

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y  
Humanidades, Asunción, Paraguay**

ISSN en línea: 2789-3855, 2026

## **Descripción del análisis del estrés percibido como predictor de riesgo biopsicosocial en la salud mental de adultos jóvenes universitarios – bibliometría**

Description of the analysis of perceived stress as a predictor of  
biopsychosocial risk in the mental health of young university adults –  
bibliometric study

### **Nina Ceballos Porto**

nina.ceballos@usa.edu.co

<https://orcid.org/0009-0001-8120-9441>

Universidad Sergio Arboleda  
Bogotá – Colombia

### **Laura Montaña Sanchez**

laura.montano01@usa.edu.co

<https://orcid.org/0009-0008-8251-9418>

Universidad Sergio Arboleda  
Bogotá – Colombia

### **Angie Lizeth Trujillo Valderrama**

angie.trujillo01@usa.edu.co

<https://orcid.org/0009-0001-4159-4138>

Universidad Sergio Arboleda  
Bogotá – Colombia

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.6011>

  
**Redilat**  
Red de Investigadores  
Latinoamericanos

  
**LATAM**

Revista Latinoamericana de  
Ciencias Sociales y Humanidades

**Artículo recibido:** 27 de enero de 2026.

**Aceptado para publicación:** 15 de junio de 2026.

**Conflictos de Interés:** Ninguno que declarar.

**VOLUMEN VII**

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.6011>

## Descripción del análisis del estrés percibido como predictor de riesgo biopsicosocial en la salud mental de adultos jóvenes universitarios – bibliometría

Description of the analysis of perceived stress as a predictor of biopsychosocial risk in the mental health of young university adults – bibliometric study

**Nina Ceballos Porto**

nina.ceballos@usa.edu.co  
<https://orcid.org/0009-0001-8120-9441>  
Universidad Sergio Arboleda  
Bogotá – Colombia

**Laura Montaña Sanchez**

laura.montano01@usa.edu.co  
<https://orcid.org/0009-0008-8251-9418>  
Universidad Sergio Arboleda  
Bogotá – Colombia

**Angie Lizeth Trujillo Valderrama**

angie.trujillo01@usa.edu.co  
<https://orcid.org/0009-0001-4159-4138>  
Universidad Sergio Arboleda  
Bogotá – Colombia

Artículo recibido: 27 de enero de 2026. Aceptado para publicación: 15 de junio de 2026.  
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

### Resumen

El estrés percibido se ha consolidado como una de las principales problemáticas en salud mental a nivel global y como una variable predictora relevante del riesgo biopsicosocial, especialmente en población de adultos jóvenes universitarios, una etapa del ciclo vital caracterizada por múltiples demandas académicas, sociales y personales. El objetivo principal de esta investigación fue analizar la producción científica relacionada con el estrés percibido como variable predictora del riesgo biopsicosocial y su repercusión en la salud mental mediante un análisis bibliométrico. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo y un alcance descriptivo basado en análisis bibliométrico. La identificación de artículos científicos se realizó mediante búsquedas booleanas en bases de datos académicas e indexadas, seguido de la sistematización de la información en una matriz de Excel para su posterior análisis estadístico. Se incluyeron artículos científicos publicados entre los años 2016 y 2026, en español e inglés, que abordan variables relacionadas con estrés percibido, riesgo biopsicosocial, salud mental y adultos jóvenes universitarios. Los resultados evidenciaron una tendencia creciente en la producción científica sobre estrés percibido, riesgo biopsicosocial y salud mental, especialmente durante el periodo 2020-2021. China y Estados Unidos lideraron la producción investigativa, mientras que Latinoamérica y África presentaron menor representación científica. Asimismo, el estrés percibido se consolidó como la variable más abordada en la literatura, identificándose como predictor asociado al deterioro de la salud mental y al incremento del riesgo biopsicosocial. Se concluye que este estudio fortalece la literatura científica y aporta una aproximación actual al comportamiento investigativo mundial frente a este fenómeno.


*Palabras clave:* estrés subjetivo-percibido, ansiedad, riesgo biopsicosocial, salud mental,

adultos jóvenes, universitarios, bibliometría

## Abstract

Perceived stress has become one of the main global mental health concerns and a relevant predictive variable of biopsychosocial risk, especially among young university adults, a stage of the life cycle characterized by multiple academic, social, and personal demands. The main objective of this research was to analyze the scientific production related to perceived stress as a predictive variable of biopsychosocial risk and its impact on mental health through a bibliometric analysis. The research was developed under a quantitative approach with a descriptive scope based on bibliometric analysis. The identification of scientific articles was carried out through Boolean searches in academic and indexed databases, followed by the systematization of the information in an Excel matrix for subsequent statistical analysis. Scientific articles published between 2016 and 2026, in both Spanish and English, addressing variables related to perceived stress, biopsychosocial risk, mental health, and young university adults were included. The results revealed a growing trend in scientific production on perceived stress, biopsychosocial risk, and mental health, especially during the 2020–2021 period. China and the United States led the research production, while Latin America and Africa showed lower scientific representation. Likewise, perceived stress was consolidated as the most widely addressed variable in the literature, being identified as a predictor associated with mental health deterioration and an increased biopsychosocial risk. It is concluded that this study strengthens the scientific literature and provides an updated approach to the global research behavior regarding this phenomenon.

**Keywords:** subjective-perceived stress, anxiety, biopsychosocial risk, mental health, young adults, university students, bibliometrics

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Ceballos Porto, N., Montañó Sanchez, L., & Trujillo Valderrama, A. L. (2026). Descripción del análisis del estrés percibido como predictor de riesgo biopsicosocial en la salud mental de adultos jóvenes universitarios – bibliometría. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 7 (3), 1172 – 1188. <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.6011>

## **INTRODUCCIÓN**

El estrés se ha consolidado como una de las principales problemáticas de salud mental a nivel mundial, debido a su impacto sobre el bienestar psicológico, emocional y funcional de las personas. De acuerdo con Murillo (2021), el estrés constituye una respuesta derivada de la interacción entre el individuo y su entorno a lo largo de las diferentes etapas del ciclo vital. Aunque inicialmente puede cumplir una función adaptativa, cuando se presenta de manera prolongada o intensa puede generar afectaciones tanto físicas como psicológicas que interfieren significativamente en las áreas de ajuste cotidiano. En este sentido, Vargas Castro et al. (2024) señalan que el estrés crónico puede funcionar como precursor de problemas psicológicos como la ansiedad y la depresión, deteriorando progresivamente el bienestar emocional y mental de los individuos.

