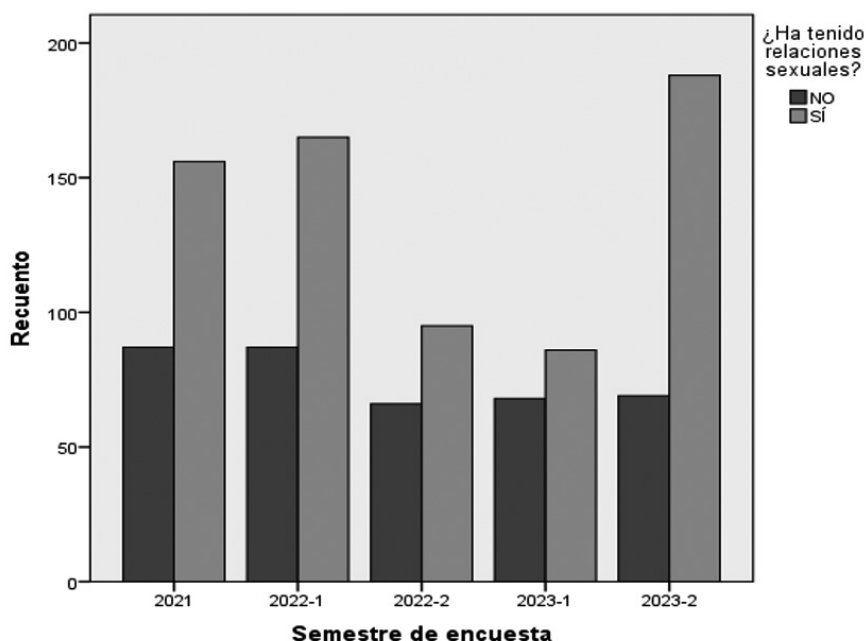
Esta sección presenta las variables de sexualidad (sexualidad activa por cohorte y edad, conducta de riesgo y uso de método anticonceptivo) que resultaron estadísticamente relevantes en el análisis de los estudiantes de primer ingreso

Sexualidad Activa por Cohortes

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas por cohorte (Chi-cuadrado = 15.6, $p=0.003$). Específicamente, la cohorte 2023-2 muestra una mayor tendencia a la actividad sexual, mientras que la cohorte 2023-1 exhibe una prevalencia comparativamente baja.

Gráfico 7

Frecuencia de Inicio de actividad sexual por cohorte



Hipótesis/Interpretación: Las diferencias significativas por cohorte podrían indicar variaciones generacionales en el inicio de la vida sexual activa, posiblemente influenciadas por cambios en las normas sociales, el acceso a información o las experiencias previas al ingreso universitario (e.g., el impacto de la pandemia en la socialización de cohortes específicas).

Sexualidad Activa por Rango de Edad

Se determinó que una tercera parte de los estudiantes de primer ingreso no ha tenido relaciones sexuales. La prevalencia de actividad sexual se incrementa a partir de los 18 años y se vuelve mayoritaria a partir de los 23 años.

Tabla 1

Sexualidad activa por rango de edad

¿Ha tenido relaciones sexuales en los últimos 6 meses?				
Edad	NO	SI	Total	% Sexualmente activo
15	2	0	2	0 %
16	38	14	52	26 %
17	183	117	300	39 %
18	129	127	256	50 %
19	63	81	144	56 %
20	33	60	93	64 %
21	27	53	80	66 %
22	9	34	43	79 %
23	7	31	38	86 %
24	5	17	22	77 %
25	1	8	9	89 %

Hipótesis/Interpretación: Los patrones de actividad sexual reflejan un desarrollo esperable de la sexualidad en la adultez emergente.

Conducta de Riesgo Sexual (Promiscuidad)

Con base en la conceptualización de promiscuidad de la OMS (citada por Pérez y Merino, 2016), que considera a una persona promiscua cuando tiene relaciones sexuales con dos parejas distintas en un período inferior a 6 meses, los resultados indican que las conductas de promiscuidad son poco reportadas en las edades más jóvenes,

Tabla 2
Conducta sexual promiscua por edad

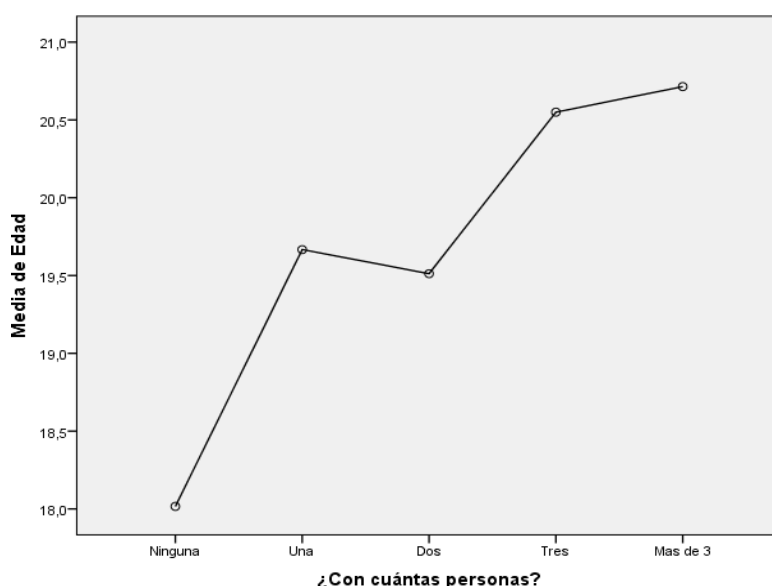
Edad	Ninguna	Una	Dos	Tres	Más de 3	Total	Porcentaje conducta sexual promiscua
15	2	0	0	0	0	2	0 %
16	35	14	3	0	0	52	6 %
17	167	98	24	5	6	300	12 %
18	116	97	29	9	5	256	18 %
19	53	61	17	6	7	144	21 %
20	23	41	15	9	5	93	31 %
21	16	45	11	5	3	80	24 %
22	6	22	13	1	1	43	35 %
23	4	21	10	1	2	38	34 %
24	3	15	0	1	3	22	18 %
25	1	6	2	0	0	9	22 %
26	2	2	1	1	0	6	33 %
27	2	2	2	0	1	7	43 %
29	0	1	0	0	0	1	0 %
30	0	3	0	0	0	3	0 %
31	0	1	0	0	1	2	50 %
32	0	2	0	0	0	2	0 %
34	0	0	0	1	0	1	100 %
35	0	1	0	0	0	1	0 %
39	0	0	0	0	1	1	100 %
47	0	0	0	1	0	1	100 %

Edad	Ninguna	Una	Dos	Tres	Más de 3	Total	Porcentaje conducta sexual promiscua
51	0	1	0	0	0	1	0 %
54	0	1	0	0	0	1	0 %
58	0	1	0	0	0	1	0 %
	430	435	127	40	35		
	40,3%	40,8 %	11,9 %	3,7 %	3,3%		

Aunque a partir de los 18 años se comienzan a manifestar conductas de promiscuidad, este se hace notoria después de los 20 años.

Gráfico 8

Distribución de número de parejas sexuales por edad (últimos 6 meses)



Hipótesis/Interpretación: Este patrón sugiere que la adopción de conductas sexuales de riesgo, como la promiscuidad, podría estar asociada a un mayor grado de autonomía, madurez o exposición a entornos sociales que favorecen tales prácticas en la adultez temprana. Se hipotetiza que los factores de riesgo para

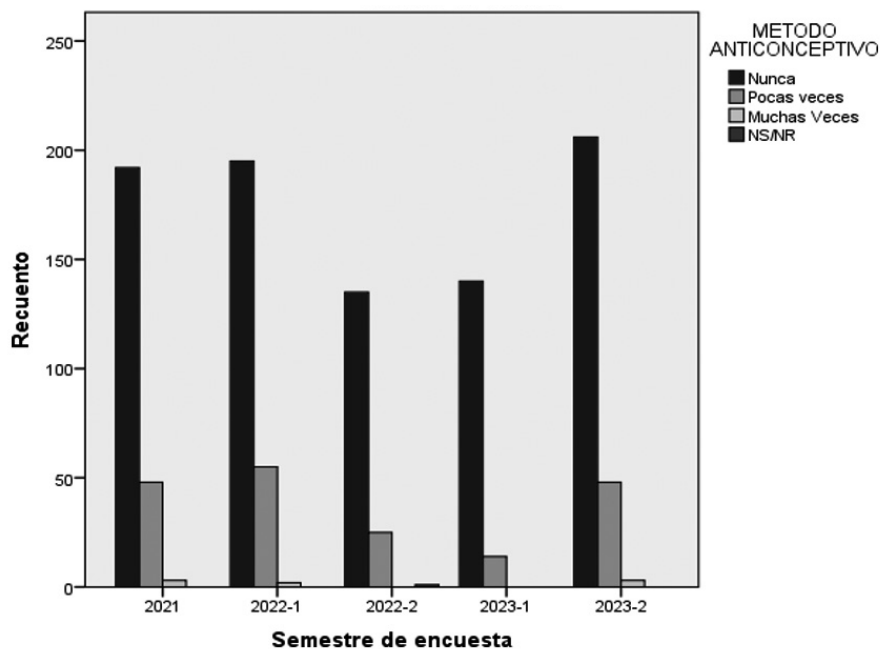
la promiscuidad se activan o consolidan en edades posteriores al ingreso universitario inmediato.

Reporte de Uso de Método de Barrera: Uso de Condón

Se identificó una significancia estadística por cohorte en el uso de condón (Chi-cuadrado = 21.8, $p=0.03$). La cohorte 2023-2 presenta una mayor habituación al uso de condón, mientras que la cohorte 2023-1 es la que menos utiliza este método de barrera.

Gráfico 9

Frecuencia de uso de método anticonceptivo por cohorte



Hipótesis/Interpretación: Las diferencias en el uso de condón entre cohortes podrían señalar la eficacia diferencial de campañas de educación sexual previas al ingreso universitario o variaciones en la percepción del riesgo entre generaciones específicas. Se hipotetiza que la cohorte 2023-2 pudo haber recibido mayor énfasis en educación sexual o tener una mayor conciencia sobre

la prevención de ITS/embarazos no deseados en sus entornos de origen, en comparación con la cohorte 2023-1.

