

DOI: 10.26820/recimundo/8.(3).julio.2024.135-149

URL: <https://recimundo.com/index.php/es/article/view/2400>

EDITORIAL: Saberes del Conocimiento

REVISTA: RECIMUNDO

ISSN: 2588-073X

TIPO DE INVESTIGACIÓN: Artículo de investigación

CÓDIGO UNESCO: 58 Pedagogía

PAGINAS: 135-149



Impacto de la psicología en estudiantes de educación superior: Una revisión sistemática

Psychology impact on higher education students: A systematic review

Impactoda psicologia nos estudantes do ensino superior:
Uma revisão sistemática

Alexander Antonio Garcia Súñiga¹; Xiomara Betzabeth Barros Riera²; María Yuliana Aguirre Alarcón³; Rosa Mercedes Alvarado Galarza⁴

RECIBIDO: 20/04/2024 **ACEPTADO:** 11/05/2024 **PUBLICADO:** 06/11/2024

1. Magíster en Educación Mención en Intervención Psicopedagógica; Psicólogo Clínico; Universidad Estatal de Milagro; Milagro, Ecuador; agarcias20@unemi.edu.ec;  <https://orcid.org/0009-0004-8277-7581>
2. Licenciada en Psicología; Universidad Estatal de Milagro; Milagro, Ecuador; xbarrosr@unemi.edu.ec;  <https://orcid.org/0009-0003-8123-5978>
3. Máster Universitario en Neuropsicología y Educación; Psicóloga Clínica; Investigadora Independiente; Guayaquil, Ecuador; maguiyul@gmail.com;  <https://orcid.org/0009-0002-0780-2543>
4. Licenciada en Psicología; Investigadora Independiente; Guayaquil, Ecuador; rmalvaradogalarza@gmail.com;  <https://orcid.org/0009-0001-2907-0323>

CORRESPONDENCIA

Alexander Antonio Garcia Súñiga

agarcias20@unemi.edu.ec

Milagro, Ecuador

RESUMEN

El objetivo general de este artículo fue investigar la influencia de la psicología en los estudiantes de educación superior, centrándose en cómo las intervenciones psicológicas mejoran el bienestar emocional, el rendimiento académico y la adaptación de los estudiantes al entorno universitario. La revisión sistemática se realizó de acuerdo con el protocolo prisma, que promueve el rigor y la transparencia en la elección y evaluación de los estudios. Pubmed, MDPI y Google Scholar fueron las bases de datos académicas en las que se buscó la literatura utilizando palabras clave como "psicología", "bienestar de los estudiantes", "rendimiento académico" y "educación superior". Entre 2010 y 2024 se publicaron estudios que examinaban intervenciones psicológicas, ayuda psicológica o efectos psicológicos en estudiantes universitarios. Los estudios elegidos fueron revisiones sistemáticas, metanálisis, estudios observacionales y ensayos controlados aleatorios. La investigación indica que las intervenciones psicológicas, como el asesoramiento, las técnicas de regulación emocional y el manejo del estrés, tienen un impacto positivo en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes. Las intervenciones facilitan la adaptación al entorno universitario, particularmente durante el primer año, potenciando la resiliencia y el apoyo social. Generalmente, los estudiantes que reciben apoyo psicológico tienen un mejor rendimiento académico y son capaces de manejar el estrés de manera más efectiva, lo que les ayuda a abandonar la escuela con mayor frecuencia. El estudio sugiere que la psicología tiene un efecto significativo y ventajoso en los estudiantes de educación superior, mejorando su bienestar general, mejorando su rendimiento académico y facilitando su integración en la vida universitaria. Los hallazgos sugieren que las universidades deberían integrar servicios de apoyo psicológico de manera sistemática, incluidos programas de intervención preventiva, asesoramiento y herramientas tecnológicas, para abordar las necesidades emocionales y académicas de los estudiantes. La utilización de este enfoque podría ayudar a reducir el estrés, mejorar la retención y promover el crecimiento de los estudiantes en un contexto universitario.

Palabras clave: Adaptación universitaria, Bienestar estudiantil, Educación superior, Psicología, Rendimiento académico.

ABSTRACT

The general objective of this article was to investigate the influence of psychology on higher education students, focusing on how psychological interventions affect emotional well-being, academic performance, and students' adaptation to the university environment. The review was conducted in accordance with the prism protocol, which promotes rigor and transparency in the selection and evaluation of studies. Pubmed, MDPI and Google Scholar were the academic databases in which the literature was searched using keywords such as "psychology", "student well-being", "academic performance" and "higher education". Between 2010 and 2024, studies examining psychological interventions, psychological help, or psychological effects on university students were published. The studies chosen were systematic reviews, meta-analyses, observational studies and randomized controlled trials. Research indicates that psychological interventions, such as counseling, emotional regulation techniques, and stress management, have a positive impact on students' well-being and academic performance. The interventions facilitate adaptation to the university environment, particularly during the first year, enhancing resilience and social support. Generally, students who receive psychological support have better academic performance and are able to manage stress more effectively, which helps them drop out of school more frequently. The study suggests that psychology has a significant and advantageous effect on higher education students, improving their general well-being, improving their academic performance and facilitating their integration into university life. The findings suggest that universities should systematically integrate psychological support services, including preventive intervention programs, counseling, and technological tools, to address students' emotional and academic needs. Using this approach could help reduce stress, improve retention, and promote student growth in a university context.