La adultez joven universitaria representa una etapa particularmente vulnerable frente a este fenómeno debido a las múltiples exigencias académicas, sociales, económicas y personales que caracterizan este periodo del ciclo vital. Diversas investigaciones recientes han evidenciado que los estudiantes universitarios presentan altos niveles de estrés percibido asociados a presión académica, incertidumbre frente al futuro, dificultades económicas y cambios en las dinámicas sociales, especialmente posteriores a la pandemia por COVID-19 (Piao et al., 2024; Vargas Castro et al., 2024).

A nivel global, estudios reportan que aproximadamente el 64% de la población ha experimentado manifestaciones de estrés y que gran parte de estas afectan directamente el funcionamiento cotidiano y la salud mental de las personas (AXA, 2025; Ipsos, 2024). A pesar del creciente interés científico por el estudio del estrés percibido y sus repercusiones, persisten vacíos investigativos relacionados con su comprensión como variable predictora del riesgo biopsicosocial en población universitaria. Gran parte de la literatura se ha enfocado en describir niveles de estrés y factores asociados, sin profundizar suficientemente en las relaciones predictivas entre variables psicológicas, sociales y contextuales. Asimismo, existen limitaciones en la consolidación de evidencia que permita comprender el comportamiento investigativo mundial frente a este fenómeno y sus tendencias científicas recientes. En este contexto surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los factores del estrés percibido que actúan como variable predictora del riesgo psicosocial en adultos jóvenes universitarios?

En este contexto, la presente investigación tiene como objetivo analizar la producción científica relacionada con el estrés percibido como variable predictora del riesgo biopsicosocial en la salud mental de adultos jóvenes universitarios, mediante un estudio bibliométrico enfocado en la identificación de variables predictoras, relaciones conceptuales y tendencias investigativas asociadas al fenómeno. Para ello, se empleó un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo basado en búsquedas booleanas en bases de datos académicas e indexadas, seguido de la sistematización y análisis estadístico de los artículos seleccionados. A partir de este proceso, se pretende identificar tendencias investigativas, variables predominantes y relaciones conceptuales que permitan comprender el papel del estrés percibido dentro de modelos explicativos y predictivos relacionados con la salud mental en población universitaria.

## **METODOLOGÍA**

Este estudio tuvo un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo basada en el análisis bibliométrico con conteo de referencias bibliográficas sobre literatura científica referida a la relación del estrés percibido como variable predictora de riesgo biopsicosocial en adultos jóvenes en contexto universitario, además, que abordaran variables estrés percibido, riesgo biopsicosocial, salud mental y adultos jóvenes universitarios.

Para la selección de artículos se usaron criterios de inclusión y exclusión los cuales fueron

### Criterios de inclusión

- Artículos científicos, revisiones sistemáticas, metaanálisis, estudios cuantitativos o mixtos.
- Artículos científicos publicados entre el año 2016 a 2026.
- Artículos científicos en español e inglés
- Estudios científicos relacionados con estrés percibido, riesgo biopsicosocial y salud mental en población universitaria de adultos jóvenes.
- Que hablen sobre: Estrés percibido, riesgo biopsicosocial, salud mental, adultos jóvenes / universitarios.
- Artículos que analicen el estrés como variable asociada o predictora y que examinen relaciones entre variables biopsicosociales.
- Artículos científicos que aborden factores de riesgo en salud mental.

### Criterios de exclusión

- Documentos no científicos, blogs, opinión, ensayos sin respaldo empírico, páginas web sin revisión académica.
- Estrés sin componente psicosocial sino un abordaje biomédico.
- Salud mental sin relación con estrés.
- Poblaciones no comparables: niños, adolescentes, adultos mayores.
- Artículos repetidos en bases de datos.
- Artículos sin información completa.
- Artículos con deficiencias metodológicas.

El estudio bibliométrico está estructurado bajo la metodología PRISMA, por medio de la búsqueda de operadores booleanos se identificaron inicialmente 250 artículos, tetas aplicar distintos filtros y teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión se obtuvo una muestra total de 150 documentos, los cuales fueron utilizados para el análisis.

### Instrumentos y herramientas

Excel, en el cual se sistematizó información específica de los artículos seleccionados, posteriormente, la información fue organizada mediante tablas dinámicas y gráficos estadísticos, permitiendo identificar tendencias de producción científica, distribución geográfica, comportamiento temporal de publicaciones, frecuencia de variables predictoras, tipos de población estudiada, diseños metodológicos predominantes y características editoriales de las revistas analizadas. Asimismo, se realizó un análisis descriptivo basado en frecuencias absolutas, porcentajes y tendencias lineales, incorporando el coeficiente de determinación ( $R^2$ ) para evaluar el comportamiento temporal de la producción científica en torno al estrés percibido, la salud mental y el riesgo biopsicosocial en adultos jóvenes universitarios

En este estudio, se realizó un análisis bibliométrico centrado en el año 2016 al 2026. Se empleó el buscador Google Scholar el cuál brindó artículos de diferentes bases de datos para la búsqueda de literatura a nivel mundial, en este buscador se usaron códigos booleanos que agruparan las variables correspondientes para la identificación y clasificación de artículos para la selección de la muestra final.

Se realizó un análisis estadístico descriptivo de la información recolectada mediante el uso de Microsoft Excel. Inicialmente, los artículos seleccionados fueron sistematizados en una matriz bibliométrica que incluyó variables relacionadas con características editoriales, metodológicas y temáticas de los estudios analizados. Posteriormente, se emplearon tablas dinámicas y gráficos estadísticos para identificar patrones de producción científica, distribución geográfica, frecuencia de

variables de estudio, tipos de población, diseños metodológicos, instrumentos utilizados y clasificación de revistas según cuartiles.

Para el análisis de resultados se calcularon frecuencias absolutas (n), porcentajes (%) y tendencias temporales de publicación científica entre los años 2016 y 2026. Asimismo, se incorporó una tendencia lineal para evaluar el comportamiento temporal de la producción científica, utilizando el coeficiente de determinación ( $R^2$ ) como medida de ajuste estadístico y capacidad explicativa de la tendencia observada.

De manera complementaria, los hallazgos fueron interpretados desde una perspectiva predictiva y relacional, considerando la lógica de los Diagramas Acíclicos Dirigidos (DAG), con el fin de identificar posibles relaciones entre variables predictoras, mediadoras, moderadoras y variables resultado asociadas al riesgo biopsicosocial y la salud mental en adultos jóvenes universitarios.

