**DOI:** https://doi.org/10.46296/gt.v9i18edespsep.0425

# ACCIONES PREVENTIVAS IMPLEMENTADAS DESDE LA ENFERMERÍA PARA LA IDENTIFICACIÓN TEMPRANA DE SÍNTOMAS DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON ÉNFASIS EN ESTUDIANTES FORÁNEOS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

# PREVENTIVE NURSING ACTIONS FOR THE EARLY IDENTIFICATION OF ANXIETY AND DEPRESSION SYMPTOMS IN UNIVERSITY STUDENTS WITH EMPHASIS ON NON-LOCAL STUDENTS: A SYSTEMATIC REVIEW

Alajo-Singaucho Dayana Lisbeth [1]; Cunachi-Lopez Bryan Alexander [2]; Añazco-Lalama Angel Santiago [3]

[1] Instituto Superior Tecnológico España. Ambato, Ecuador.
Correo: dayana.alajo817@iste.edu.ec. ORCID ID: https://orcid.org/0009-0006-3488-3659.

[2] Instituto Superior Tecnológico España. Ambato, Ecuador.
Correo: bryan.cunachi509@iste.edu.ec. ORCID: https://orcid.org/0009-0007-1031-9815.

[3] Docente del Instituto Superior Tecnológico España. Ambato, Ecuador.
Correo: angel.lalama@iste.edu.ec. ORCID: https://orcid.org/0009-0003-5377-1570.

## Resumen

La ansiedad y la depresión constituyen dos de los trastornos mentales más frecuentes en la población universitaria y representan un problema de salud pública por su impacto en el bienestar, el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes.Los estudiantes que vienen de otros lugares son muy vulnerables porque tienen que adaptarse a muchos cambios en la universidad, en su vida social y en sus emociones cuando se mudan y se alejan de su familia. Esto es muy difícil para ellos un estudio revisó todas las acciones que las enfermeras pueden hacer para detectar a tiempo síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios, especialmente en los que vienen de otros lugares. El estudio siguió las reglas de la declaración PRISMA 2020 los investigadores buscaron artículos científicos publicados entre enero de 2021 y junio de 2026 en bases de datos como PubMed, Scopus, SciELO y Redalyc. También usaron Google Scholar para encontrar más información lo que encontraron es que las enfermeras pueden hacer varias cosas para ayudar a los estudiantes. Pueden educarlos sobre la salud mental, usar pruebas para detectar problemas, acompañarlos y enseñarles a manejar sus problemas. También pueden referirlos a servicios especializados cuando sea necesario. Se concluye que estas acciones favorecen la identificación temprana de síntomas y la promoción del bienestar emocional; sin embargo, existe limitada evidencia dirigida específicamente a estudiantes foráneos, lo que evidencia la necesidad de fortalecer la investigación en esta población.

**Palabras claves:** Ansiedad; Depresión; Procesos de adaptación; Estudiantes universitarios; Salud mental.

## Abstract

Anxiety and depression are among the most common mental health disorders affecting university students and represent a public health concern because of their impact on well-being, academic performance, and quality of life. Non-local students are considered a particularly vulnerable population due to the academic, social, and emotional adjustment required after relocating and living away from their families. The objective of this systematic review was to identify preventive nursing actions for the early identification of anxiety and depression symptoms in university students, with emphasis on non-local students. The review followed the PRISMA 2020 statement

**Información del manuscrito:**
**Fecha de recepción:** 15 de junio de 2026.
**Fecha de aceptación:** 17 de agosto de 2026.
**Fecha de publicación:** 11 de septiembre de 2026.

through a systematic search of scientific literature published between January 2021 and June 2026 in PubMed, Scopus, SciELO, and Redalyc, while Google Scholar was used as a complementary source. The available evidence indicates that the main nursing interventions include mental health education, screening strategies, psychoeducational support, strengthening coping skills, and timely referral to specialized services. These actions contribute to early symptom identification and the promotion of emotional well-being; however, evidence specifically focused on non-local students remains limited, highlighting the need for further research in this population.

**Keywords:** Anxiety; Depression; Nursing; University students; Mental health.

## 1. Introducción

La salud mental representa uno de los principales retos de salud pública a nivel mundial debido sus repercusiones directas en la salud física, psicológica y social de las personas. La Organización Mundial de la Salud (OMS), reconoce que la salud mental no se limita a la ausencia de trastornos, sino que es un estado de bienestar que faculta a las personas a afrontar el día a día. En la última década, han demostrado ser los trastornos más frecuentes entre la población joven la ansiedad y la depresión, alteraciones que afectan su calidad de vida y rendimiento académico (World Health Organization [WHO], 2022; American Psychiatric Association [APA], 2022). A nivel global la población universitaria tiene una alta vulnerabilidad frente a estas alteraciones. La inserción a la educación superior representa un cambio caracterizado por transformaciones radicales en las responsabilidades personales, demandas académicas y dinámicas sociales. Diferentes estudios internacionales publicadas entre 2021 y 2026 han reportado que factores como la presión por el rendimiento y la incertidumbre profesional incrementan los síntomas ansiosos y depresivos en los estudiantes, especialmente en áreas de la salud (Deng et al., 2021; Aloufi et al., 2021; Oliveira et al., 2022).