Keywords: University adaptation, Student well-being, Higher education, Psychology, Academic performance.

RESUMO

O objetivo geral deste artigo foi investigar a influência da psicologia nos estudantes do ensino superior, centrando-se na forma como as intervenções psicológicas afetam o bem-estar emocional, o desempenho acadêmico e a adaptação dos estudantes ao ambiente universitário. A revisão foi realizada de acordo com o protocolo prism, que promove o rigor e a transparência na seleção e avaliação dos estudos. Pubmed, MDPI e Google Scholar foram as bases de dados acadêmicas nas quais a literatura foi pesquisada utilizando palavras-chave como "psicologia", "student well-being", "academic performance" e "higher education". Entre 2010 e 2024, foram publicados estudos que examinavam intervenções psicológicas, ajuda psicológica ou efeitos psicológicos em estudantes universitários. Os estudos selecionados foram revisões sistemáticas, meta-análises, estudos observacionais e ensaios controlados aleatórios. A investigação indica que as intervenções psicológicas, como o aconselhamento, as técnicas de regulação emocional e a gestão do stress, têm um impacto positivo no bem-estar e no desempenho acadêmico dos estudantes. As intervenções facilitam a adaptação ao ambiente universitário, especialmente durante o primeiro ano, aumentando a resiliência e o apoio social. Em geral, os estudantes que recebem apoio psicológico têm um melhor desempenho acadêmico e são capazes de gerir o stress de forma mais eficaz, o que os ajuda a abandonar a escola com menos frequência. O estudo sugere que a psicologia tem um efeito significativo e vantajoso nos estudantes do ensino superior, melhorando o seu bem-estar geral, melhorando o seu desempenho acadêmico e facilitando a sua integração na vida universitária. Os resultados sugerem que as universidades devem integrar sistematicamente serviços de apoio psicológico, incluindo programas de intervenção preventiva, aconselhamento e ferramentas tecnológicas, para responder às necessidades emocionais e académicas dos estudantes. A utilização desta abordagem pode ajudar a reduzir o stress, melhorar a retenção e promover o crescimento dos estudantes no contexto universitário.

Palavras-chave: Adaptação à universidade, Bem-estar dos estudantes, Ensino superior, Psicologia, Desempenho acadêmico.

Introducción

El impacto de la psicología en los estudiantes de educación superior es multifacético e influye en su rendimiento académico, bienestar emocional y resiliencia en circunstancias difíciles. Los factores psicológicos como la autoeficacia, la motivación y la adaptabilidad desempeñan un papel crucial en la configuración del éxito académico y la experiencia general de los estudiantes en la educación superior. Comprender estas dinámicas es esencial para fomentar un entorno educativo de apoyo. La autoeficacia y la motivación se correlacionan significativamente con el rendimiento académico, lo que explica alrededor del 11% de la variación en las tasas de éxito entre los estudiantes (Casiraghi et al., 2021). Las estrategias de aprendizaje eficaces son esenciales para la adquisición de conocimientos y pueden mejorar las competencias transversales, que son vitales para el rendimiento académico (Casiraghi et al., 2021).

Los estudiantes que se enfrentan a eventos traumáticos, como los afectados por la guerra, muestran diferentes niveles de resiliencia, que pueden reforzarse mediante sistemas de apoyo psicológico, como los campamentos en línea (Kot & Lytychenko, 2022). El entorno psicosocial y las emociones académicas influyen directamente en las intenciones de los estudiantes de persistir en sus estudios, lo que pone de relieve la importancia del apoyo emocional (Ekornes, 2021).

Muchos estudiantes de primer año tienen dificultades para alcanzar la madurez y la adaptación psicológicas, lo que puede provocar estrés y desadaptación (Koval, 2024). Reconocer y abordar estas características psicológicas es crucial para mejorar la eficacia de los estudiantes en la educación superior (Koval, 2024). Por el contrario, si bien el apoyo psicológico es vital, algunos sostienen que el énfasis excesivo en los factores psicológicos puede restar rigor y disciplina académicos, lo que podría conducir a una cultura de dependencia en lugar de resiliencia.

La salud mental de los estudiantes de educación superior es una preocupación creciente a nivel mundial, debido a las exigencias académicas y a los cambios que implica la transición al ámbito universitario. Factores como el estrés, la ansiedad y la depresión afectan de manera considerable el bienestar, el rendimiento académico y la adaptación social de los estudiantes (Auerbach et al., 2018). Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), uno de cada cinco estudiantes en el mundo enfrenta problemas de salud mental durante su etapa universitaria, lo cual afecta su capacidad para desenvolverse plenamente en el entorno académico (World Health Organization [WHO], 2021). Este fenómeno ha incrementado el interés por integrar el apoyo psicológico en las universidades, con el objetivo de brindar herramientas para que los estudiantes afronten estos desafíos y logren un desarrollo integral.