Para las consideraciones éticas se tuvieron en cuenta:

- Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia, clasificando la investigación como un estudio sin riesgo debido a su carácter documental y bibliométrico.
- Ley 1090 de 2006, relacionada con los principios éticos del ejercicio profesional de la psicología y la integridad científica.
- Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos personales y manejo adecuado de la información académica consultada.
- Principios de respeto por la propiedad intelectual, uso responsable de fuentes científicas y adecuada citación bajo normas APA 7.

## **RESULTADOS**

A continuación, se presentan los resultados del estudio bibliométrico con la muestra final, la cual fue obtenida bajo la metodología PRISMA.

### **Gráfico 1**

*Producción científica por año*

**Fuente:** elaboración propia a partir de los datos recolectados en el análisis bibliométrico.

A partir de la recolección de información de los artículos seleccionados en la revisión, se identificó una



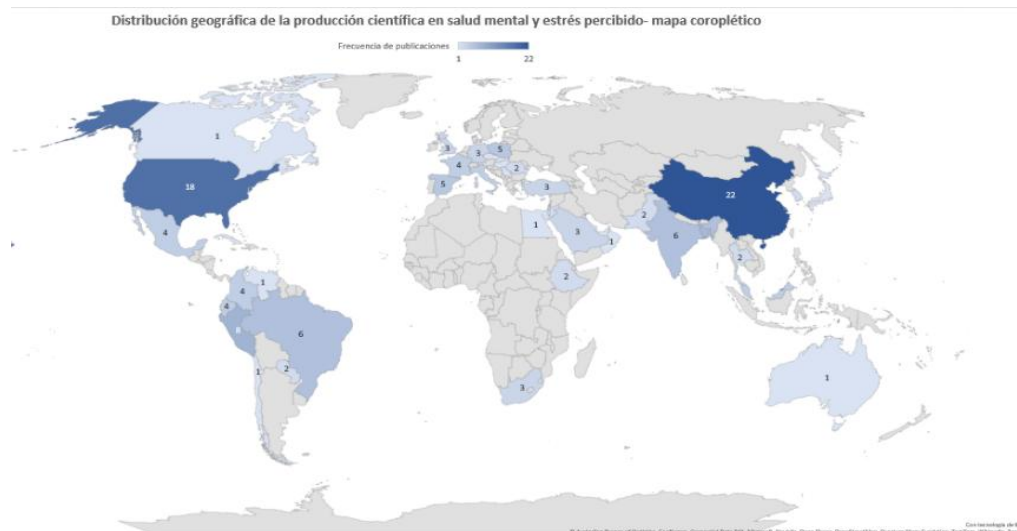
producción anual promedio de 150 artículos científicos referentes al estrés percibido, salud mental y factores de riesgo biopsicosocial. El año con mayor productividad fue el 2021 registrando un total de 33 publicaciones. Así mismo, entre 2020 y 2021 se evidenció un incremento aproximado del 94% en la producción científica, lo que refleja un aumento significativo en el interés investigativo por la salud mental y estrés percibido en población universitaria dentro del contexto de la crisis sanitaria por COVID-19. Finalmente, la producción científica mostró una tendencia lineal creciente ( $R^2 = 0,701$ ), lo que confirma un interés progresivo por el estudio e investigación del estrés percibido, salud mental y riesgo biopsicosocial en este grupo poblacional durante el período analizado.

**Figura 1**

*Distribución geográfica*

**Fuente:** elaboración propia a partir de los datos recolectados en el análisis bibliométrico.

Por otra parte, en cuanto a la distribución geográfica, se observó una predominancia investigativa en Asia, liderada por China ( $n=22$ ; 14,7%) y en Norteamérica, liderada por Estados Unidos ( $n=18$ ; 12%). En

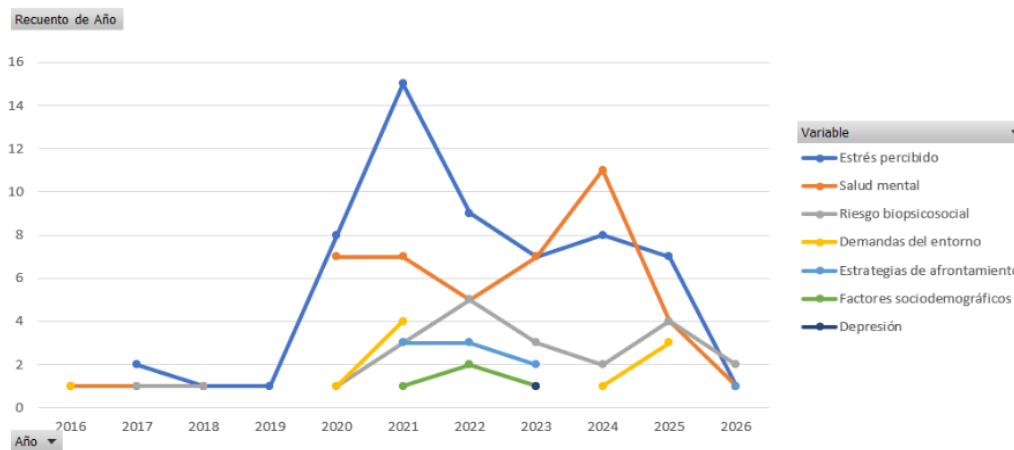


contraste, Latinoamérica mostró una participación moderada en la producción científica, mientras que el continente africano registró una menor representación; este panorama sugiere la existencia de desigualdades regionales en el desarrollo de investigación sobre la salud mental y el estrés percibido.