Hábitos con Potencial de Afectación en Salud Mental

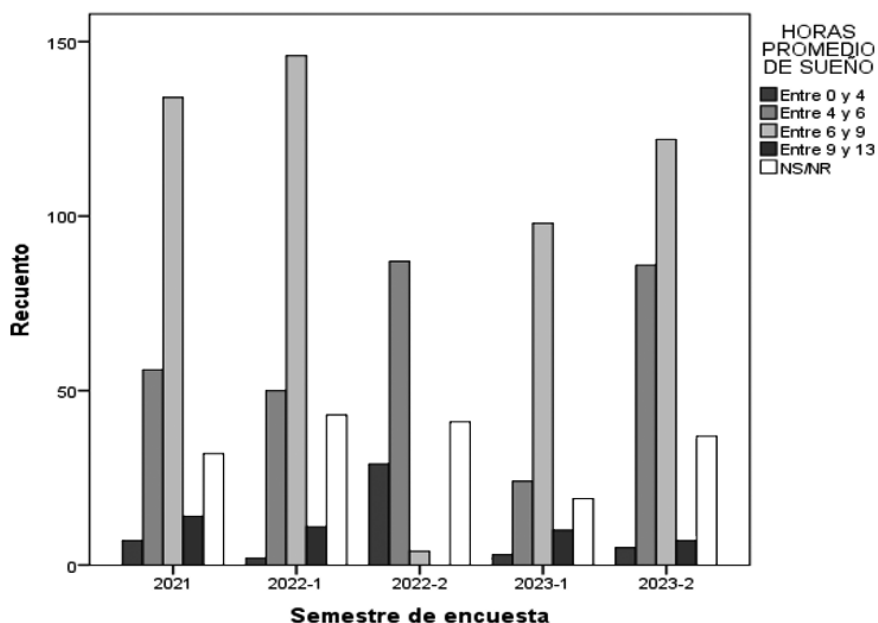
Esta sección presenta las variables relacionadas con hábitos que pueden afectar la salud mental (Horas de sueño, consumo de sustancias psicoactivas, consumo de energizantes, fumar) que resultaron estadísticamente relevantes en el análisis de los estudiantes de primer ingreso.

Horas de Sueño

Una tercera parte de los estudiantes de primer ingreso duerme menos de las horas recomendadas (entre 6 y 9 horas). No se encontraron diferencias significativas por género o programa, pero sí por cohorte (Chi-cuadrado = 205.6, $p < 0.001$).

Gráfico 10

Horas promedio de sueño por cohorte



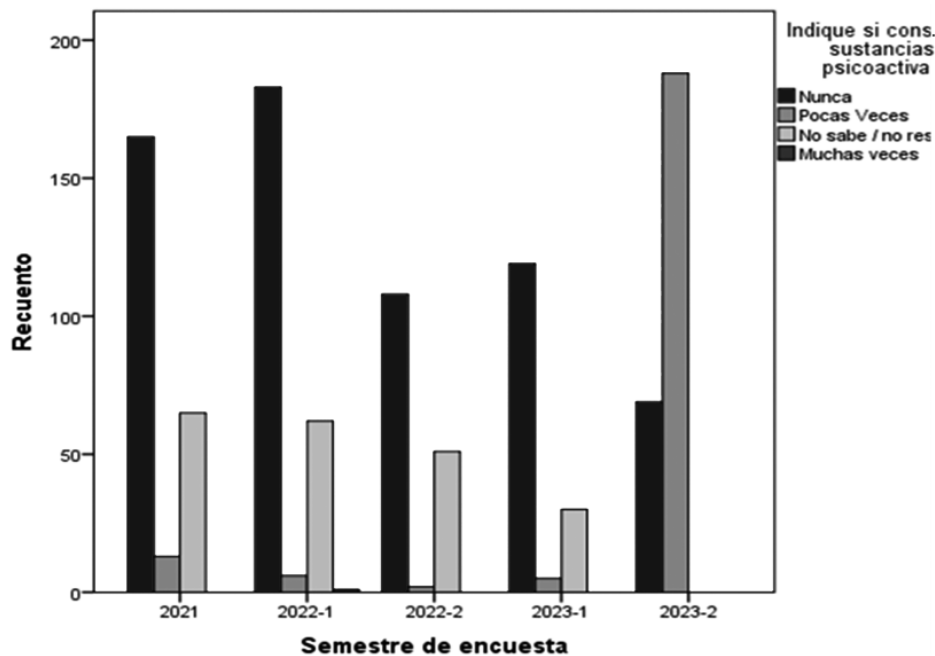
Hipótesis/Interpretación: La privación del sueño en una proporción considerable de estudiantes es un hallazgo preocupante, dado su impacto conocido en el rendimiento académico y la salud mental. Las diferencias significativas por cohorte podrían sugerir cambios en los patrones de sueño asociados a los contextos de ingreso a la adaptación a la vida universitaria para cada grupo generacional.

Consumo de Sustancias Psicoactivas por Cohorte

El consumo habitual de sustancias psicoactivas (SPA) es bajo entre los estudiantes de primer ingreso. No se identificaron datos significativos en cuanto al consumo constante o social de SPA. Sin embargo, una quinta parte de los encuestados reconoce haber consumido SPA en alguna ocasión.

Gráfico 11

Frecuencia de consumo de sustancias psicoactivas por cohorte



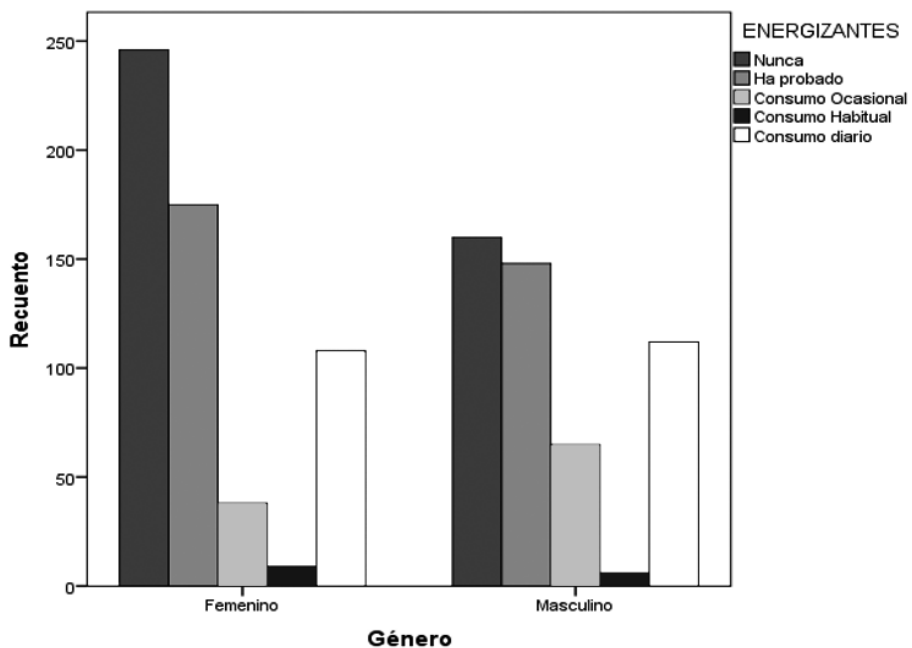
Hipótesis/Interpretación: El bajo consumo habitual es un dato positivo, pero el hecho de que una proporción significativa haya experimentado con SPA sugiere la necesidad de programas de prevención focalizados en la etapa de experimentación, especialmente al inicio de la vida universitaria, donde la exposición a nuevas situaciones sociales puede aumentar la vulnerabilidad.

Consumo de Energizantes

El consumo de energizantes alcanza el 33%. Este consumo es más elevado en mujeres (Chi-cuadrado = 21.5, $p < 0.001$).

Gráfico 12

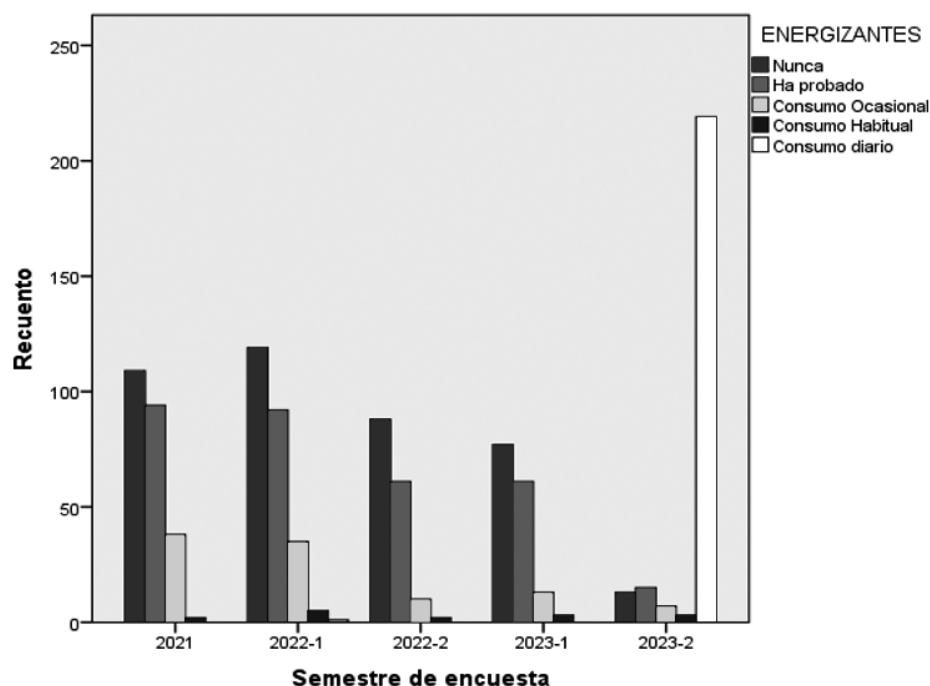
Frecuencia de consumo de energizantes por género



Se observan diferencias estadísticamente significativas por cohorte (Chi-cuadrado = 882.3, $p < 0.001$), siendo la cohorte 2023-2 la que presenta un mayor consumo en comparación con cohortes del primer semestre del año.