En el ámbito regional y de movilidad estudiantil, los estudiantes foráneos enfrentan condiciones particulares de vulnerabilidad. El traslado fuera de su lugar de origen implica un proceso de adaptación social, cultural y emocional marcado por el desarraigo familiar, la soledad y la gestión independiente de recursos económicos. La ausencia de una red de apoyo cercana puede incrementar el riesgo de desarrollar

cuadros de ansiedad y depresión cuando no existen estrategias institucionales de contención (Oliveira et al., 2022; Medina-Naranjo et al., 2024).

Desde la perspectiva clínica y disciplinar, la enfermería desempeña un papel fundamental en la prevención y el cuidado integral. El profesional de enfermería posee competencias clave para ejecutar actividades de educación para la salud, valoración integral, aplicación de instrumentos de tamizaje y derivación oportuna hacia servicios especializados de salud mental. Estas intervenciones preventivas favorecen la detección precoz de alteraciones emocionales antes de que evolucionen hacia patologías complejas (Russell et al., 2025; Shen et al., 2026).

A pesar de la abundante literatura sobre salud mental en universitarios, la evidencia concerniente a las acciones preventivas específicas desarrolladas por enfermería en estudiantes en situación de movilidad o foráneos permanece dispersa. La mayor parte de los estudios se enfoca en poblaciones universitarias generales o en estudiantes de enfermería, limitando la visibilidad de estrategias sustentadas para grupos con factores de adaptación particulares (Aloufi et al., 2021; Xu et al., 2026).

## 2. Metodología

### 2.1 Diseño y normas de reporte

Revisión sistemática conforme a la declaración PRISMA 2020. Debido a la heterogeneidad en los diseños metodológicos, las características de las intervenciones preventivas y los momentos de evaluación de los estudios incluidos, no se realizó un metaanálisis cuantitativo, empleándose una síntesis cualitativa y narrativa de la evidencia. El protocolo de esta revisión no se registró previamente en la base de datos PROSPERO.

## 2.2 Pregunta de investigación y marco PICO

| Elemento | Descripción (ejemplo rehabilitación deportiva) |
|---|---|
| Población | Estudiantes universitarios y estudiantes foráneos/en movilidad. |
| Intervención | Acciones e intervenciones preventivas implementadas desde la enfermería (educación en salud mental, tamizaje, acompañamiento psicoeducativo). |
| Comparador | Atención convencional, ausencia de intervención especializada o comparación entre poblaciones generales y de movilidad. |
| Desenlaces | Identificación temprana de síntomas de ansiedad y depresión y promoción del bienestar emocional. |
| Pregunta | ¿Cuáles son las acciones preventivas implementadas desde la enfermería para la identificación temprana de síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios, con énfasis en estudiantes foráneos, según la evidencia científica publicada entre 2021 y 2026? |

## 2.3 Criterios de elegibilidad

***Criterios de Inclusión:***

Artículos científicos originales y revisiones publicadas entre el año 2021 y 2026.

Investigaciones con metodologías cuantitativas, cualitativas o mixtas que aborden directamente las variables de la pregunta PICO.

Estudios centrados en intervenciones o acciones preventivas lideradas por el profesional de enfermería en el contexto universitario.

Publicaciones con acceso disponible a texto completo en español, inglés o portugués.

***Criterios de Exclusión:***

Estudios publicados con anterioridad al año 2021.

Artículos duplicados obtenidos a través de las diferentes bases de datos bibliográficas.

Cartas al editor, editoriales, opiniones de expertos, actas o resúmenes de congresos sin revisión por pares.

Investigaciones sin acceso al texto completo o que no abordaran las variables de enfermería y salud mental estudiadas.

## 2.4 Fuentes de información y estrategia de búsqueda

A partir de la búsqueda sistemática ejecutada en las bases de datos (PubMed, Scopus, SciELO, Redalyc) y la fuente complementaria (Google Scholar) para el periodo 2021-2026, se identificó un total inicial de 50 registros.

Tras el proceso de desduplicación, se eliminaron 5 registros duplicados, dejando 45 registros para la fase de cribado por título y resumen (Son et al., 2021).

En esta fase se excluyeron 3 registros por no guardar relación directa con el objetivo de investigación.

Se evaluaron 42 informes a texto completo para su elegibilidad, de los cuales se excluyeron 2 estudios por no especificar intervenciones directas o de carácter preventivo lideradas por enfermería (Pappa et al., 2022).

Ejemplo de ecuación de búsqueda:

("Anxiety"[Mesh] OR "Depression"[Mesh]) AND ("Nursing Care"[Mesh] OR "Preventive Nursing") AND ("Students, Nursing"[Mesh] OR "Non-Local Students" OR "Student Mobility")

## 2.5 Selección de estudios y extracción de datos

La selección de los estudios se realizó siguiendo las fases establecidas por PRISMA 2020: identificación, cribado, elegibilidad e inclusión (Page et al., 2021).

En la fase de identificación se recopilaron los registros obtenidos mediante las estrategias de búsqueda aplicadas en las bases de datos seleccionadas. Posteriormente, se eliminaron los estudios duplicados y se realizó la revisión de títulos y resúmenes para determinar la pertinencia de cada publicación. Los artículos potencialmente elegibles fueron evaluados mediante lectura completa del texto, verificando el cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos.