## Gráfico 2

*Evolución anual de las variables*

**Fuente:** elaboración propia a partir de los datos recolectados en el análisis bibliométrico.



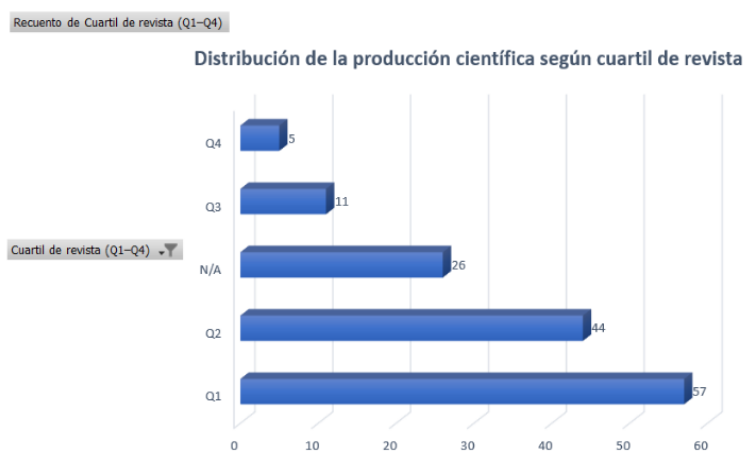
Respecto al análisis de las variables de estudio, el estrés percibido fue la más abordada ( $n=59$ ; 39,30%) registrando además su mayor volumen de investigaciones en el año 2021. A esta le siguieron la salud mental ( $n=45$ ; 30%), con un repunte en la producción científica durante el año 2024, y el riesgo biopsicosocial ( $n=22$ ; 14,70%), con mayor presencia en el 2022. Estos datos reflejan una tendencia investigativa orientada a evaluar y analizar el impacto biopsicosocial y emocional en la población universitaria.

De igual manera, entre el año 2020 y 2024 se evidenció un incremento sostenido en la literatura sobre estrés percibido y salud mental, evidenciando un mayor interés científico por estas temáticas y fenómenos tanto durante la crisis sanitaria por COVID-19 como en el período posterior. Finalmente, se identificó que las variables asociadas a factores sociodemográficos y depresión fueron las menos estudiadas dentro de la muestra.

## Gráfico 3

*Distribución por cuartiles*

**Fuente:** elaboración propia a partir de los datos recolectados en el análisis bibliométrico.



La distribución por cuartiles reveló que hay mayor predominio en la publicación científica en revistas Q1 (n=57; 38,3) y Q2 (n=44; 29,5%) lo cual indica que de la muestra total el 67,8% de las publicaciones analizadas fue de revistas de estos cuartiles. En contraste, las revistas pertenecientes al Q3 (n=11; 7,4%) y Q4 (n=5; 3,4%) fueron aquellas con menor representación de publicación. Adicionalmente, se identificaron publicaciones correspondientes a revistas divulgativas o sin clasificación en cuartiles (n=26; 17,4). En conjunto, estos hallazgos sugieren una tendencia investigativa orientada hacia menos editoriales de alto impacto y mayor visibilidad científica en el campo de la salud mental y el estrés percibido.

Para los diseños metodológicos se identificó que en la gran mayoría de los artículos analizados se realizaron investigaciones de corte transversal y no experimental, lo que quiere decir, que la investigación del estrés percibido y la salud mental se ha orientado principalmente a una comprensión sincrónica del fenómeno, con una caracterización en un único momento en el tiempo y en la identificación de variables asociadas. Por otro lado, se evidenció que hubo una baja investigación de diseño longitudinal y correlacional, lo que sugiere una limitación en la investigación para poder construir trayectorias y evolución en el tiempo de las variables, por lo tanto, no se tienen en cuenta posibles cambios individuales y relacionales en los periodos de tiempo de la investigación, lo que podría restringir la comprensión del estrés como un proceso dinámico y cambiante dependiendo de los diferentes contextos y la posible correlación que tiene con otras variables.

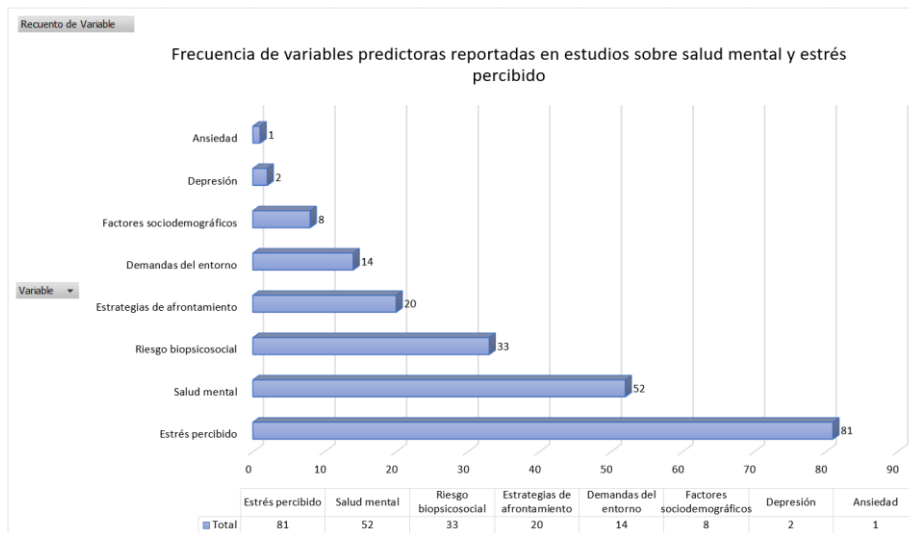
En la matriz realizada y en coherencia con los artículos analizados, se observó un predominio en instrumentos psicométricos diseñados para medir el estrés percibido, el principal instrumento para medir el estrés fue la Escala de Estrés Percibido (de 10 y 14 ítems), seguido por la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés de 21 ítems (DASS-21).

De manera complementaria en varios estudios se evidenció el uso de instrumentos orientados a medir factores protectores, métodos de afrontamiento (funcionales y evitativos), lo que sugiere que los estudios abordan el fenómeno del estrés desde un enfoque multivariado en el que se relacionan diversos factores. Este análisis revela un abordaje integral del fenómeno estudiado, para el que se usan instrumentos validados, breves y de fácil aplicación para la población estudiada.

#### Gráfico 4

*Frecuencia de variables*

**Fuente:** elaboración propia a partir de los datos recolectados en el análisis bibliométrico.

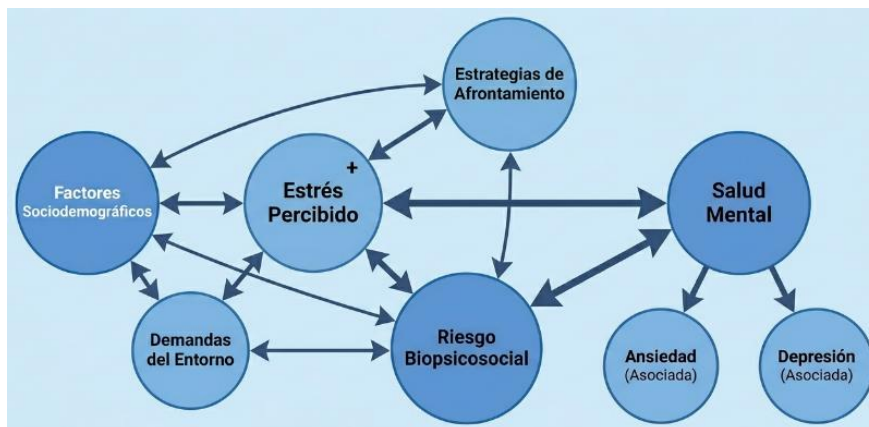


Para las variables usadas en el análisis, se entiende que la variable reportada más frecuente en la literatura y la que es de interés para este estudio fue el estrés percibido (n=81) seguido de la salud mental (n=52) y riesgo biopsicosocial (n=33). En menor proporción se identificaron estrategias de afrontamiento (n=20), demandas del entorno (n=14) y factores sociodemográficos (n=8).