Gráfico 13

Frecuencia de consumo de energizantes por cohorte



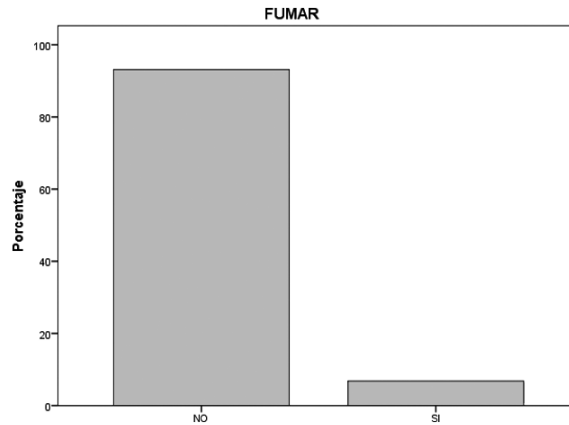
Hipótesis/Interpretación: El alto consumo de energizantes, particularmente en mujeres y en la cohorte 2023-2, podría ser un mecanismo de afrontamiento para compensar la falta de sueño, la alta carga académica o el cansancio. Se podría hipotetizar una correlación entre el consumo de energizantes y la privación del sueño o el estrés académico, especialmente en grupos específicos.

Hábito de Fumar

El hábito de fumar no está ampliamente extendido, con menos del 10% de los estudiantes de primer ingreso reportando ser fumadores.

Gráfico 14

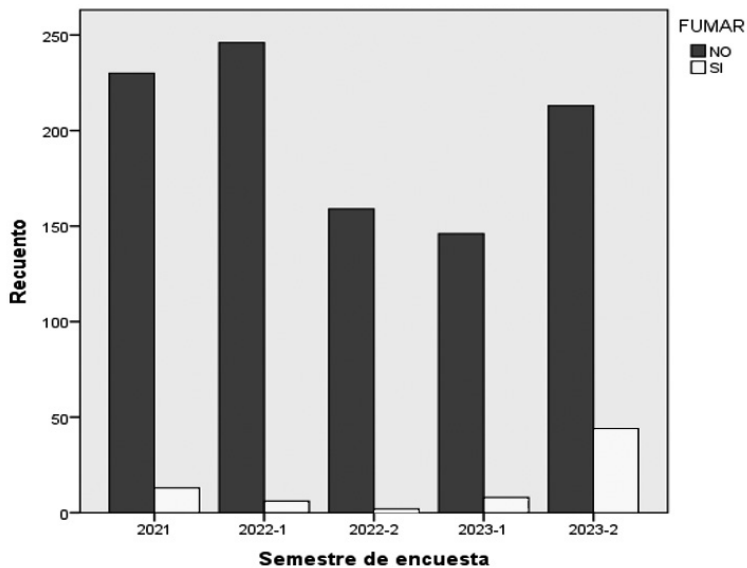
Prevalencia del tabaquismo: porcentaje de fumadores



Se identificaron diferencias estadísticamente significativas entre la cohorte 2023-2 y las cohortes anteriores.

Gráfico 15

Distribución de tabaquismo por cohorte



Hipótesis/Interpretación: La baja prevalencia general de tabaquismo es favorable. Las diferencias significativas con la cohorte 2023-2 podrían sugerir cambios generacionales en la percepción del tabaquismo o en las políticas de salud pública que influyen en los hábitos de las nuevas generaciones.

Problemáticas Orgánicas con Potencial de Afectación en Salud Mental

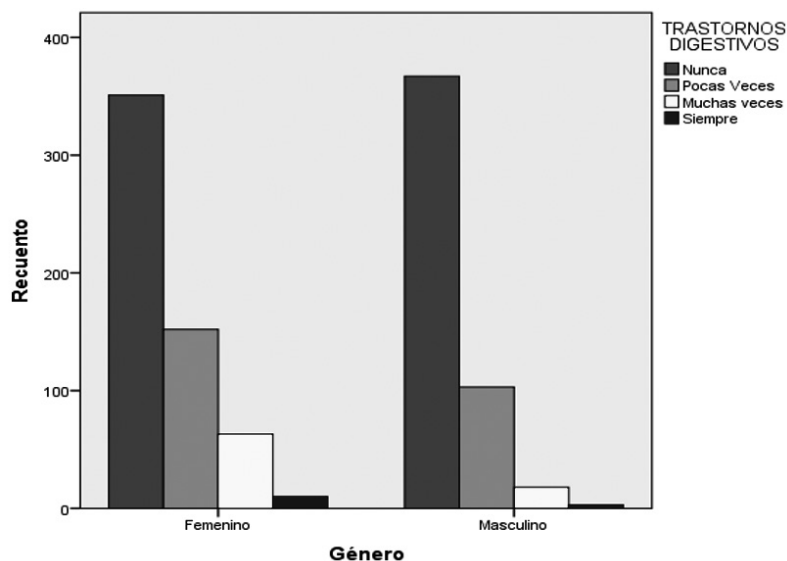
Esta sección presenta las variables de problemáticas orgánicas (trastornos digestivos, astenia y dolor de cabeza/espalda) que resultaron estadísticamente relevantes en el análisis de los estudiantes de primer ingreso

Trastornos Digestivos

Una tercera parte de los estudiantes de primer ingreso reporta problemas digestivos. Se identificaron diferencias significativas por género (Chi-cuadrado = 31.9, $p < 0.001$), lo que indica una mayor prevalencia en un género.

Gráfico 16

Frecuencia de trastornos digestivos por género



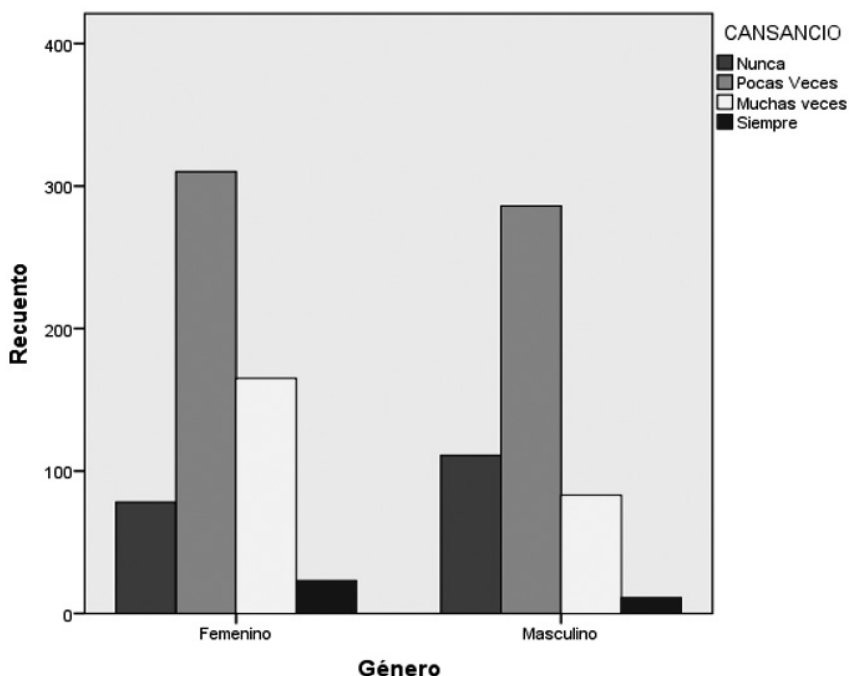
Hipótesis/Interpretación: La alta prevalencia de trastornos digestivos, y su vinculación con el género, podría sugerir una interconexión con hábitos alimentarios inadecuados y patrones de estrés o ansiedad, los cuales se manifiestan frecuentemente a nivel gastrointestinal. Se podría hipotetizar que las mujeres experimentan una mayor somatización del estrés o que sus hábitos alimentarios son más propensos a generar estas afecciones.

Cansancio

Una cuarta parte de los estudiantes de primer ingreso presenta signos de cansancio. Esta condición es superior en las mujeres (Chi-cuadrado = 31.5, $p < 0.001$)

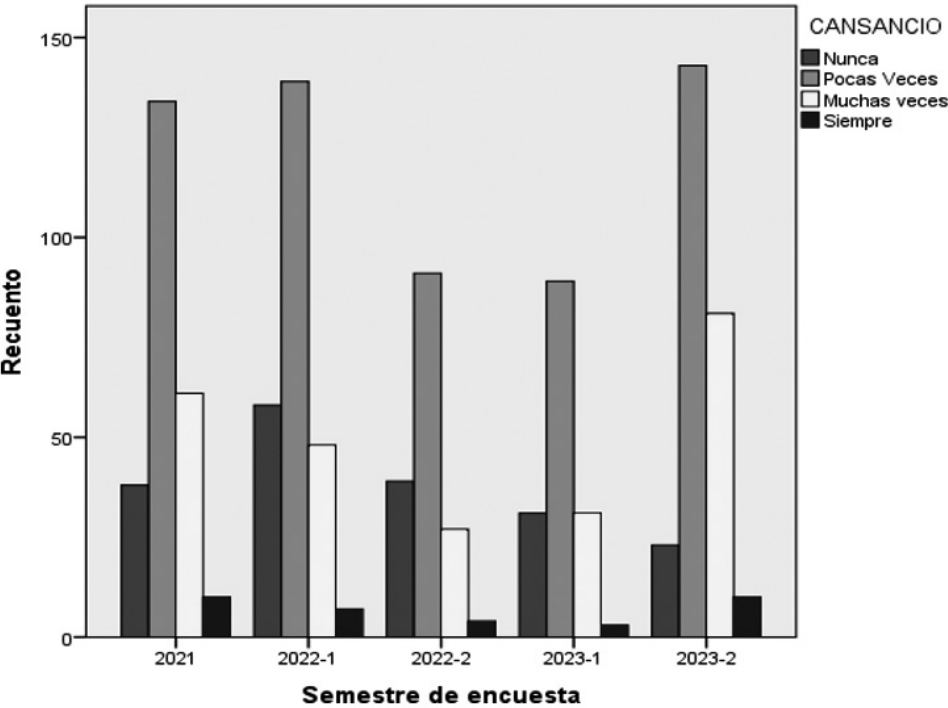
Gráfico 17

Frecuencia de cansancio por género



La astenia es también superior y estadísticamente relevante en la cohorte 2023-2 (Chi-cuadrado = 35.8, $p < 0.001$).