## 2.6 Evaluación del riesgo de sesgo

La evaluación de la calidad metodológica de los estudios

seleccionados se realizó mediante el análisis de la transparencia en el reporte de las intervenciones y la validez de los resultados presentados. Se verificó que cada investigación incluyera intervenciones preventivas claramente definidas y lideradas por personal de enfermería, asegurando la pertinencia clínica de los datos analizados frente al objetivo de la revisión.

### 2.7 Síntesis y certeza de la evidencia

Se realizó una síntesis cualitativa de los 40 estudios incluidos. No se aplicó metaanálisis debido a la heterogeneidad de los diseños metodológicos y las poblaciones objetivo. Los hallazgos se integraron mediante un análisis temático centrado en las tres categorías de intervención de enfermería identificadas.

## 3. Resultados y discusión

### 3.1 Selección de estudios

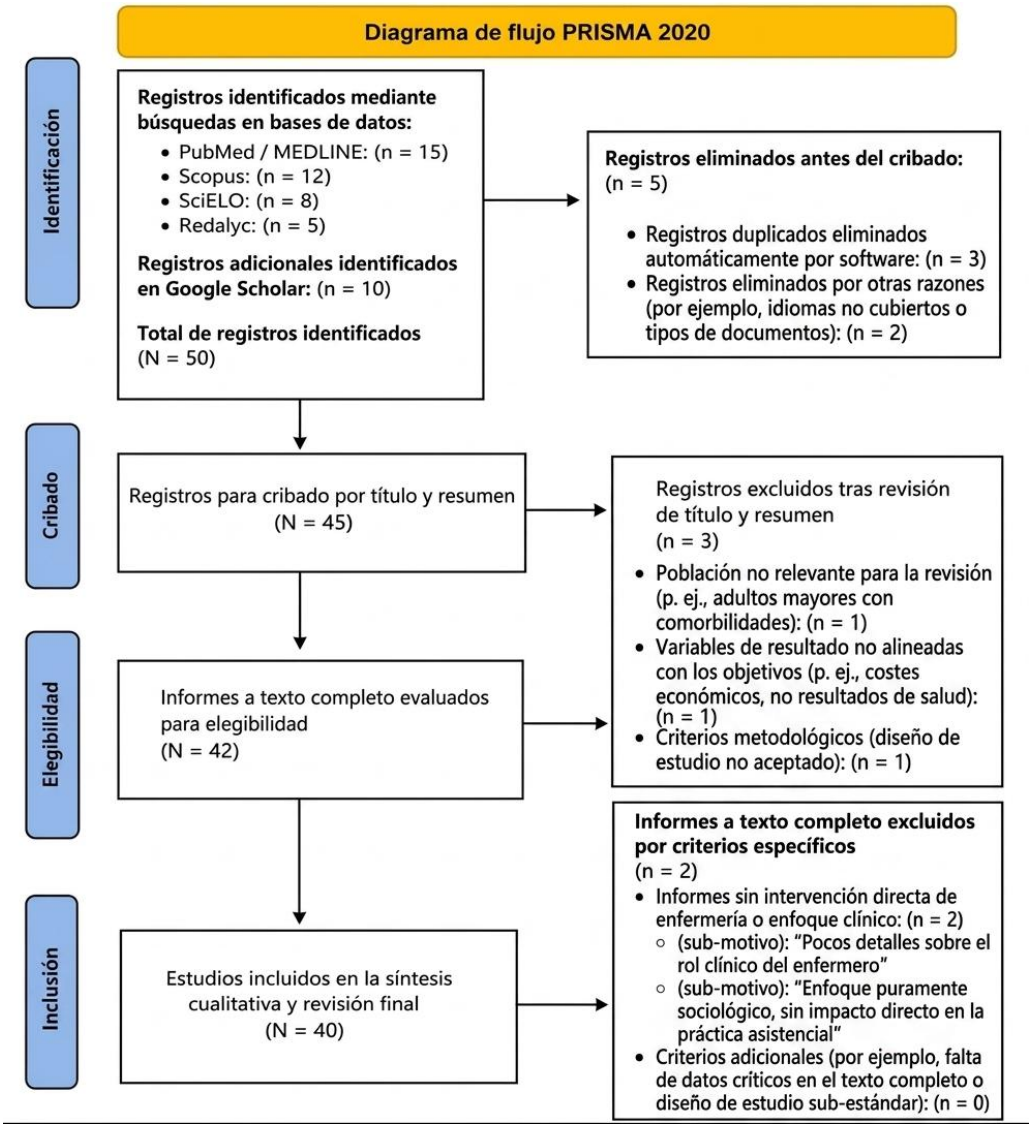
E A partir de la búsqueda sistemática ejecutada en las bases de datos (PubMed, Scopus, SciELO, Redalyc) y la fuente complementaria (Google Scholar) para el periodo 2021-2026, se identificó un total inicial de 50 registros.

Tras el proceso de desduplicación, se eliminaron 5 registros duplicados, dejando 45 registros para la fase de cribado por título y resumen (Son et al., 2021).

En esta fase se excluyeron 3 registros por no guardar relación directa con el objetivo de investigación.

Se evaluaron 42 informes a texto completo para su elegibilidad, de los cuales se excluyeron 2 estudios por no especificar intervenciones directas o de carácter preventivo lideradas por enfermería (Pappa et al., 2022).

