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.

Primer apellido Segundo apellido, Salvador

Primer apellido Segundo apellido, Juan

Primer apellido Segundo apellido, Xiomara

Institución/departamento, Ciudad, País, Correo electrónico institucional1

Institución/departamento, Ciudad, País, Correo electrónico institucional2

Institución/departamento, Ciudad, País, Correo electrónico institucional3

**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 podría mejorar la salud mental de los estudiantes.

**Palabras claves:** Salud mental, estrés, ansiedad.

**Introducción**

La salud mental de los estudiantes universitarios es un área de creciente preocupación, especialmente en contextos académicos exigentes como la Facultad de Ciencias Jurídicas. Este estudio se centra en evaluar cómo el estrés académico y personal influye en la salud mental de estos estudiantes durante el Ciclo 01-2024. La hipótesis plantea que existe una relación significativa entre el nivel de estrés y la salud mental de los estudiantes.

**Métodos**

Para evaluar la salud mental de los estudiantes, se empleó un enfoque mixto que combina métodos cuantitativos y cualitativos. Se utilizaron encuestas estructuradas para medir el estrés, la ansiedad, la depresión y el bienestar emocional. El muestreo aleatorio garantizó la representatividad, y los datos fueron analizados estadísticamente.

**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.

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.

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.

**Discusión**

Los resultados del estudio apoyan la hipótesis de que existe una relación significativa entre el estrés académico y personal y la salud mental de los estudiantes. Los altos niveles de ansiedad y estrés indican una necesidad urgente de intervención. Es crucial identificar y abordar los factores estresantes en el entorno académico y personal de los estudiantes para mejorar su salud mental.

**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 como fomentarla. Futuros estudios podrían explorar intervenciones específicas y evaluar su eficacia en la reducción del estrés y la mejora del bienestar emocional.

**Referencias**

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