Gráfico 18
Frecuencia de cansancio por Cohorte



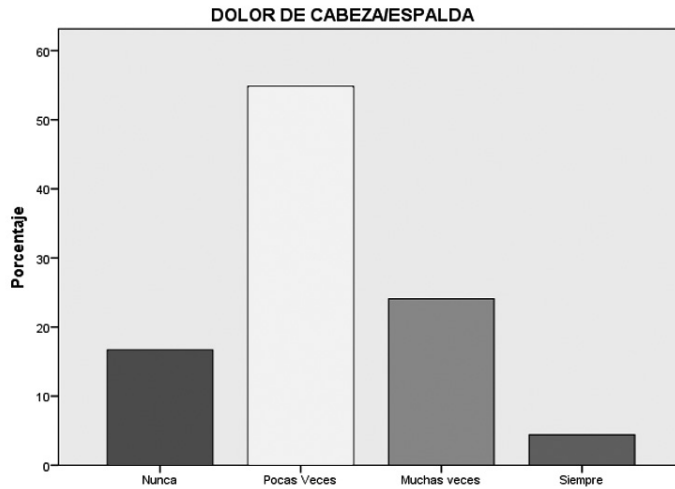
Hipótesis/Interpretación: La mayor prevalencia de cansancio en mujeres y en la cohorte 2023-2 puede estar relacionada con la acumulación de factores de riesgo, como hábitos de sueño insuficientes, ingesta alimentaria inadecuada, o una mayor carga percibida de responsabilidades académicas y personales. Se plantea la hipótesis de que el cansancio es un indicador temprano de sobrecarga o de inicio de malestar general.

Dolor de Cabeza y Espalda

El 30% de los estudiantes de nuevo ingreso reporta experimentar dolor de cabeza o espalda con alta frecuencia.

Gráfico 19

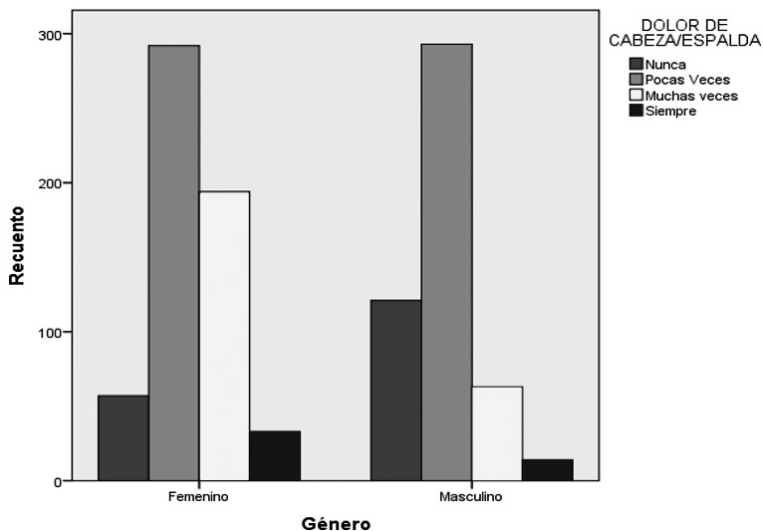
Prevalencia de dolor de cabeza por frecuencia



Se observan diferencias estadísticamente significativas por género (Chi-cuadrado = 91.2, $p < 0.001$), pero no por cohorte ni por programa académico.

Gráfico 20

Prevalencia de dolor de cabeza por género



Hipótesis/Interpretación: La alta prevalencia y la especificidad por género de estos dolores sugieren la influencia de factores ergonómicos asociados a las posturas de estudio, el estrés académico o la tensión muscular. La ausencia de diferencias por cohorte o programa podría indicar que estos son desafíos generales asociados a la transición a la vida universitaria, que afectan de manera desproporcionada a un género.

Estados de Ánimo con Potencial de Afectación de la Salud Mental

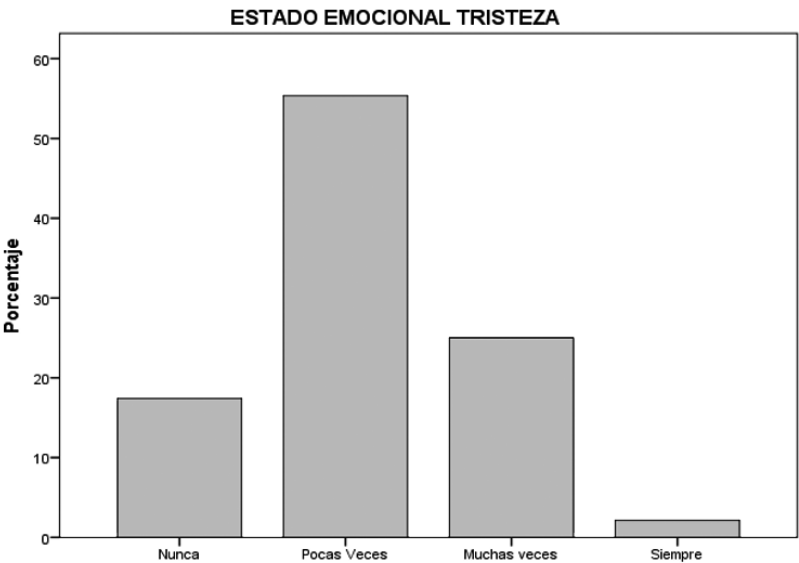
Esta sección presenta las variables de estados de ánimo con potencial afectación de salud mental (tristeza, ansiedad/angustia, irritabilidad y apatía) que resultaron estadísticamente relevantes en el análisis de los estudiantes de primer ingreso

Tristeza

Una cuarta parte de los estudiantes de primer ingreso experimenta estados de tristeza con frecuencia.

Gráfico 21

Distribución de la tristeza



La tristeza es significativamente más común entre las mujeres (Chi-cuadrado = 48.9, $p < 0.001$). Se observaron diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones media entre las cohortes (Chi-cuadrado = 28.5, $p < 0.001$), siendo la cohorte 2021 la que reportó la mayor prevalencia de tristeza, seguida por la 2023-2, y la 2022-1 la menor.

Tabla 3

Puntuaciones media de tristeza por cohorte

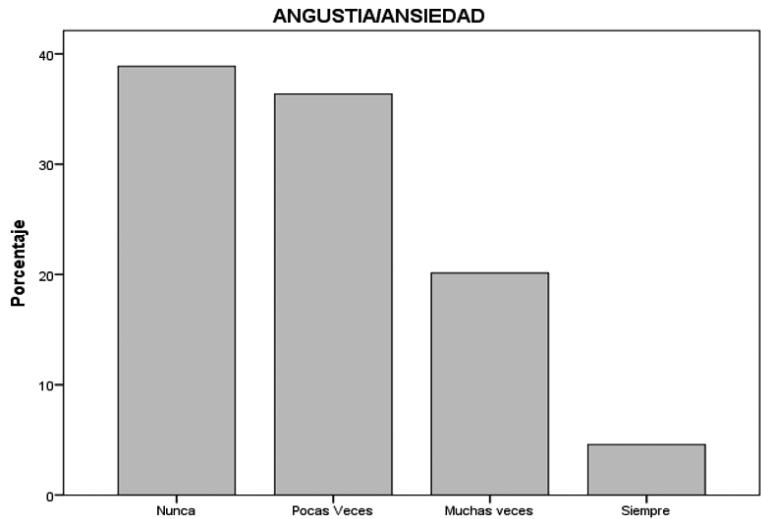
-Estado Emocional Tristeza	
Semestre	Media
2021	2,36
2022-1	2,12
2022-2	2,17
2023-1	2,12
2023-2	2,28
Total	2,22

Hipótesis/Interpretación: La mayor prevalencia de tristeza en mujeres es consistente con datos epidemiológicos generales. Las variaciones por cohorte, con la cohorte 2021 destacando, podrían reflejar el impacto residual de la pandemia de covid-19 en la salud mental de quienes ingresaron en ese período, así como la persistencia de desafíos emocionales en cohortes posteriores.

Ansiedad/Angustia

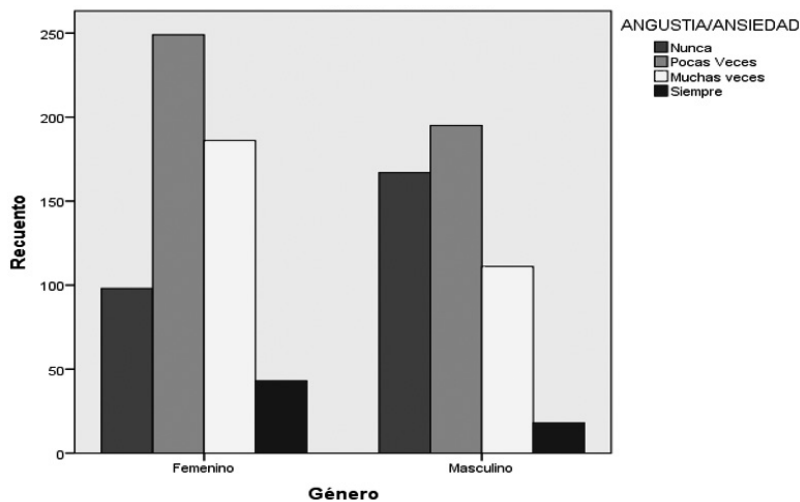
Una cuarta parte de los estudiantes de primer ingreso manifiesta ansiedad y angustia con frecuencia.

Gráfico 22
Distribución de porcentaje de la angustia/ansiedad en total muestra



No se encontraron diferencias significativas por cohorte o por programa, pero sí una fuerte diferencia por género (Chi-cuadrado = 47.2, $p<0.001$).