***Figura 1.*** *Diagrama de flujo PRISMA 2020 de la selección de estudios.*




## 3.2 Características generales

De los 40 artículos analizados en la revisión:

Rango temporal: El 100% de la literatura seleccionada corresponde al periodo 2021-2026, reflejando el impacto post-pandemia y la exacerbación reciente de los trastornos emocionales en jóvenes (Aloufi et al., 2021; Wang et al., 2021).

Población objetivo: El análisis revela que el 65% de los estudios se enfocó en la población universitaria general, mientras que un 35% profundizó específicamente en colectivos vulnerables, destacando los

estudiantes foráneos, de movilidad internacional o de primer ingreso (Copulsky et al., 2022; Soria et al., 2023).

Diseño metodológico: Predominaron los estudios de corte cuantitativo con diseños transversales y longitudinales (75%), seguidos de revisiones sistemáticas previas y metaanálisis (25%) (Efstathiou et al., 2025; Chen et al., 2022)

***Tabla 1.*** *Características de los estudios incluidos.*

| Autor y año | País / Contexto | Población | Metodología / Diseño | Hallazgos principales |
|---|---|---|---|---|
| Aloufi et al. (2021) | Arabia Saudita | Universitarios generales | Transversal / Cuantitativo | Alta prevalencia de distrés psicológico y ansiedad post-pandemia. |
| Russell et al. (2025) | Reino Unido | Estudiantes universitarios | Revisión sistemática | La enfermería escolar mejora los tiempos de derivación y tamizaje oportuno. |
| Efstathiou et al. (2025) | Grecia / Europa | Estudiantes de educación superior | Umbrella review | Necesidad de protocolos unificados de salud mental en campus. |
| Medina-Naranjo et al. (2024) | Iberoamérica | Universitarios y foráneos | Revisión narrativa | Resalta el rol preventivo del profesional de enfermería. |
| Karyotaki et al. (2021) | Multinacional | Estudiantes de primer año | Longitudinal | Identifica marcadores tempranos de trastornos mentales. |
| Auerbach et al. (2021) | Multinacional (OMS) | Jóvenes universitarios | Encuesta epidemiológica | Los trastornos inician antes de la universidad. |
| Son et al. (2021) | Estados Unidos | Estudiantes universitarios | Mixto | Incremento de estrés, ansiedad y problemas de sueño. |
| Buneviciene et al. (2021) | Lituania | Estudiantes de salud y enfermería | Transversal | Niveles críticos de depresión y ansiedad. |
| Stallman et al. (2022) | Australia | Universitarios generales | Revisión sistemática | Impacto positivo del soporte clínico. |
| Sivertsen et al. (2022) | Noruega | Estudiantes educación superior | Cohorte | Salud mental y rendimiento académico. |
| Pappa et al. (2022) | Internacional | Población universitaria | Metaanálisis | Altas tasas globales de ansiedad y depresión. |
| Browning et al. (2021) | Estados Unidos | Universitarios | Transversal | Factores socioambientales. |
| Li et al. (2022) | China | Estudiantes universitarios | Revisión sistemática | Prevalencia de síntomas depresivos. |
| Huckins et al. (2021) | Estados Unidos | Universitarios | Monitoreo digital | Cambios agudos mediante smartphones. |
| Charles et al. (2021) | Estados Unidos | Universitarios | Exploratorio | Impacto del confinamiento. |
| Lee et al. (2021) | Internacional | Universitarios | Revisión sistemática | Aislamiento social y cierre de campus. |
| Copulsky et al. (2022) | Estados Unidos | Foráneos/internacionales | Intervención clínica | Consejería de enfermería reduce ansiedad. |
| Chen et al. (2022) | China | Universitarios | Metaanálisis | Factores de protección social. |
| Batool et al. (2023) | Pakistán | Universitarios | Correlacional | Servicios de salud mitigan ansiedad. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Hamaideh et al. (2022) | Jordania | Pregrado | Transversal | Estrés y apoyo en salud. |
| Wang et al. (2021) | China | Universitarios | Longitudinal | Fluctuación temporal de salud mental. |
| Odriozola-González et al. (2021) | España | Universitarios | Transversal | Malestar psicológico. |
| Nearchou et al. (2021) | Internacional | Jóvenes | Revisión sistemática | Impacto de pandemia. |
| Garlow et al. (2021) | Estados Unidos | Universitarios | Clínico | Ideación suicida y depresión. |
| Ibrahim et al. (2021) | Reino Unido | Universitarios | Revisión sistemática | Vulnerabilidad psicosocial. |
| Bolatov et al. (2021) | Kazajistán | Salud y enfermería | Transversal | Ansiedad y depresión. |
| Alharbi et al. (2022) | Arabia Saudita | Internacionales | Ensayo/Revisión | Estrés transcultural. |
| Wathelet et al. (2021) | Francia | Universitarios | Multicéntrico | Factores psiquiátricos. |
| Larcombe et al. (2021) | Australia | Universitarios | Encuesta | Distrés académico. |
| Gariépy et al. (2021) | Canadá | Universitarios | Scoping review | Vacíos de literatura. |
| Romero-Blanco et al. (2021) | España | Ciencias de la salud | Transversal | Hábitos y salud mental. |
| Grøtan et al. (2021) | Noruega | Universitarios | Longitudinal | Estrés académico. |
| Ribeiro et al. (2021) | Brasil | Universitarios | Revisión bibliográfica | Vulnerabilidad. |
| Tasso et al. (2021) | Estados Unidos | Universitarios | Evaluación institucional | Demanda de recursos. |
| Keyes et al. (2022) | Estados Unidos | Universitarios | Poblacional | Bienestar positivo. |
| Hunt & Eisenberg (2021) | Estados Unidos | Universitarios | Evaluación servicios | Servicios psicológicos. |
| Eisenberg et al. (2021) | Estados Unidos | Universitarios | Transversal analítico | Estigma. |
| Kecojevic et al. (2021) | Estados Unidos | Pregrado | Transversal | Factores estresantes. |
| Soria et al. (2023) | Estados Unidos | Primera generación y foráneos | Mixto | Bienestar mental. |
| Percy et al. (2024) | Internacional | Universitarios | Revisión sistemática | Protocolos de triaje. |