Desde una perspectiva predictiva y conforme con la lógica de los Diagramas Acíclicos Dirigidos (DAG), estos hallazgos sugieren una relación causal en la que las demandas del entorno y los factores sociodemográficos actúan como variables antecedentes o contextuales, mientras que el estrés percibido emerge como una variable central de mediación asociada a alteraciones en la salud mental y al incremento del riesgo biopsicosocial. Asimismo, las estrategias de afrontamiento podrían desempeñar un papel modulador o protector dentro de las trayectorias predictivas identificadas en la literatura científica.

**Figura 2**

*Modelo Grafo Acíclico Dirigido (DAG)*



**Fuente:** elaboración propia a partir de los datos recolectados en el análisis bibliométrico.

Finalmente, y a partir del análisis realizado se consolidó un modelo Grafo Acíclico Dirigido (DAG) en el que operacionaliza la relación entre el estrés percibido y distintos factores. El estrés percibido fue

consolidado como el nodo central y principal predictor cuya función causal es explicar el incremento del riesgo biopsicosocial y deterioro en la salud mental en la población universitaria. Por otro lado, se presentan tanto las estrategias de afrontamiento como el apoyo social como variables moderadoras que amortiguan y median el impacto del estrés percibido en la salud mental y el bienestar general.

Un hallazgo importante y en coherencia con la literatura, las demandas del entorno se muestran como variables de exposición primaria que generan estrés en la población, de igual forma los factores sociodemográficos mostraron tener cierta influencia en los niveles de estrés, así como también en el bienestar general. Para finalizar, el riesgo biopsicosocial se identificó como una variable mediadora que canaliza los efectos del estrés hacia la variable resultado, siendo esta la salud mental. En el proceso se pueden ver implicadas variables como la ansiedad y depresión las cuales tienen un rol de mediación siendo resultados parciales.

## **DISCUSIÓN**

Los hallazgos en la presente revisión bibliométrica permiten evidenciar un incremento significativo en la producción científica relacionada con el estrés percibido, la salud mental y los factores de riesgo biopsicosocial en adultos jóvenes universitarios durante el periodo 2016 a 2026. Se debe recalcar que, el mayor volumen de publicaciones se dio en el marco de los años 2020 y 2021, coincidiendo así con la emergencia sanitaria por COVID-19. Esta situación conlleva a un incremento significativo del interés investigativo por fenómenos asociados a la salud mental y emocional en poblaciones jóvenes, especialmente en estudiantes universitarios.

Diversos autores, entre ellos Ratul et al. (2023), Pérez et al. (2024), Muvdi et al. (2021), Rogowska et al. (2021), Giral Oliveros et al. (2022), Aveiro-Róbaló et al. (2022) y Malik & Javed (2021), señalan que las limitaciones en la interacción social, los cambios en las dinámicas académicas y sociales, las tensiones financieras, el cansancio emocional y el bajo apoyo social durante la pandemia contribuyeron al incremento significativo de los niveles de estrés percibido, ansiedad, depresión, baja satisfacción con la vida e incluso riesgo suicida en población estudiantil, generando importantes repercusiones sobre la salud mental.

En consecuencia, la comunidad científica orientó gran parte de sus investigaciones hacia el análisis del estrés percibido como indicador de riesgo biopsicosocial, considerando su carácter multidimensional y su relación con diferentes variables psicológicas y sociales. Lo anterior coincide con los resultados obtenidos en esta revisión, donde el estrés percibido representó la variable más estudiada de toda la muestra (39,30%), concentrando su mayor volumen investigativo precisamente en el año 2021, dada la coyuntura crítica que supuso la pandemia a nivel global, siendo un período marcado por consecuencias sociales, psicológicas y emocionales.

Estos hallazgos respaldan los planteamientos teóricos que reconocen el estrés percibido como un factor predictor de diversas afectaciones psicológicas, emocionales y sociales en adultos jóvenes. En este sentido, Herrera-Covarrubias et. al (2017) menciona que los niveles altos de estrés percibido tienen una relación directamente proporcional con distintos factores de la salud mental, pues la presencia prolongada o crónica de esta variable tiene influencia sobre funciones ejecutivas como la memoria, la atención, el control emocional y el aprendizaje.

Estas implicaciones consolidan al estrés percibido como una variable predictora robusta y relevante dentro del estudio de la salud mental. Sin embargo, el estado actual de la literatura científica presenta un marcado predominio de investigaciones de corte transversal y no experimental, lo cual limita la comprensión profunda del fenómeno ya que gran parte de los estudios se centran en caracterizaciones realizadas en un único momento temporal, restringiendo la posibilidad de analizar la evolución del estrés y sus efectos a largo plazo en la población universitaria.

Asimismo, se identificó una importante asimetría geográfica en la producción científica, evidenciada en la concentración de investigaciones en Asia y Norteamérica, mientras que Latinoamérica presentó un volumen moderado de proyectos, lo que podría llegar a limitar la generalización de modelos predictivos y la comprensión de factores contextuales.

A partir de estos hallazgos, se sugiere y considera pertinente que futuras investigaciones incorporen diseños metodológicos longitudinales que permitan analizar las fluctuaciones del estrés percibido frente a las demandas cambiantes del entorno y del ciclo vital. De esta manera, sería posible ampliar la comprensión del estrés percibido como una variable multicausal y profundizar en sus implicaciones sobre la salud mental y el riesgo biopsicosocial en adultos jóvenes, así como en estrategias de prevención y promoción oportunas.