Gráfico 23
Frecuencia de angustia/ ansiedad por género



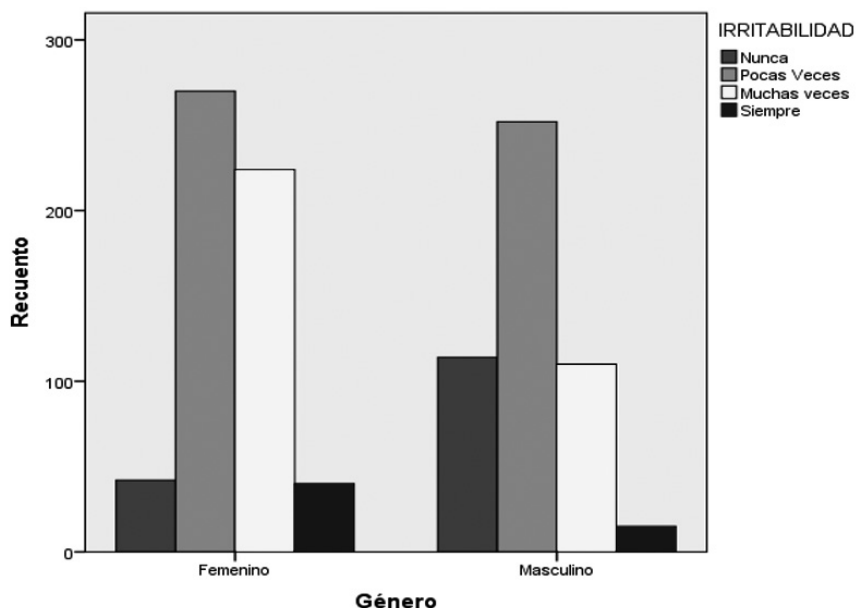
Hipótesis/Interpretación: La prevalencia de ansiedad y angustia, predominantemente en un género, sugiere la influencia de factores psicosociales y biológicos específicos de género que configuran la experiencia de estos estados emocionales. La ausencia de diferencias por cohorte o programa indica que estos son desafíos emocionales generalizados en la población de nuevo ingreso, independientemente de la fecha o área de estudio.

Irritabilidad

La prevalencia de la irritabilidad es mayor en las mujeres que en los hombres (Chi-cuadrado = 70.7, $p < 0.001$).

Gráfico 24

Frecuencia de la irritabilidad por género



Se observaron diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones media por cohorte (Chi-cuadrado = 24.2, $p = 0.02$), siendo la cohorte 2021 la que mostró mayor irritabilidad, seguida por la 2023-2.

Tabla 4
Puntuaciones medias de irritabilidad por cohorte

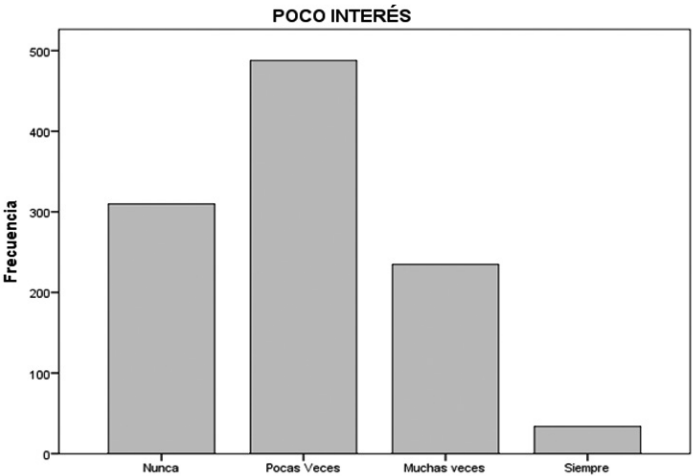
IRRITABILIDAD POR COHORTE	
Cohorte	Media
2021	2,42
2022-1	2,25
2022-2	2,19
2023-1	2,21
2023-2	2,39

Hipótesis/Interpretación: La mayor irritabilidad en mujeres y en cohortes específicas (2021 y 2023-2) podría ser un indicador de estrés acumulado, frustración o una manifestación atípica de depresión, especialmente en aquellos grupos que también reportan altos niveles de tristeza y apatía.

Apatía

Una cuarta parte de los estudiantes de primer ingreso manifiesta estados de apatía o indiferencia.

Gráfico 25
Prevalencia general de apatía por frecuencia



Se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre cohortes (Chi-cuadrado = 27.4, $p=0.007$). La cohorte 2021 muestra una prevalencia más alta de apatía, seguida por la 2023-2.

Tabla 5

Puntuaciones medias de apatía por cohorte

APATÍA	
Cohorte	Media
2021	1,98
2022-1	1,86
2022-2	1,76
2023-1	1,82
2023-2	1.96
Total	1,89

Hipótesis/Interpretación: La prevalencia de apatía en estas cohortes, particularmente en la 2021, refuerza la hipótesis del impacto persistente de factores externos (como la pandemia) o de la adaptación a la vida universitaria, que pueden generar desinterés y falta de motivación. La apatía podría ser un síntoma de agotamiento o desesperanza en estos grupos.

Actos que Requieren Atención en Psicología

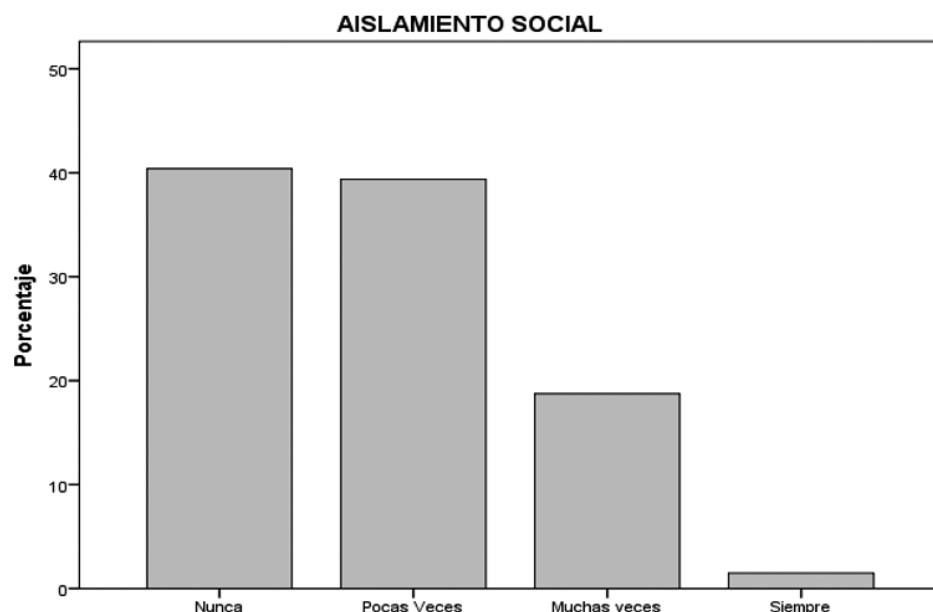
Esta sección presenta las variables de actos que requieren atención en psicología (aislamiento social, autoagresión, ideación suicida y búsqueda de ayuda psicológica) que resultaron estadísticamente relevantes en el análisis de los estudiantes de primer ingreso

Aislamiento Social

Una quinta parte de los estudiantes de primer ingreso se aísla de su entorno social. No se identificaron diferencias estadísticamente significativas entre las cohortes, por género o por programa.

Gráfico 26

Prevalencia general de aislamiento social por frecuencia



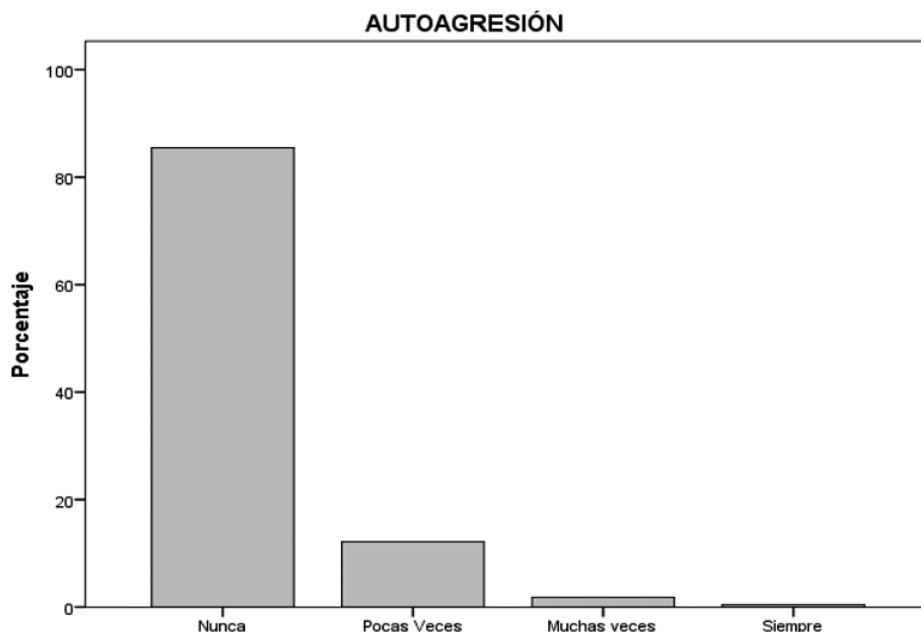
Hipótesis/Interpretación: La prevalencia del aislamiento social de manera transversal, sin diferencias significativas por variables sociodemográficas o de cohorte, sugiere que este es un fenómeno común en la transición universitaria, posiblemente relacionado con la adaptación a un nuevo entorno, dificultades en la formación de vínculos o la exacerbación de tendencias previas al ingreso.

Autoagresión

Un 17% de los estudiantes de primer ingreso reporta conductas de autoagresión. No se observaron diferencias estadísticamente significativas por género, cohorte o programa.

Gráfico 27

Porcentaje de autoagresión en muestra total

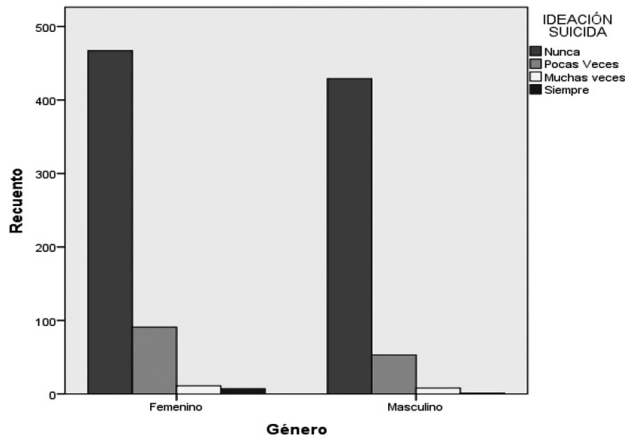


Hipótesis/Interpretación: La consistencia de la prevalencia de autoagresión en toda la población de ingreso es un hallazgo crítico. Se podría hipotetizar que la autoagresión es un mecanismo de afrontamiento disfuncional presente en una proporción constante de jóvenes al ingresar a la universidad, independientemente de sus características específicas, lo que demanda programas de detección y prevención universales.