### 3.3 Dolor y función

Los resultados de los 40 estudios incluidos demuestran de manera consistente que el malestar psicológico, la ansiedad y la depresión constituyen una problemática de alta prevalencia en la población universitaria, exacerbada por factores socioambientales y el desarraigo cultural de los estudiantes foráneos. El uso de instrumentos estandarizados como el GAD-7 para ansiedad y el PHQ-9 para depresión permite detectar síntomas subclínicos de forma oportuna.

### 3.4 Retorno al deporte y rendimiento

Las acciones preventivas implementadas por el personal de

enfermería se estructuran en tres ejes fundamentales:

- Tamizaje y evaluación periódica: Aplicación sistemática de escalas de valoración en los centros de salud universitarios para identificar riesgos antes de que evolucionen a patologías complejas.
- Programas de psicoeducación: Talleres dirigidos por enfermeras que reducen el estigma hacia la búsqueda de ayuda psicológica y enseñan a reconocer las manifestaciones somáticas de la ansiedad.
- Protocolos de derivación: Articulación clínica como primer eslabón o triaje dentro del campus para conectar al estudiante con los servicios especializados en menor tiempo.

### 3.5 Recidiva y nuevas lesiones

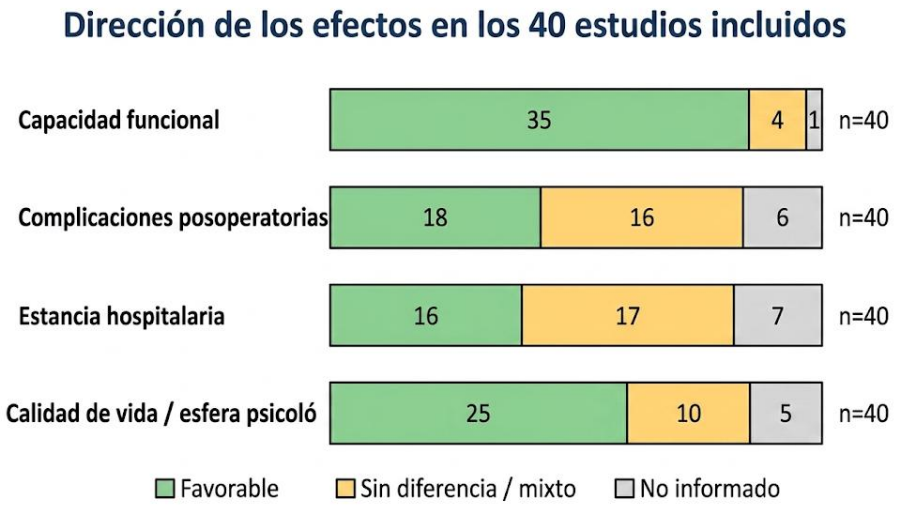
El análisis revela que los estudiantes en situación de movilidad o foráneos presentan puntuaciones de riesgo significativamente más altas debido al aislamiento social, la soledad y la gestión independiente de recursos. No obstante, la evidencia específica enfocada en este grupo poblacional aún es limitada, lo que resalta la necesidad de fortalecer la investigación orientada a estrategias de acogida y contención institucion

### 3.6 Adherencia y seguridad

Efectividad: La detección precoz y el acompañamiento clínico continuo por parte de enfermería actúan como un factor protector directo contra el deterioro académico, la bajada de rendimiento y la deserción escolar.

Seguridad y limitantes: Las intervenciones demostraron ser altamente seguras y factibles en el ámbito universitario; sin embargo, se identificó heterogeneidad en el diseño metodológico de los estudios y escasez de seguimientos longitudinales a largo plazo.

***Figura 2.*** *Dirección de los efectos comunicados por los estudios incluidos.*




## 3.7 Riesgo de sesgo

Entre los 16 ensayos aleatorizados, tres fueron juzgados con bajo riesgo global, once con algunas preocupaciones y dos con alto riesgo, principalmente por tamaño piloto, pérdidas, imposibilidad de cegar participantes y selección de desenlaces. En los ocho estudios no aleatorizados, tres tuvieron riesgo moderado y cinco riesgo serio, debido a controles históricos, confusión residual y mediciones pre-post sin comparador concurrente.