## **CONCLUSIÓN**

A partir del análisis bibliométrico realizado sobre la producción científica entre los años 2016 y 2026 bajo la metodología PRISMA, y considerando el estrés percibido como variable predictora central del riesgo biopsicosocial y sus implicaciones en la salud mental de adultos jóvenes universitarios, se identificó un incremento en el interés investigativo en estas áreas de aproximadamente el 94%. Este auge se vincula estrechamente con la crisis psicosocial vivida entre los años 2020 y 2021 a causa del COVID-19, período que alcanzó el pico más alto en la consolidación de investigaciones orientadas a evidenciar el riesgo biopsicosocial y sus repercusiones en la salud mental de los individuos.

De igual forma, a nivel geográfico se logró evidenciar una asimetría significativa en cuanto a la producción de literatura científica que aborda estas variables. Potencias mundiales como China y Estados Unidos lideran de manera considerable la producción investigativa en este campo, mientras lugares como África y Latinoamérica presentan una menor representación científica. Esta disparidad limita una comprensión integral del fenómeno abordado y resalta la importancia de aumentar la cobertura investigativa en dichos contextos.

En cuanto al papel del estrés percibido como variable predictora de riesgo biopsicosocial en la salud mental de adultos jóvenes, la revisión documental permite entender que este constituye un predictor robusto y significativo de afectaciones en la salud mental de esta población. Su estudio se ha intensificado en el último período demostrando un interés creciente por ámbitos relacionados a la salud mental y el bienestar.

En contraste, los artículos consultados no solo reflejan el estrés como un fenómeno multivariado, sino que también destacan la presencia de factores mediadores y moderadores de dicha variable. Ejemplo de ello son las estrategias de afrontamiento y los factores protectores, los cuales han demostrado ser elementos clave que disminuyen y amortiguan el impacto del estrés, tanto a corto como a largo plazo. En este punto se marca una divergencia mediada por el género. La mayoría de los artículos concuerdan en que las estudiantes femeninas emplean con mayor frecuencia estrategias centradas en la emoción y la búsqueda de apoyo social –las cuales pueden ser adaptativas-, aunque también muestran propensión a estrategias desadaptativas como la rumiación psicológica-cognitiva. Por el contrario, los varones recurren de manera predominante a estrategias funcionales centradas en el problema, pero también a mecanismos poco adaptativos como la evitación, la distracción cognitiva o la privación emocional.

Adicionalmente, se evidencia la relevancia de estudiar este fenómeno por medio de diseños longitudinales, debido a que estos permiten capturar información valiosa en cuanto a la evolución y dinamismo de las variables en la población. Dado que la gran mayoría de los artículos consultados cuentan con un diseño transversal -lo cual llega a limitar la comprensión de cómo se comporta y transforma el estrés percibido a lo largo del tiempo y conforme a las demandas del entorno-, se hace

evidente la necesidad de fortalecer la investigación longitudinal para contribuir a una lectura más profunda y analítica del fenómeno y sus implicaciones en las personas y su contexto.

Finalmente, este estudio aporta a la literatura sobre el estrés percibido y su papel predictivo frente al riesgo biopsicosocial en la salud mental, además de aportar conocimientos sobre la distribución de esta variable a nivel mundial y el estado actual del fenómeno. La presente bibliometría ofrece un panorama amplio y analítico a nivel global y través de los hallazgos encontrados no sólo se consolida que el estrés percibido actúa como un determinante crítico en el deterioro de la salud mental de la población universitaria, sino que también fundamenta la necesidad de implementar y fomentar estrategias orientadas a la prevención del riesgo biopsicosocial y a la promoción integral de la salud.

## REFERENCIAS

Alfaro Barquero, A. (2006). Demandas académicas y afrontamiento en estudiantes con adecuaciones curriculares. *Actualidades en psicología*, 20(107), 105-120.

Amemiya, I., Oliveros, M., Acosta, Z., Martina, M. y Barrientos, A. (2019). Violencia y estrés percibido por estudiantes de primer año medicina de una universidad pública, 2016. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(4), 482-487. <https://doi.org/10.15381/anales.v80i4.16296>

American Psychiatric Association. (2024). ¿Qué son los trastornos de ansiedad? <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/ansiedad/%C2%BFque-son-los-trastornos-de-ansiedad>

American Psychological Association. (2017). Más allá de la preocupación. <https://www.apa.org/topics/anxiety/preocupacion>

American Psychological Association. (2013). Comprendiendo el estrés crónico. <https://www.apa.org/topics/stress/estres-cronico>

American Psychiatric Association. (2024). ¿Qué es la depresión?. <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/depresion/que-es-la-depresion>

Aragón, E. E. P., Navas, A. R. V., & Aragón, H. A. P. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(5), 87-99.

Araoz, E. G. E., Roque, M. M., Ramos, N. A. G., Uchasara, H. J. M., & Araoz, M. C. Z. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 40(1), 88-93.

Astorquiza Bustos B.A., & Ramón Ramos L.A. (2024). Análisis-Desempleo juvenil en Colombia: ¿hacia dónde va el mercado laboral? *Umedia*. Universidad de Manizales. <https://umanizales.edu.co/umedia/analisis-desempleo-juvenil-en-colombia-hacia-donde-va-el-mercado-laboral-bilver-astorquiza>

Aveiro-Róballo, T. R., Garlisi-Torales, L. D., Chumán-Sánchez, M., Pereira-Victorio, C. J., Huaman-García, M., Failoc-Rojas, V. E., & Valladares-Garrido, M. J. (2022). Prevalence and associated factors of depression, anxiety, and stress in university students in Paraguay during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12930.

AXA. (2025). Estudio internacional AXA salud y bienestar mental. <https://www.consalmudmental.org/centro-documentacion/estudio-internacional-salud-mental-axa-2025/>

Barrón Miranda, M. G., & Armenta Zazueta, L. (2021). Efectos del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de la Licenciatura de Psicología. *Revista De Investigación Académica Sin Frontera*, 14(36). <https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi36.388>

Becerra Heraud, S. A. (2013). Rol de estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios de Lima (Tesis de Maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://core.ac.uk/download/pdf/196537131.pdf>

Becerril-González, S., Hernández de la Cruz, I., & Macedo-Jaramillo, CD (2025). Prevalencia de estrés percibido en estudiantes de medicina de primer año de la Universidad Isidro Fabela. *Psicología y Salud*, 35 (2), 367-373. <https://doi.org/10.25009/pys.v35i2.2998>

Benham, G y Charak, R. (2019). Stress and sleep remain significant predictors of health after controlling for negative affect. PubMed. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30289608/>