Ideación Suicida

Una tercera parte de los estudiantes de primer ingreso ha tenido ideación suicida. Se identificaron diferencias estadísticamente significativas por género (Chi-cuadrado = 9.9, $p=0.01$).

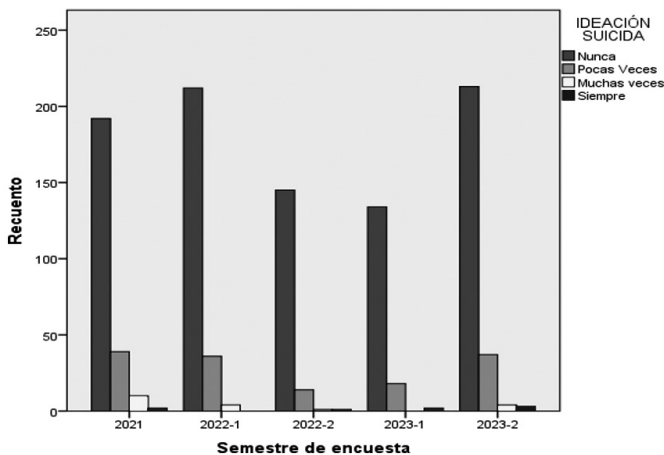
Gráfico 28
Prevalencia de ideación suicida por género



Hipótesis/Interpretación: La alta prevalencia de ideación suicida es un indicador de crisis de salud mental grave en la población estudiantil. La influencia del género y, de manera más marcada, de la cohorte, sugiere que existen factores de riesgo específicos asociados a la identidad de género

Por otro lado, se presentaron diferencias estadísticamente significativas entre las cohortes (Chi-cuadrado = 20.8, $p=0.05$).

Gráfico 29
Distribución de frecuencia de ideación suicida por cohorte



La cohorte 2021 muestra una prevalencia significativamente superior en las puntuaciones media de ideación suicida en comparación con otras cohortes, seguida por la 2023-2.

Tabla 6

Puntuaciones medias de ideación suicida por cohorte

Ideación Suicida	
Cohorte	Media
2021	1,27
2022-1	1,17
2022-2	1,12
2023-1	1,16
2023-2	1,21
Total	1,19

Hipótesis/Interpretación: La notable prevalencia de ideación suicida en la cohorte 2021 refuerza la hipótesis del impacto psicosocial prolongado de la pandemia de covid-19 en esta población. Este patrón sugiere la necesidad de evaluar la exposición a factores estresores específicos que pudieron afectar más a estas cohortes durante su período de ingreso y adaptación universitaria.

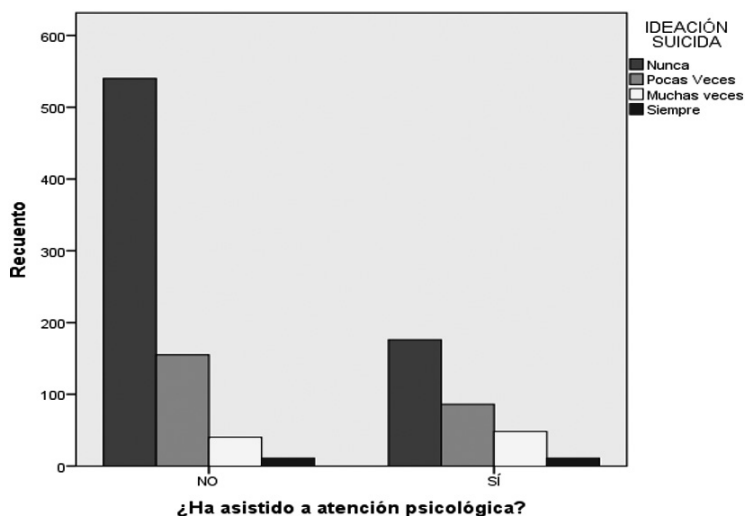
Acceso a Atención Psicológica

Los datos revelan una brecha significativa entre la necesidad de atención psicológica y la búsqueda efectiva de ayuda.

Solo la mitad de los estudiantes que han reportado ideación suicida han recibido atención en psicología.

Gráfico 30

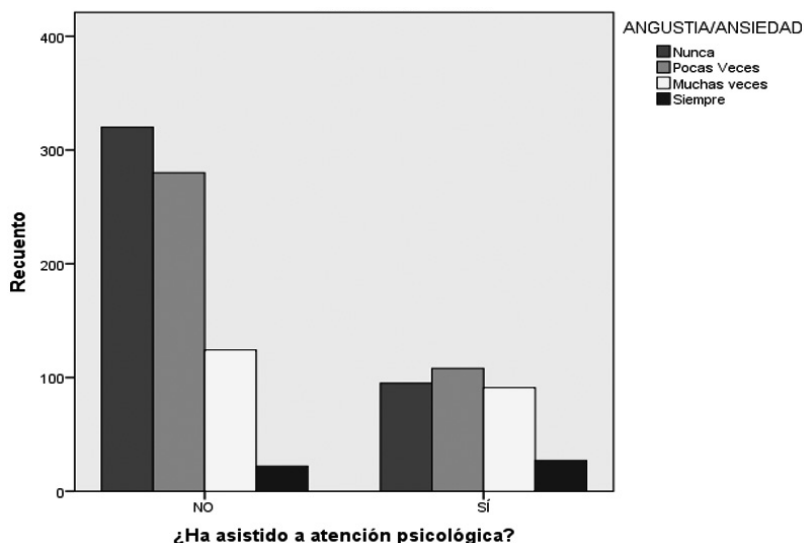
Atención psicológica en estudiantes con ideación suicida



Asimismo, solo un tercio de quienes han manifestado estados de ansiedad/angustia han tenido acceso a atención psicológica.

Gráfico 31

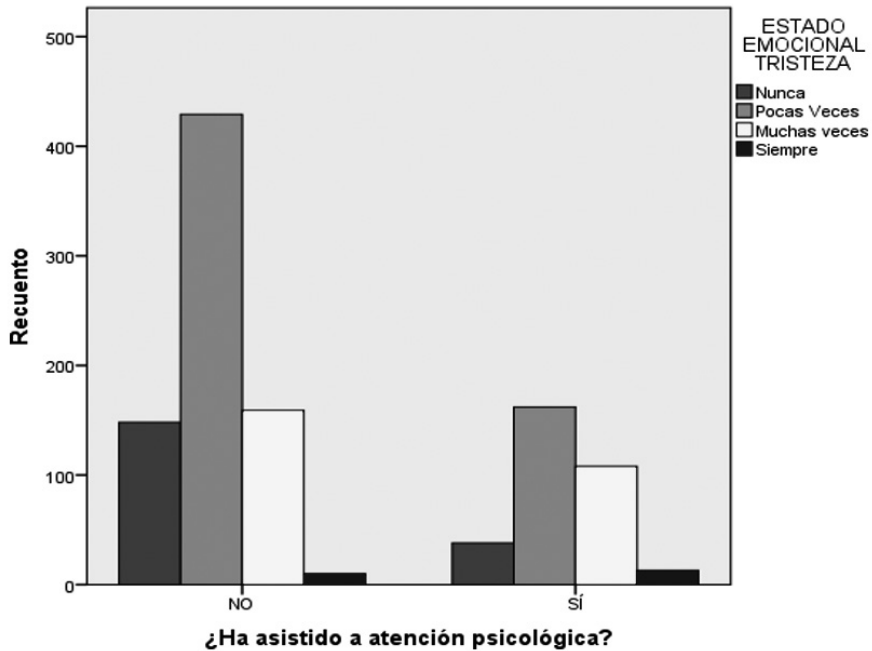
Atención psicológica en estudiantes con angustia/ansiedad



Únicamente el 15% de aquellos que experimentan estados de tristeza emocional han recibido apoyo profesional.

Gráfico 32

Atención psicológica en estudiantes con tristeza



Hipótesis/Interpretación: La baja tasa de búsqueda de ayuda profesional, a pesar de la alta prevalencia de sintomatología y conductas de riesgo (como la ideación suicida), indica la presencia de barreras significativas para el acceso a los servicios de salud mental. Estas barreras podrían incluir el estigma asociado a las enfermedades mentales, la falta de conocimiento sobre los recursos disponibles, la percepción de falta de tiempo, o la dificultad para reconocer la necesidad de ayuda profesional. Se hipotetiza que la educación para la salud mental y la reducción del estigma son componentes cruciales para mejorar el acceso a los servicios.

Discusión

Esta investigación ofrece una visión general del estado de salud mental de los estudiantes de nuevo ingreso a la Universidad Nacional de Colombia, Sede Palmira, abarcando las cohortes de 2021, 2022-1, 2022-2, 2023-1 y 2023-2. Los hallazgos derivados del análisis descriptivo de estas cohortes revelan una serie de patrones que, aunque cuantitativamente delimitados, sugieren fenómenos complejos que ameritan una exploración profunda.

Los resultados obtenidos permiten identificar hábitos y factores de riesgo que podrían incidir en la salud mental y física de los estudiantes a corto, mediano y largo plazo. Esto, a su vez, facilita el desarrollo de indicadores de afecciones y problemáticas asociadas a la salud mental que requieren intervención. Es fundamental destacar que el instrumento de medición empleado tiene un carácter de tamizaje, diseñado para caracterizar la condición de ingreso de los estudiantes, y no constituye una herramienta de diagnóstico clínico.

No obstante, la evidencia recopilada revela datos sobre un posible deterioro en la salud mental de esta población, manifestado en una prevalencia elevada de afecciones y problemáticas que impactan su bienestar emocional y físico. Estos resultados configuran un mapa preliminar de experiencias y vulnerabilidades, trascendiendo la mera cuantificación para ofrecer puntos de anclaje cruciales para la comprensión de las vivencias subjetivas de los estudiantes. La discusión que sigue abordará estos hallazgos, considerando la necesidad de enfoques de género, diferenciales e intersectoriales para abordar estas problemáticas complejas.