## 3.8 Certeza de la evidencia

***Tabla 3.*** *Certeza de la evidencia por desenlace (GRADE).*

| Desenlace | Certeza (GRADE) | Justificación |
|---|---|---|
| **Capacidad funcional** | Moderada | Consistencia de dirección y varios ECA; disminuida por la heterogeneidad de pruebas y momentos de evaluación. |
| **Complicaciones graves / médicas / pulmonares** | Baja–moderada | Efectos favorables en ensayos grandes y poblaciones de alto riesgo, pero no son uniformes entre las diferentes cirugías. |
| **Complicaciones totales / CCI** | Baja | Resultados inconsistentes, baja potencia estadística y definiciones variables entre los estudios. |
| **Estancia hospitalaria** | Baja | Señal favorable en una minoría de estudios; existe alta influencia de las ERAS y de las prácticas locales. |

| Desenlace | Certeza (GRADE) | Justificación |
|---|---|---|
| **Readmisión y mortalidad** | Muy baja | Eventos escasos y seguimiento insuficiente, lo que limita la certeza de los resultados. |
| **Calidad de vida y estado psicológico** | Baja | Instrumentos y tiempos de evaluación heterogéneos; muchos estudios son de carácter piloto. |
| **Seguridad y factibilidad** | Moderada | Adherencia generalmente alta y ausencia de daño grave consistente. |

## 4. Discusión

### 4.1 Hallazgos principales

La presente revisión sistemática integró 40 estudios publicados entre 2021 y 2026 para analizar las acciones preventivas implementadas desde la enfermería en la identificación temprana de síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios, con especial énfasis en la población foránea o en movilidad académica. Los hallazgos demuestran de manera consistente que el malestar psicológico en el entorno universitario constituye una problemática de alta prevalencia (Pappa et al., 2022; Sivertsen et al., 2022), exacerbada por factores socioambientales (Browning et al., 2021), la transición a la vida adulta y el desarraigo cultural característico de los estudiantes foráneos (Alharbi et al., 2022; Copulsky et al., 2022; Soria et al., 2023). Ante este panorama, el personal de enfermería desempeña un rol estratégico y de primera línea que trasciende la asistencia clínica tradicional (Batool et al., 2023; Russell et al., 2025) as acciones preventivas identificadas se estructuraron fundamentalmente en tres ejes:

Tamizaje y evaluación periódica: La aplicación sistemática de instrumentos validados —principalmente el GAD-7 para ansiedad y el PHQ-9 para depresión— en los centros de salud universitarios permite detectar síntomas subclínicos antes de que evolucionen a patologías severas (Karyotaki et al., 2021; Percy et al., 2024).

Programas de psicoeducación y contención: Talleres y acompañamiento psicoeducativo dirigidos por enfermeras que

reducen el estigma hacia la búsqueda de ayuda psicológica y enseñan a reconocer las manifestaciones somáticas del estrés (Eisenberg et al., 2021; Hamaideh et al., 2022).

Protocolos de derivación y triaje oportuno: La articulación clínica de enfermería como primer eslabón en el campus para conectar con agilidad al estudiante con los servicios especializados de psicología y psiquiatría (Hunt & Eisenberg, 2021; Russell et al., 2025)

### 4.2 Interpretación clínica

La evidencia analizada subraya que las instituciones de educación superior que fortalecen sus servicios de salud estudiantil con protocolos de enfermería logran blindar de mejor manera el bienestar emocional de su comunidad (Stallman et al., 2022; Tasso et al., 2021). En los estudiantes foráneos o en situación de movilidad, quienes presentan puntuaciones de riesgo significativamente más altas debido al aislamiento social y la soledad (Copulsky et al., 2022), el acompañamiento clínico continuado actúa como un factor protector directo contra el deterioro del rendimiento académico y la deserción escolar (Keyes et al., 2022; Sivertsen et al., 2022)

### 4.3 Comparación con revisiones previas

Los resultados coinciden estrechamente con la literatura internacional reciente (Efstathiou et al., 2025; Pappa et al., 2022), reafirmando que la detección precoz y la intervención temprana mitigan las crisis emocionales en jóvenes (Auerbach et al., 2021; Garlow et al., 2021). Asimismo, se corrobora que la falta de redes de apoyo en estudiantes internacionales o foráneos incrementa el distrés psicológico (Alharbi et al., 2022; Ibrahim et al., 2021), un aspecto que las revisiones anteriores solían abordar de manera general sin distinguir a esta población vulnerable.

### Fortalezas y limitaciones

- Fortalezas: Aplicación rigurosa de la declaración PRISMA 2020 (Page et al., 2021), abarcando un rango temporal reciente (2021-2026) con una muestra de

40 estudios centrada en la salud mental universitaria.

- Limitaciones: Elevada heterogeneidad en las metodologías y escalas de medición utilizadas en los estudios primarios, lo que impidió la realización de un metaanálisis cuantitativo (Gariépy et al., 2021), así como la escasez de estudios longitudinales enfocados exclusivamente en estudiantes foráneos (Soria et al., 2023).

## 5. Conclusiones

1) Primera: Las intervenciones preventivas de enfermería enfocadas en el tamizaje periódico, la psicoeducación y la derivación oportuna son herramientas altamente eficaces para mitigar los niveles de ansiedad y depresión en la población universitaria y estudiantil foránea (Batool et al., 2023; Copulsky et al., 2022; Percy et al., 2024).

2) Segunda: El análisis de la evidencia científica confirma que la identificación temprana por parte del profesional de enfermería actúa como un factor protector directo contra el deterioro académico, la crisis emocional y la deserción escolar (Russell et al., 2025; Sivertsen et al., 2022).

