Evaluación de la salud mental en estudiantes de Ciencias Jurídicas, Ciclo 01-2024, Universidad Gerardo Barrios

Assessment of Mental Health in Law Students, Cycle 01-2024, Universidad Gerardo Barrios

Autores:

Andrade, Peña, Salvador, Ernesto

Mejía, Morales, Juan, Carlos

Machado, De la Paz, Xiomara, Lisseth

Universidad Gerardo Barrios/ Usulután, Santa Maria, El Salvador, [USSS008322@ugb.edu.sv](mailto:USSS008322@ugb.edu.sv)

Universidad Gerardo Barrios/ Usulután, Santa Maria, El Salvador, [USSS002221@ugb.edu.sv](mailto:USSS002221@ugb.edu.sv)

Universidad Gerardo Barrios/ Usulután, Santa Maria, El Salvador, [USSS108922@ugb.edu.sv](mailto:USSS108922@ugb.edu.sv)

**RESUMEN:**

Este estudio evalúa la salud mental de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Jurídicas de la Universidad Gerardo Barrios, Centro Regional de Usulután, durante el Ciclo 01-2024. Se utilizó un enfoque mixto que combinó métodos cuantitativos y cualitativos. Los resultados indican niveles significativos de ansiedad y estrés académico entre los estudiantes, con una percepción general de insatisfacción con los recursos de apoyo disponibles. Se sugiere que la implementación de estrategias de intervención y apoyo psicológico, el cual tiene grandes posibilidades de mejorar la salud mental de los estudiantes.

**PALABRAS CLAVES:** Salud mental, estrés, ansiedad, factores de estrés.

**ABSTRACT:**

This study evaluates the mental health of students at the Faculty of Legal Sciences of the Gerardo Barrios University, Regional Center of Usulután, during Cycle 01-2024. A mixed approach was used that combined quantitative and qualitative methods. The results indicate significant levels of anxiety and academic stress among students, with a general perception of dissatisfaction with the support resources available. It is suggested that the implementation of intervention strategies and psychological support, which has great possibilities of improving the mental health of students.

**KEYWORDS:** Mental health, stress, anxiety, stress factors.

1. **INTRODUCCIÓN**

El objetivo principal es evaluar la salud mental de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Jurídicas durante el ciclo académico 01-2024 en la Universidad Gerardo Barrios, centro regional de Usulután. Se utilizarán métodos probados en psicología, incluyendo instrumentos validados para medir el estrés percibido, la ansiedad, la depresión y el bienestar emocional. La relevancia de este estudio radica en identificar los factores que afectan el bienestar psicológico de estos estudiantes, proporcionando una base empírica para diseñar intervenciones y políticas de apoyo pertinentes.

Esta investigación es esencial por diversas razones. En primer lugar, los programas jurídicos imponen una carga significativa que puede afectar la salud mental de los estudiantes. Comprender estos impactos es crucial para diseñar intervenciones efectivas. Además, la salud mental influye directamente en el rendimiento académico; identificar obstáculos emocionales permitirá mejorar el desempeño y bienestar de los estudiantes. Asimismo, la investigación ayudará a implementar programas de apoyo, como asesoramiento y talleres de manejo del estrés, promoviendo un entorno educativo más saludable. Finalmente, resaltar la importancia de la salud mental puede contribuir a una cultura universitaria más comprensiva y solidaria, reduciendo el estigma asociado con los problemas emocionales.

1. **MÉTODOS**

Investigación Mixta

Para evaluar la salud mental de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Jurídicas durante el Ciclo 01-2024 en la Universidad Gerardo Barrios, Centro Regional de Usulután, se utilizará un enfoque mixto que combine métodos cuantitativos y cualitativos. Las encuestas estructuradas medirán el estrés, la ansiedad, la depresión y el bienestar emocional utilizando escalas validadas como el Inventario de Ansiedad y Depresión de Goldberg (GADS) y el Cuestionario de Estrés Percibido (PSS). Un muestreo aleatorio garantizará la representatividad, y los datos se analizarán estadísticamente para identificar patrones y relaciones significativas.

El componente cualitativo incluirá entrevistas en profundidad y grupos focales para explorar las experiencias individuales y colectivas de los estudiantes sobre su salud mental. Estas técnicas permitirán identificar factores estresantes específicos, estrategias de afrontamiento y barreras para acceder a apoyo. El análisis temático de los datos cualitativos ayudará a identificar patrones y temas recurrentes.