Brett C.E., Mathieson M.L., & Rowley A.M. (2022). Determinants of wellbeing in university students: The role of residential status, stress, loneliness, resilience, and sense of coherence. *Current Psychology*. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-022-03125-8>

Calvarro Castañeda, A. L. (2016). Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes (Trabajo de Fin de Grado). Universidad de Salamanca. <https://gredos.usal.es/handle/10366/131434>

Clemente Arias, Z. (2021). Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería. <https://hdl.handle.net/20.500.12371/11807>

Chau, C., y Vilela, P. (2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Revista de Psicología*, 35 (2), 5206-5221. <https://doi.org/10.18800/psico.201702.001>

Congreso de Colombia. (2013). Ley 1616 del 21 de enero de 2013: Por medio de la cual se dictan disposiciones para garantizar el derecho a la salud mental. Diario Oficial No. 48680. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Cote, L., y García, A. (2016). Estrés como factor limitante en el proceso de toma de decisiones: una revisión desde las diferencias de género. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34(1), 19-28. doi: [dx.doi.org/10.12804/apl34.1.2016.02](https://doi.org/10.12804/apl34.1.2016.02)

Cozzo, G., & Reich, M. (2016). Estrés percibido y calidad de vida relacionada con la salud en personal sanitario asistencial. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(1), 1-15. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333145838001>

Chen S., Li S., & Zhang Z. (2026). The relationship between perceived stress, psychological resilience, and depressive symptoms in college students, and the moderating role of gender. *Scientific Reports*. <https://www.nature.com/articles/s41598-026-43237-w>

DANE. (2024). Mercado laboral de la Juventud Trimestre móvil marzo - mayo 2024. Boletín técnico. <https://www.dane.gov.co/files/operaciones/GEIH/bol-GEIHMLJ-mar-may2024.pdf>

Demera-Chica, A. D., Alcívar-González, N. D., & Cañarte-Murillo, J. R. (2024). El estrés y su relación con trastornos mentales en América Latina. *MQRInvestigar*, 8(1), 706-724.

DeCS. (2022). Depresión en adultos mayores. <https://decs.bvsalud.org/es/ths/resource/?id=59890>

EBSCO. (2024). Coping strategies. <https://www.ebsco.com/research-starters/psychology/coping-strategies>

Elsayed, H. A. E. (2025). Perceived stress and life satisfaction among university students: the mediating and moderating roles of coping strategies and personality traits. *Frontiers In Psychology*, 16, 1593555. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1593555>

Garrido-Bahamondes, Natalie, Macaya-Sazo, Marlenne, Márquez-Márquez, Lisett, Orellana-Yévenes, Ignacia, Pereyra-Hernández, Micaela, & Méndez-Mora, Ángela. (2024). Percepción del estrés-académico en estudiantes de Ciencias de la Salud del Maule, Chile. *Sanus*, 9, e503. Epub 04 de abril de 2025. <https://doi.org/10.36789/sanusrevenf.vi20.503>

Gaviria Uribe, A., Correa Serna, L. F., Dávila Guerrero, C. E., Burgos Bernal, G., Osorio Saldarriaga, E. D. J., & Valderrama Vergara, J. F. (2017). Guía metodológica para el Observatorio Nacional de Salud Mental. Ministerio de Salud y Protección Social. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/ride/vs/ed/gcfi/guia-ross-salud-mental.pdf>

Giral Oliveros, N. A., Gómez Arguello, D. F., Úsuga Jeréz, A. J., Vanegas Méndez, S. N., & Lemos Ramírez, N. V. (2022). Estrés percibido en universitarios durante la cuarentena por la COVID-19 en Santander, Colombia. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 14(1), 1–23. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.e344735>

González, R., & Parra-Bolaños, N. (2023). Neuropsicología de los trastornos de ansiedad. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7 (1), 5206-5221. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.4825](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4825)

Guzmán Pérez, E. V., & Valencia Cepeda, M. C. (2024). Estrés percibido y empatía en estudiantes universitarios que tienen mascotas. *Prometeo Conocimiento Científico*, 4(1), e66. <https://doi.org/10.55204/pcc.v4i1.e66>

Herrera-Covarrubias, D., Coria-Avila, G. A., Muñoz-Zavaleta, D. A., Graillet-Mora, O., Aranda-Abreu, G. E., Rojas-Durán, F., Hernández, M. E., & Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Revista eNeurobiología*, 8(17), 1-40. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7735104.pdf>

Hernández Martínez, A., Torres López, J., & Jiménez Zamudio, MJ (2024). Nivel de riesgo psicosocial de los estudiantes de enfermería. En *Bienestar integral: Abordando los desafíos de la salud en la era moderna* (págs. 160–165). <https://www.spiujat.mx/pdf/Bienestar%20integral.pdf#page=160>

Huh, H. J., Kim, K. H., Lee, H. K., Jeong, B. R., Hwang, J. H., & Chae, J. H. (2021). Perceived Stress, Positive Resources and Their Interactions as Possible Related Factors for Depressive Symptoms. *Psychiatry investigation*, 18(1), 59–68. <https://doi.org/10.30773/pi.2020.0208>

Infocop. (2026). La OMS actualiza sus datos sobre salud mental. <https://www.infocop.es/la-oms-actualiza-sus-datos-sobre-salud-mental/>

Ipsos. (2024). Informe de Ipsos sobre el Día Mundial de la Salud Mental. <https://www.ipsos.com/es-mx/informe-ipsos-dia-mundial-de-la-salud-mental>

Jahan Ratul, I., Nishat, M. M., Faisal, F., Sultana, S., Ahmed, A., & Al Mamun, M. A. (2023). Analyzing perceived psychological and social stress of university students: A machine learning approach. *Heliyon*, 9(6). [https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440\(23\)04515-2?uuiid=uiid%3A0f0de8d7-d26e-46ef-9da8-4126fad47a4](https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440(23)04515-2?uuiid=uiid%3A0f0de8d7-d26e-46ef-9da8-4126fad47a4)

Ley 1090 de 2006. (2006). Congreso de la República de Colombia. Diario Oficial No. 46.383. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

Ley 30 de 1992. (1992). Congreso de la República. Diario Oficial No. 40.700. [https://www.oas.org/juridico/spanish/mesicic2\\_col\\_ley\\_30\\_sp.pdf](https://www.oas.org/juridico/spanish/mesicic2_col_ley_30_sp.pdf)

Malik, M., & Javed, S. (2021). Perceived stress among university students in Oman during COVID-19-induced e-learning. *Middle East Current Psychiatry*, 28(1), 49.