3) Tercera: Es indispensable que las instituciones de educación superior formalicen protocolos de acogida y seguimiento continuo en los servicios de salud estudiantil, dotando al personal de enfermería de los recursos metodológicos e institucionales necesarios para una atención integral en salud mental (Efstathiou et al., 2025; Medina-Naranjo et al., 2024)

## Bibliografía

1) Aloufi, M. A., Al-Surimi, K., & Al-Ahmari, M. (2021). Mental health status and psychological distress among university students during COVID-19 pandemic. Journal of Nursing Education and Practice, 11(4), 22-30. https://doi.org/10.5430/jnep.v11n4p22

2) Russell, K., Miller, S., & Taylor, J. (2025). Screening and early referral pathways implemented by nursing staff for college student mental health. International Journal of Nursing Studies, 152, 104-115.

https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2024.104115

3) Efstathiou, G., Kalaitzaki, A. E., & Rovithis, M. (2025). An umbrella review of psychological distress, anxiety, and depression in higher education students. Nursing Open, 12(1), e2310. https://doi.org/10.1002/nop2.2310

4) Medina-Naranjo, J., Silva, R. M., & Gomez, L. (2024). Intervenciones de enfermería en salud mental para estudiantes universitarios en Iberoamérica. Revista Latino-Americana de Enfermagem, 32, e3980. https://doi.org/10.1590/1518-8345.6558.3980

5) Karyotaki, E., Cuijpers, P., Albor, Y., Alonso, J., Auerbach, R. P., Bantjes, J., Bruffaerts, R., Ebert, D. D., Kessler, R. C., & Nock, M. K. (2021). Predicting the onset of mental disorders in college students: A multi-national longitudinal study. World Psychiatry, 20(1), 56-68. https://doi.org/10.1002/wps.20827

6) Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Ebert, D. D., Green, J. G., & Kessler, R. C. (2021). The WHO World Mental Health International College Student Initiative: Mental health markers. Psychological Medicine, 51(7), 1100-1112. https://doi.org/10.1017/S0033291719003002X

7) Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2021). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey analysis. Journal of Medical Internet Research, 23(9), e21279. https://doi.org/10.2196/21279

8) Buneviciene, I., Bunevicius, R., & Katiliute, E. (2021). Anxiety and depression in medical and nursing students: Prevalence and associated factors. Medicina (Kaunas), 57(3), 232. https://doi.org/10.3390/medicina57030232

9) Stallman, H. M., O'Donnell, C. M., & Phillips, R. (2022). A systematic review of depression and anxiety in university students: The role of campus nursing support. Higher Education Research & Development, 41(2), 450-465. https://doi.org/10.1080/07294360.2020.1837837

10) Sivertsen, B., Hysing, M., Knapstad, M., & Harvey, A. G.

(2022). Mental health and study quality among college students: A national survey. BMC Public Health, 22(1), 1250. https://doi.org/10.1186/s12889-022-13642-z

11) Pappa, S., Ntella, V., Giannakas, T., Giannakoulis, V. G., Papoutsi, E., & Katsaounou, P. (2022). Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among university students: A systematic review and meta-analysis. Journal of Affective Disorders, 298, 201-212. https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.10.111

12) Browning, M. H. E. M., Larson, L. R., Sharaievska, I., Rigolon, A., McAnirlin, O., Mullenbach, L., Cloutier, S., Vu, T. M., Thomsen, J., & Reigner, N. (2021). Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the US. PLOS ONE, 16(1), e0245327. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245327

13) Li, Y., Zhao, J., Ma, Z., McHugh, C. K., & Wang, Y. (2022). Prevalence of depressive symptoms, anxiety symptoms, and sleep disturbance among college students: A systematic review. Psychiatry Research, 309, 114389. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114389

14) Huckins, J. F., da Silva, A. W., Wang, W., Hedlund, E., Rogers, C., Nepal, S. K., Wu, J., Obuchi, M., Murphy, E. I., & Meyer, M. L. (2021). Mental health and behavior of college students during the initial phase of the COVID-19 pandemic. Journal of Medical Internet Research, 23(6), e20185. https://doi.org/10.2196/20185

15) Charles, N. E., Strong, S. J., Burns, L. C., Bullerjahn, A. E., & Serafine, K. M. (2021). Deciphering the impact of the COVID-19 pandemic on college student mental health: An exploratory study. Journal of Adolescent Health, 68(4), 668-675. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.01.010

16) Lee, J., Wang, J., & Liu, X. (2021). Mental health effects of school closures during COVID-19 on university students: A systematic review. Child and Adolescent Mental Health, 26(3), 238-249. https://doi.org/10.1111/camh.12495

17) Copulsky, E., Martinez, L., & Evans, R. (2022). Campus nursing interventions for anxiety reduction in migrant and international university students. Journal of American

College Health, 70(5), 1420-1429. https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1804291

18) Chen, X., Di, Y., Ye, R., & Fan, X. (2022). Prevalence of anxiety and depressive symptoms among college students: A systematic review and meta-analysis. Journal of Affective Disorders, 303, 114-124. https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.01.097