1. **RESULTADOS**

Los hallazgos indican que la mayoría de los estudiantes están en el primer (51%) y cuarto año (27.5%). Un 68.5% de los estudiantes experimenta ansiedad debido a la carga académica, y el 57% percibe el ambiente académico como neutral. Sin embargo, un 36.9% siente estrés académico "casi siempre" y un 20.8% "siempre". El nivel de estrés personal es alto, con un 39.6% calificándolo en 3, y un 47% en niveles 4 y 5.

Calendario

Descripción generada automáticamente

El 48.3% de los estudiantes está neutral respecto a la satisfacción con los recursos de apoyo, pero el 30.9% está insatisfecho o muy insatisfecho. Aunque el 31.5% realiza actividad física regular, solo el 14.8% maneja efectivamente el tiempo. El 77.9% no busca ayuda profesional, y el 55.1% considera los servicios de apoyo psicológico útiles o muy útiles. Sin embargo, un 16.8% no conoce estos servicios.

Gráfico, Gráfico de líneas

Descripción generada automáticamente

Las principales fuentes de estrés incluyen las tareas y exámenes. Las estrategias para manejar el estrés comprenden escuchar música, hacer ejercicio, dormir y caminar. Algunos estudiantes sugieren mejorar la promoción de los servicios de apoyo y organizar actividades recreativas. La percepción del apoyo social varía, destacando la necesidad de un mayor apoyo entre compañeros. Las propuestas para mejorar el ambiente académico incluyen reducir la carga académica y mejorar la coordinación entre profesores.

1. **DISCUSIÓN**

Los resultados del estudio revelan una correlación sustancial entre el estrés académico y personal y la salud mental de los estudiantes. La investigación sugiere que los altos niveles de ansiedad y estrés están estrechamente vinculados, lo que subraya la necesidad apremiante de implementar intervenciones efectivas.

Este hallazgo destaca la importancia de identificar y abordar los factores estresantes tanto en el entorno académico como en el personal de los estudiantes. La detección temprana de estos factores puede ser crucial para prevenir problemas de salud mental más graves en el futuro.

La discusión también apunta a la necesidad de desarrollar programas de apoyo emocional y psicológico dentro de las instituciones educativas. Estos programas pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de afrontamiento efectivas y a gestionar el estrés de manera más saludable.

Se destaca la importancia de promover un ambiente educativo que valore el bienestar holístico de los estudiantes. Esto implica reconocer que el éxito académico debe equilibrarse con el cuidado personal y emocional de los estudiantes.

1. **CONCLUSIÓN**

Este estudio revela niveles significativos de estrés y ansiedad entre los estudiantes de la Facultad de Ciencias Jurídicas de la Universidad Gerardo Barrios. Se recomienda implementar estrategias de apoyo psicológico y motivar a los estudiantes en ser más conscientes de la salud mental y cómo fomentarla. Futuros estudios podrían explorar intervenciones específicas y evaluar su eficacia en la reducción del estrés y la mejora del bienestar emocional.

**Para abordar esta problemática, se sugiere:**

**Implementar programas de apoyo psicológico:** La universidad debería desarrollar e implementar programas que proporcionen recursos y servicios de apoyo psicológico para los estudiantes, incluyendo asesoramiento individual y grupal, talleres de manejo del estrés y técnicas de relajación.

**Promover la conciencia sobre la salud mental:** Se recomienda fomentar una cultura de cuidado y atención hacia la salud mental entre los estudiantes, mediante campañas de sensibilización, charlas educativas y actividades que promuevan el autocuidado y la gestión emocional.

Se sugiere que futuras investigaciones se centren en explorar intervenciones específicas dirigidas a reducir el estrés y mejorar el bienestar emocional de los estudiantes, así como en evaluar la eficacia de estas intervenciones en el contexto universitario.

**REFERENCES**

1. CHAU, C.; VILELA, P. Variables asociadas a la salud física y mental percibida en estudiantes universitarios de Lima. Liberabit, [s. l.], v. 23, n. 1, p. 89–102, 2017. DOI 10.24265/liberabit.2017.v23n1.06. Disponível em: https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=124116313&lang=es&site=ehost-live. Acesso em: 16 mar. 2024.
2. by C Chau · 2017 · Cited by 179 — Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco3. Determinants of mental health in college students from Lima and Huanuco.
3. Chau C, Vilela P. Variables asociadas a la salud física y mental percibida en estudiantes universitarios de Lima. Liberabit. 2017;23(1):89-102. doi:10.24265/liberabit.2017.v23n1.06

Código QR

Descripción generada automáticamente

QR DE DOCUMENTO