Mayo Clinic. (2023). Síntomas de estrés: consecuencias en tu cuerpo y en tu conducta. <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-symptoms/art-20050987>

Mendizabal Estrella, G. F., & Magallanes Medina, C. M. (2022). Niveles de estrés percibido en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Ecuatoriana De Psicología*, 5(13), 166–177. <https://doi.org/10.33996/repes.v5i13.80>

Molina, S., Pellizcer, O., y Mirete, M. (2018). Estrés percibido y quejas subjetivas de Memoria en adultos jóvenes: papel mediador de las funciones ejecutivas. *Revista de Neurología*, 67(3), 84-90. <https://storage.imrpess.com/journal/RN/67/3/10.33588/rn.6703.2017466/pdf/8a84ae2b9c185e0b471bdb209cda38b.pdf>

Muvdi Muvdi, Y., Malvaceda Frías, E., Barreto Vásquez, M., Madero Zambrano, K., Mendoza Sánchez, X., & Bohórquez Moreno, C. (2021). Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19. *Revista Cuidarte*, 12(2). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1330>

Murillo Terrazas, D.O. (2021). Influencia del estrés en el rendimiento académico: Una Revisión Bibliográfica. *Revista de Investigación e Información en Salud*. <https://doi.org/10.52428/20756208.v16i41.169>

Organización Mundial de la Salud. (2026). Estrés. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Organización Mundial de la Salud. (2025). Más de mil millones de personas viven con trastornos de salud mental: urge ampliar los servicios. <https://www.who.int/es/news/item/02-09-2025-over-a-billion-people-living-with-mental-health-conditions-services-require-urgent-scale-up>

Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). Depresión. <https://www.paho.org/es/temas/depresion>

Organización Panamericana de la Salud (s/f). Salud mental. <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

Palate Caisa, J. G., & Vásquez de la Bandera Cabezas, F. A. (2023). Estrés percibido y riesgo suicida en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(2), 2180–2191. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.745>

Peñarrieta Bedoya, L. G., Pineda Ancoco, J. S., Quintanilla Chacón, M. L., & Rodríguez Rocha, L. H. (2025). Estrés académico como factor de riesgo en la salud mental de estudiantes de Derecho en zonas altoandinas. *European Public & Social Innovation Review*, 10, 1–17. <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1445>

Pérez Briones, N. G., Rivera Morales, M. T., Gómez Melasio, D. A., & Zapata Salazar, J. (2024). Factores predictivos de estrés percibido en estudiantes de enfermería durante la pandemia por COVID-19: Implicaciones para la salud mental. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 13(39), 88-115. <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/25043/18437>

Piao X., Xie J., & Managi S. (2024). Continuous worsening of population emotional stress globally: universality and variations. *BMC Public Health*. doi: 10.1186/s12889-024-20961-4 <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11668040/>

Procuraduría General de la Nación y CODESS. (2024). Identificación de brechas en la implementación de la política nacional de salud mental en Colombia: Realidad territorial, buenas prácticas y lecciones aprendidas. *Hagamos visible lo invisible*. <https://www.codess.org.co/wp-content/uploads/2025/10/AN2024-IN6-CODESS.pdf>

Ratul, I.J., Muntasir Nishat, M., Faisal, F., Sultana, S., Ahmed, A., Al Mamun, M.A. (2023). Analyzing Perceived Psychological and Social Stress of University Students: A Machine Learning Approach. Heliyon. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17307>

Resolución 2646 de 2008 (2008). Ministerio de la Protección Social. Diario Oficial 47059. <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=31607>

Resolución 2404 de 2019 (2019). Ministerio del Trabajo. <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=85641>

Resolución 8430 de 1993. (1993). Ministerio de Salud. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/de/dij/resolucion-8430-de-1993.pdf>

Rodríguez Araujo, D. L. (2023). Riesgos Psicosociales En Jóvenes Que Ingresan Al Mercado Laboral Formal En Colombia. Mundo FESC, 13(27), 85-98. <https://doi.org/10.61799/2216-0388.1325>

Rodríguez, M. J., Castellanos-Domínguez, Y. Z., Aguilar-Jimenez, J. R., Franco-Hernández, S. G., Quintero-Gómez, T. C., & Ramírez, P. C. (2026). Perceived stress, coping strategies and associated factors among Colombian undergraduate health science students. BMC Medical Education.

Rogowska, A. M., Kuśnierz, C., & Ochnik, D. (2021). Changes in stress, coping styles, and life satisfaction between the first and second waves of the COVID-19 pandemic: A longitudinal cross-lagged study in a sample of university students. Journal of Clinical Medicine, 10(17), 4025.

Romero, E., Young, J., & Salado-Castillo, R. (2020). Fisiología del estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino. Revista Médico Científica, 32, 61-70. <https://doi.org/10.37416/rmc.v32i1.535>


Saavedra, J., & Suárez, N. (2023). Estrés Académico, Doble Presencia y Factores de Riesgo Psicosocial en Estudiantes de Psicología de la Universidad de Santander, Campus Bucaramanga. Estrato, 2, 17. <https://repositorio.udes.edu.co/server/api/core/bitstreams/2dd386aa-d072-4996-ad79-a196abea95f8/content>

Salas Lamilla, A. (2022). Riesgos psicosociales de estudiantes adolescentes y jóvenes adultos en el ambiente educativo iberoamericano [Trabajo de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio institucional.

Saldaña, C., Delfín, C., Cano, R., y Peña, E. (2022). Estrés, factores psicosociales y su Impacto en la mujer trabajadora. Revista Venezolana de Gerencia, 27(99), 1115-1125. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8890721>

Vargas Castro, M. F., Guzmán Freire, E.J., De Lourdes Gualpa Santana, M., Del Pilar Gualpa Santana, M., Moreira Mejía, L.A., & Ube Plaza, H.F. (2024). Impacto del stress en la salud mental de jóvenes adultos: análisis de factores predisponentes y estrategias de afrontamiento. Ciencia Latina Revista Científica multidisciplinar, 8 (5). [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i5](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i5)

Woerner, J., Overstreet, C., Amstadter, A. B., & Sartor, C. E. (2020). Profiles of psychosocial adversity and their associations with health risk behaviors and mental health outcomes in young adults. Journal of health psychology, 25(12), 1882–1893. <https://doi.org/10.1177/1359105318780504>

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) .