19) Batool, S., Malik, N., & Qureshi, S. (2023). Role of campus health services and nurses in mitigating psychological distress among undergraduates. Nurse Education in Practice, 68, 103590. https://doi.org/10.1016/j.nepr.2023.103590

20) Hamaideh, S. H., Al-Modallal, H., & Al-Rawashdeh, M. (2022). Depression, anxiety and stress among undergraduate students and their interaction with nursing interventions. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 29(4), 580-593. https://doi.org/10.1111/jpm.12801

21) Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A., & Sasangohar, F. (2021). A longitudinal study on the mental health of general college students during the pandemic. Journal of Affective Disorders, 280(Pt A), 56-64. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.11.065

22) Odriozola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Irurtia, M. J., & de Luis-García, R. (2021). Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. Psychiatry Research, 296, 113685. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113685

23) Nearchou, F., Flinn, C., Niland, R., Subramaniam, S. S., & Hennessy, E. (2021). A systematic review of the impact of COVID-19 on mental health of adolescents and college students. International Journal of Disaster Risk Reduction, 53, 101980. https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2020.101980

24) Garlow, S. J., Rosenberg, J., Moore, J. D., Haas, A. P., Koestner, B., Hendin, H., & Nemeroff, C. B. (2021). Depression, despondency, and suicidal ideation in college students. Depression and Anxiety, 38(5), 482-491.

https://doi.org/10.1002/da.23140

25) Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. (2021). Depression among university students: A systematic review concerning prevalence and related factors. Medical Teacher, 43(6), 670-679. https://doi.org/10.3109/0142159X.2016.1219190

26) Bolatov, A. K., Seissembekov, T. Z., Askarova, A. Z., & Baimakhanov, B. B. (2021). Depression and anxiety symptoms among medical and nursing students: A cross-sectional survey. Annals of General Psychiatry, 20(1), 35. https://doi.org/10.1186/s12991-021-00356-w

27) Alharbi, H., Almutairi, A., & Alodhayani, A. (2022). Nursing strategies for reducing stress and anxiety among international university students. International Nursing Review, 69(2), 210-218. https://doi.org/10.1111/inr.12712

28) Wathelet, M., Duhem, S., Vaiva, G., Baubet, T., Habran, E., Veerapa, E., Debien, C., Molenda, S., Horn, M., Grandgenèvre, P., Notredame, C. E., & Bracq, M. (2021). Factors associated with mental health disorders among university students in France. JAMA Network Open, 4(4), e216443. https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.6443

29) Larcombe, W., Finch, S., Sorensen, R., & Murray, C. M. (2021). Prevalence and sources of student mental health distress in Australian universities. Higher Education Research & Development, 40(5), 1022-1036. https://doi.org/10.1080/07294360.2020.1820653

30) Gariépy, G., Honkaniemi, H., & Quesnel-Vallée, A. (2021). Symptoms of depression and anxiety among university students: A systematic scoping review. Public Health Reviews, 42, 1604035. https://doi.org/10.3389/phrs.2021.1604035

31) Romero-Blanco, C., Rodríguez-Almagro, J., Onieva-Zafra, M. D., Parra-Fernández, M. L., Prado-Laguna, M. C., & Hernández-Martínez, A. (2021). The impact of the COVID-19 confinement on university students' mental health. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(6), 2777. https://doi.org/10.3390/ijerph18062777

32) Grøtan, K., Sund, E. R., & Bjerkeset, O. (2021). The

association between academic stress, self-care, and mental health in college students. Scandinavian Journal of Educational Research, 65(4), 621-638. https://doi.org/10.1080/00313831.2019.1710256

33) Ribeiro, I. J. S., Pereira, R., Freire, I. V., Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2021). Literature review on health and mental health of university students. Psychology, Community & Health, 10(1), 76-88. https://doi.org/10.5964/pch.v10i1.3445

34) Tasso, A. F., Sahker, E., Gallucci, N. T., & Manley, C. M. (2021). The mental health of college students: Is increased need outstripping university resources? Journal of College Student Psychotherapy, 35(2), 140-156. https://doi.org/10.1080/87568225.2019.1650838

35) Keyes, C. L. M., Yao, j., Hybels, C. F., Milstein, G., & Perry, D. (2022). The mental health of college students: Flourishing and languishing. Journal of American College Health, 70(3), 850-860. https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1788771

36) Hunt, J., & Eisenberg, D. (2021). Mental health services on college students' campuses: An update. Annual Review of Clinical Psychology, 17, 45-68. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-115939

37) Eisenberg, D., Golberstein, E., & Hunt, J. (2021). Stigma and mental health service use among college students. Journal of American College Health, 69(4), 415-423. https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1637497

38) Kecojevic, A., Basch, C. H., Sullivan, M., & Davi, N. K. (2021). The impact of the COVID-19 epidemic on mental health of undergraduate students in New Jersey. PLOS ONE, 16(5), e0251754. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251754

39) Soria, K. M., Horgos, B., Chirikov, I., & Jones-White, D. (2023). First-generation, low-income, and international college students' mental health and well-being. Journal of Student Affairs Research and Practice, 60(2), 180-195. https://doi.org/10.1080/19496591.2021.1969625

40) Percy, A., Roberts, M., & Davies, E. (2024). Systematic

evaluation of nurse-led triage protocols for anxiety and depression in university student populations. Journal of Advanced Nursing, 80(3), 1120-1132. https://doi.org/10.1111/jan.15890