Los principales hallazgos del estudio, presentados por temáticas, se detallan a continuación.

Con respecto a la percepción corporal y los hábitos alimentarios, los datos evidencian una discrepancia entre la autopercepción de peso adecuado y la insatisfacción corporal. Si bien el 61% de los estudiantes perciben su peso apropiadamente, sin variaciones significativas por género, un 34% expresa insatisfacción con su imagen corporal.

Esta distinción sugiere la presencia de narrativas internas sobre la belleza, el cuerpo y la autoaceptación que pueden no correlacionarse directamente con parámetros objetivos de peso. Adicionalmente, la identificación de un 7% de estudiantes que reportan consumir solo 1 o 2 comidas diarias, sumado a un 17% que omite el desayuno regularmente y un 35% con hábitos alimentarios inadecuados, indica posibles experiencias de privación o priorización de otros aspectos de la vida universitaria. La hipótesis de un potencial agotamiento físico y mental resultante de estas prácticas subraya la necesidad de indagar cualitativamente sobre las motivaciones subyacentes (económicas, temporales, emocionales o estéticas) que moldean estas decisiones alimentarias. La mención de posibles trastornos de la conducta alimentaria (TCA), en concordancia con investigaciones previas (Barrera-Herrera y San Martín, 2021; Gómez et al., 2020), resalta la necesidad de explorar las vivencias y los significados que los estudiantes atribuyen a sus cuerpos y a su relación con la comida.

Con respecto a los hábitos y las problemáticas físicas con impacto en la salud mental, se observa que una tercera parte de los estudiantes duerme menos de las horas recomendadas, con una particularidad en la cohorte 2022-2. Este dato cuantitativo abre la puerta a una exploración cualitativa sobre las rutinas de sueño, las presiones académicas y sociales, y las estrategias de afrontamiento que los estudiantes emplean frente a la privación del descanso. El consumo de bebidas energizantes por el 33% de los estudiantes, con una mayor prevalencia en mujeres y en la cohorte 2023-2, sugiere la existencia de fatiga crónica o la necesidad percibida de potenciar el rendimiento. Una indagación cualitativa podría desvelar las razones subjetivas detrás de este consumo, así como las percepciones sobre sus efectos en el cuerpo y la mente. La cohorte 2023-2 también manifestó una diferencia en la sensación de astenia, lo que indica un posible fenómeno generacional de agotamiento que requeriría una comprensión más profunda de sus causas y manifestaciones.

Sobre la somatización y los patrones de dolor, la referencia de problemáticas digestivas por una tercera parte de los estudiantes,

predominantemente mujeres, así como el reporte de dolor de cabeza y espalda en el 30% de la población, con una marcada diferencia en las mujeres, indica una posible somatización del estrés y las presiones inherentes a la vida universitaria. Una aproximación cualitativa permitiría explorar las narrativas corporales del malestar, los factores desencadenantes percibidos por los estudiantes y las estrategias de afrontamiento del dolor que emplean, iluminando cómo las experiencias emocionales y las demandas académicas se inscriben en el cuerpo.

Con respecto al consumo de sustancias psicoactivas, aunque el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) se limita a la cohorte 2023-2, que manifestó haber consumido al menos una vez, este dato, crucial para la salud pública universitaria, exige cautela interpretativa debido al posible efecto de deseabilidad social en las respuestas. Este hallazgo puntual es un catalizador para una investigación cualitativa que explore los motivadores, los contextos de iniciación y las percepciones de riesgo asociados al consumo de SPA en esta cohorte específica, reconociendo que las respuestas autoinformadas pueden subrepresentar la prevalencia real.

En cuanto a los estados emocionales que requieren atención psicológica, la prevalencia de tristeza frecuente en una cuarta parte de los estudiantes, con diferencias significativas entre las cohortes (siendo la 2021 la más afectada) y por género (mayor en mujeres), insta a una investigación cualitativa sobre las narrativas de la tristeza, sus desencadenantes percibidos y las estrategias personales de afrontamiento. La cohorte 2021, en particular, podría ofrecer valiosas perspectivas sobre los legados emocionales de períodos de crisis (como la pandemia) en la experiencia universitaria. Asimismo, el reporte de ansiedad/angustia en el 25% de los estudiantes, con una marcada diferencia por género (mayor en mujeres), sugiere la necesidad de explorar las experiencias subjetivas de la ansiedad, sus manifestaciones cotidianas y el impacto en la vida académica y social. Una aproximación cualitativa podría revelar las especificidades de la ansiedad en el contexto universitario y cómo se entrelaza con las expectativas de género y las presiones académicas.

Con respecto a las conductas de riesgo psicológico, los hallazgos relacionados con conductas que requieren atención psicológica son de particular gravedad y demandan una indagación cualitativa urgente. Una quinta parte de los estudiantes reporta aislamiento social, un fenómeno que investigaciones previas asocian con limitaciones en las redes de apoyo emocional (Rosentreter, 1996), un mayor impacto psicológico de las problemáticas emocionales (Gil et al., 1992; Caballo y Salazar, 2014) y dificultades en la adaptación universitaria (Duche et al., 2020; Gómez et al., 2020; Atencio-Osorio et al., 2022), así como un menor rendimiento escolar (González y Quispe, 2016). La exploración cualitativa de las experiencias de soledad y desconexión social permitiría comprender las dinámicas subyacentes a este aislamiento. El 17% de estudiantes con conductas autolesivas y la tercera parte que ha experimentado ideación suicida (con mayor prevalencia en mujeres y en la cohorte 2021) representan indicadores de malestar extremo. Aunque la diferencia por cohorte en ideación suicida no alcanzó significancia estadística en comparación con otras variables, la prevalencia numérica en la cohorte 2021 es un llamado a explorar las vivencias y narrativas de desesperanza y auto-daño en estos grupos.

Finalmente, en cuanto a la búsqueda de ayuda psicológica, la constatación de que solo la mitad de quienes han presentado ideación suicida han recibido atención psicológica, y proporciones menores para ansiedad/angustia y tristeza, subraya una brecha crítica entre la necesidad percibida y el acceso a los servicios de salud mental. Este hallazgo cuantitativo es una invitación a una investigación cualitativa que desvele las barreras subjetivas, las percepciones del estigma, las experiencias previas con servicios de salud mental y las expectativas de apoyo que influyen en la decisión de buscar o no ayuda profesional. Comprender estas narrativas es esencial para diseñar intervenciones de bienestar universitario efectivas y culturalmente sensibles.

Los resultados obtenidos revelan un panorama en la salud mental y física de las mujeres participantes que merece especial atención. Se observa una convergencia de indicadores que sugieren una mayor vulnerabilidad en este grupo. Las mujeres reportan hábitos

alimenticios inadecuados, problemas digestivos recurrentes, cansancio frecuente, dolores de cabeza y espalda, consumo elevado de energizantes, estados emocionales de tristeza, ansiedad/angustia e irritabilidad, y una mayor prevalencia de ideación suicida. Esta constelación de síntomas sugiere una sobrecarga psicológica y física en las mujeres, que puede estar relacionada con factores socioculturales y de género.

Estudios previos han documentado una mayor prevalencia de riesgo psicosocial en mujeres, especialmente en relación con la ansiedad y el estrés (Cuenca, et al., 2020; Barrera-Herrera y San Martín, 2021). Además, investigaciones recientes han destacado la importancia de considerar la intersección de género con otros factores sociales, como la edad, la clase social y la etnia, en la comprensión de la salud mental y el bienestar (Hatch, et al., 2020). La Organización Mundial de la Salud (OMS) también ha señalado la necesidad de abordar la salud mental de las mujeres, particularmente en la edad universitaria, debido a la mayor exposición a factores de estrés y la presión social (OMS, 2022). La Asociación Estadounidense de Psicología (APA) indica que la salud mental ha experimentado un deterioro en relación con el desarrollo de la epidemia de covid-19 (APA, 2020).

Un estudio reciente sobre la vida universitaria en Estados Unidos sugiere que las mujeres universitarias presentan un mayor riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad y depresión debido a la carga académica, la presión social y la falta de apoyo emocional (Barbayannis, et al, 2022). En este sentido, los resultados obtenidos en este estudio subrayan la necesidad de implementar intervenciones específicas para abordar la salud mental y física de las mujeres universitarias, considerando los factores socioculturales y de género que influyen en su bienestar.

Por otra parte, la cohorte 2023-2, correspondiente a la Generación Z, presenta una convergencia de indicadores negativos asociados a problemáticas de salud mental. Estos jóvenes manifiestan una mayor actividad sexual, consumo de sustancias psicoactivas, uso diario de energizantes, tabaquismo y estados emocionales de tristeza,

irritabilidad y apatía. Esta constelación de factores sugiere una vulnerabilidad significativa en esta generación, que puede estar relacionada con las consecuencias del uso excesivo de redes sociales e Internet (Best, et al., 2020; Király, et al., 2020). Investigaciones recientes han documentado los efectos perjudiciales del uso excesivo de redes sociales en la salud mental de los jóvenes, incluyendo la ansiedad, depresión y aislamiento social (Izurieta-Brito et al., 2020). Además, la exposición constante a información y estímulos puede generar una sobrecarga cognitiva y emocional, afectando la capacidad de regulación emocional y la resiliencia (Hatch, et al., 2020).

Finalmente, la cohorte 2021, que ingresó a la universidad después de la pandemia de covid-19, presenta indicadores de deterioro en su salud mental, incluyendo estados de tristeza, irritabilidad, apatía e ideación suicida. Esto puede estar relacionado con las alteraciones emocionales y el estrés postraumático generado por la exposición a situaciones de violencia intrafamiliar durante la cuarentena (Gallo-Barrera, Perdomo-Rojas y Caballero-Domínguez, 2022; Unicef, 2021). La pandemia también impactó el estilo de vida de los jóvenes, limitando la adquisición de habilidades sociales y afectando su adaptación al entorno universitario (Pérez et al., 2023; Rodríguez-Sandoval & Chaparro-Giraldo, 2023).

Esto sugiere que la cohorte 2021 puede requerir intervenciones específicas para abordar sus necesidades y fortalecer su resiliencia. Además, estudios previos han documentado una mayor prevalencia de riesgo psicosocial en mujeres, especialmente en relación con la ansiedad y el estrés (Barrera-Herrera y San Martín, 2021; Cuenca et al., 2020). La Organización Mundial de la Salud (OMS) también ha destacado la necesidad de abordar la salud mental de las mujeres, especialmente en la edad universitaria (OMS, 2022). La literatura sugiere que la universidad puede ser un entorno crítico para la promoción de la salud mental y el bienestar de los estudiantes (Álvarez-Pérez y López-Aguilar, 2019; Fennie et al., 2020). Por lo tanto, es fundamental que las instituciones educativas implementen estrategias efectivas para abordar las problemáticas de salud mental y promover la resiliencia en los estudiantes.

Conclusiones

El análisis de los datos obtenidos de la encuesta de salud de Bienestar Universitario de la Universidad Nacional revela la necesidad perentoria de intervenciones focalizadas y colectivas en salud mental para abordar las afecciones emocionales y problemáticas psicosociales presentes en los estudiantes que ingresan a primer semestre. Los resultados sugieren que, sin atención oportuna, estos signos clínicos pueden agravarse y derivar en afecciones severas de salud mental. La alta prevalencia de ideación suicida (un tercio de los estudiantes) y conductas autolesivas (17%) en esta población de ingreso subraya la urgencia de estas intervenciones, especialmente si se considera que solo una fracción de quienes experimentan estas dificultades busca o recibe atención psicológica.

Es fundamental profundizar en el análisis de las problemáticas de salud mental en universitarios, considerando la complejidad de los procesos biopsicosociales que enfrentan los jóvenes durante su adolescencia, agravados por el contexto excepcional de la pandemia de covid-19 y las medidas implementadas. Esto requiere la adopción de enfoques intersectoriales, interseccionales y de género para brindar intervenciones óptimas y adecuadas. La salud mental en el ámbito universitario debe abordarse desde una perspectiva inter y transdisciplinar, reconociendo la interconexión entre las dimensiones sociales, interpersonales y orgánicas del individuo, así como sus percepciones e interiorizaciones. Este enfoque integral permitirá desarrollar estrategias efectivas para prevenir y abordar los problemas de salud mental en la comunidad universitaria.

Este estudio subraya la importancia de abordar la salud mental en la universidad de manera integral y oportuna. Se espera que los hallazgos estimulen a profesionales asistenciales de la universidad a elaborar nuevas investigaciones que permitan desarrollar soluciones efectivas para promover el bienestar emocional y psicosocial de los estudiantes. Las futuras líneas de investigación podrían incluir: el impacto de la pandemia en la salud mental de los estudiantes universitarios y la efectividad de las

intervenciones implementadas; la relación entre las problemáticas de salud mental y los factores biopsicosociales que caracterizan a los jóvenes estudiantes de la universidad; el desarrollo de modelos de intervención intersectoriales e interseccionales para abordar la salud mental en la universidad; y la evaluación de la efectividad de enfoques transdisciplinarios en la promoción de la salud mental en la comunidad universitaria. La notable diferencia en la prevalencia de problemáticas como la tristeza, la irritabilidad y la ideación suicida en la cohorte 2021, así como el perfil de mayor consumo de energizantes y actividad sexual en la cohorte 2023-2, son ejemplos concretos de las variaciones generacionales que demandan una atención diferenciada y una investigación más profunda para comprender sus causas y efectos específicos.

Referencias Bibliográficas

- Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaría Distrital de Salud de Bogotá & Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). *Estudio de Salud Mental en Bogotá D.C., 2023. El estado de la salud mental (segundo tomo)*. Colombia: Grafoscopio, 2023. https://www.unodc.org/rocol/uploads/documents/2024/Descargas/mayo/Tomo_2_-_Informe_cuantitativo_ESMBOG_2023_Digital.pdf
- Álvarez-Pérez, P. R., & López-Aguilar, D. (2019). Perfil de ingreso y problemas de adaptación del alumnado universitario según la perspectiva del profesorado. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30(3), 46. <https://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/26272/pdf>
- American Psychological Association. (2020). *Stress in America™2020: A National Mental Health Crisis*. Washington, DC: American Psychological Association. <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2020/sia-mental-health-crisis.pdf>

- Atencio-Osorio, M. A., Carrillo-Arango, H. A., & Ramírez-Vélez, R. (2022). Relación entre la condición física y síntomas depresivos en universitarios: Un análisis transversal. *Nutrición Hospitalaria*, 39(6), 1369–1377. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04337>
- Barbayannis, G. et al. (2022) *Academic stress and mental well-being in college students: Correlations, affected groups, and covid-19*, *Frontiers*. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Barrera-Herrera, A., & San Martín, Y. (2021). Prevalencia de sintomatología de salud mental y hábitos de salud en una muestra de universitarios chilenos. *Psykhé*, 30(1), 1–16. <http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.2019.21813>
- Best, P., Manktelow, K., & Taylor, B. (2020). *The impact of social media on mental health in young people*. *Journal of Adolescent Health*, 66(2), 151-155. doi: 10.1016/j.jadohealth.2019.09.015
- Caballo, V., & Salazar, I. (2014). Relación de las habilidades sociales con la ansiedad social y los estilos/trastornos de la personalidad. *Universidad de Granada*, 22(3), 401–422. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/02-Caballo_Relacion_22-3oa-1.pdf
- Cuenca, A., Robladillo, L., Meneses, M., & Suño, J. (2020). *Salud mental en adolescentes universitarios latinoamericanos: Revisión sistemática* (pp. 689-705). <https://doi.org/105281/zenodo.4403731>
- Departamento Administrativo Nacional De Estadística -DANE-. (2021). *Salud mental en Colombia: un análisis de los efectos de la pandemia*. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/ago-2021-nota-estadistica-salud-mental-en-colombia-analisis-efectos-pandemia.pdf>
- Duche, A. B., Paredes, F. M., Gutiérrez, O. A., & Carcausto, L. C. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de Ciencias Sociales*, XXVI(3), 244–258. <https://www.redalyc.org/journal/280/28063519018/>

- Fennie, T., Mayman, Y., van Louw, C., Useh, E., & Kombora, M. (2020). Psychosocial factors impacting the college adjustment of undergraduate students: A scoping review. *Journal of Psychology in Africa*, 30(2), 96–105.
- Gallo-Barrera, P., Perdomo-Rojas, D., y Caballero-Domínguez, C. (2022). Exposición a la violencia e ideación suicida en estudiantes universitarios de Santa Marta, Colombia. DOI: <https://doi.org/10.18273/saluduis.55.e:23003>
- Gil, F.; León, J y Jarana, L (1992). *Habilidades sociales y salud*. España, EUDEMA S.A.
- Gómez Gómez, M. F., Santander Dueñas, C. I., Rojas Betancur, H. M., Lara Calderón, P. L., & Aguilera Dugarte, O. V. (2020). Salud mental de los estudiantes de Trabajo Social: Estudio de caso de una universidad colombiana. *Educere*, 24(79), 603–615. <https://www.redalyc.org/journal/356/35663293010/html/>
- Gonzales, A. E., & Quispe, P. L. (2016). Habilidades sociales y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación - Universidad Nacional del Altiplano - Puno Perú. *Revista de Investigación Altoandin*, 18(3), 331-336. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645612>
- Hatch, S. L., (2020). The impact of COVID-19 on mental health in young people. *Journal of Adolescent*., 67(1), 135–136.
- Király, O., Potenza, M.N., Stein, D.J., King, D.L., Hodgins, D.C., Saunders, J.B., et al. (2020). Preventing Problematic Internet Use during the COVID-19 Pandemic: Consensus Guidance. *Comprehensive Psychiatry*, 100, <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152180>
- López-Aguilar, D., Álvarez-Pérez, P. R., & Ravelo-González, Y. (2022). Capacidad de adaptabilidad e intención de abandono académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 40(1), 237–255. <https://doi.org/10.6018/rie.463811>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021, noviembre 17). Suicidio. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide#:~:text=Los%20suicidios%20pueden%20ocurrir%20a,todas%20las%20regiones%20del%20mundo>.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia. Resumen científico. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/354393/WHO-2019-nCoV-Sci-Brief-Mental-health-2022.1-spa.pdf?sequence=1>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2024, octubre 10). La salud mental de los adolescentes. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2023). Salud mental de los adolescentes y jóvenes en América Latina y el Caribe: Una mirada a la situación actual y los desafíos. Recuperado de <https://www.spanishdict.com/translate/el%20documento>

Perales, A., Izaguirre, M., Sánchez, E., Barahona, L., Martina, M., Amemiya, I., Delgado, A., Domínguez, I., Pinto, M., Cuadros, R., & Padilla, A. (2019). Salud mental en estudiantes de pregrado de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(4), 443-450. <http://dx.doi.org/10.15381/anales.v80i4.17142>

Perez, M., Durón-Ramos, M. F., De La Cruz-Vargas, J. A., Chacon, E., Mills, G., Perez, K. J., Amador Ahumada, C. E., Ripoll Garcia, L. D., & Rodríguez Rodríguez, V. C. (2023). Un estudio comparativo sobre el impacto de la Covid-19 en estudiantes universitarios latinoamericanos. *Revista Científica Salud Uninorte*, 39(1). <https://doi.org/10.14482/sun.39.01.618.723>

Pérez Porto J & Merino M. Definición de Promiscuidad. 2016 Sept [citado 2024, Octubre]. <https://definicion.de/promiscuidad/>

- Rodríguez-Sandoval, E., & Chaparro-Giraldo, A. (2023). Aumento de la demanda de atención en salud mental en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19 en Colombia: Análisis comparativo 2020-2022. *Revista Colombiana de Psicología*, 32(2), e150.
- Rosentreter, Z. J. (1996). Habilidades sociales y salud mental: Un enfoque comunitario. *Última Década*, 4, 1-21. <https://www.redalyc.org/pdf/195/19500413.pdf>
- Serrano Barquín, C., Rojas García, A., & Ruggero, C. (2013). Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 15(1), 47-60.
- Unicef. (2021, junio 24). La pandemia incrementó la violencia contra niños y niñas en América Latina y el Caribe. <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/la-pandemia-incremento-la-violencia-contra-los-ninos-y-ninas-en-america-latina-y-el-caribe>