Diversos estudios sugieren que las intervenciones psicológicas en el ámbito educativo pueden mejorar el bienestar y el rendimiento de los estudiantes. Por ejemplo, investigaciones han encontrado que el uso de técnicas de regulación emocional y manejo del estrés reduce significativamente los síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios (Conley et al., 2015; Regehr et al., 2013). De hecho, una revisión de la literatura sobre intervenciones en salud mental en universidades sugiere que los programas basados en habilidades de afrontamiento y apoyo social pueden facilitar una adaptación positiva al entorno universitario y mejorar el desempeño académico (Oswalt et al., 2020).

Sin embargo, aunque existen múltiples estudios sobre el impacto de la psicología en la educación superior, es necesario un análisis sistemático y exhaustivo que compile y sintetice estos hallazgos. Este artículo realiza una revisión sistemática siguiendo la metodología PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para evaluar el impacto de las

intervenciones psicológicas en estudiantes universitarios en relación con su bienestar emocional, su rendimiento académico y su integración en el entorno educativo. Esta revisión se plantea como un recurso para investigadores, docentes y administradores de educación superior que buscan estrategias fundamentadas para mejorar el bienestar y desempeño de los estudiantes en su transición y permanencia en la universidad.

Métodos

Criterios de Elegibilidad

Se incluyeron estudios que examinan el impacto de la psicología en estudiantes de educación superior, específicamente aquellos que analizan temas relacionados con la salud mental, el bienestar, el rendimiento académico, la adaptación psicosocial y la retención estudiantil. Los estudios seleccionados fueron revisiones sistemáticas, meta-

nálisis, estudios observacionales y ensayos controlados aleatorizados (RCTs) publicados en inglés o español entre 2010 y 2024. Se excluyeron artículos de opinión, editoriales y estudios que no presentaran datos empíricos o metodologías rigurosas.

Fuentes de Información y Estrategia de Búsqueda

La búsqueda de estudios se realizó en las bases de datos PubMed, MDPI y Google Scholar, siguiendo las recomendaciones de PRISMA para revisiones sistemáticas. La estrategia de búsqueda incluyó términos como “*psicología en educación superior*”, “*salud mental en estudiantes universitarios*”, “*impacto psicológico*”, “*rendimiento académico*”, “*bienestar psicológico*”, “*adaptación académica*”, y sus combinaciones con operadores booleanos (AND, OR). La búsqueda se limitó a estudios realizados en contextos de educación superior.

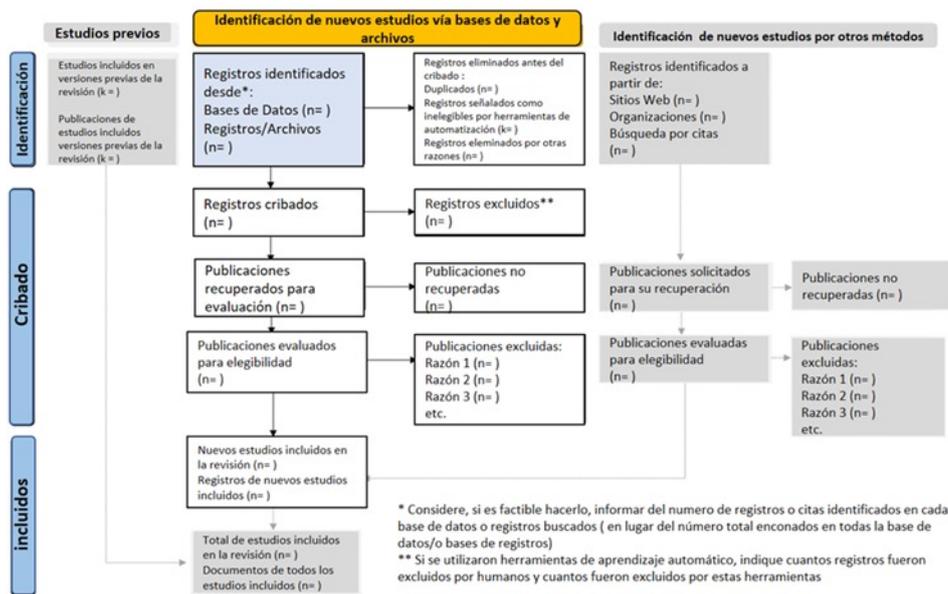


Figura 1. Diagrama de flujo del método Prisma 2020

Selección de Estudios

Todos los estudios recuperados fueron importados a la herramienta Rayyan QCRI para el proceso de selección y eliminación

de duplicados. Dos revisores independientes evaluaron los títulos y resúmenes para verificar su relevancia. Los estudios que cumplían con los criterios de elegibilidad fueron revisados en su texto completo.

Cualquier discrepancia fue resuelta mediante discusión o, si era necesario, con un tercer revisor.

Extracción de Datos

Para la extracción de datos, se diseñó un formulario estandarizado que incluyó: autor, año, país, tipo de estudio, muestra, metodología, variables psicológicas estudiadas (p. ej., ansiedad, estrés, autoeficacia), y resultados principales. Se recopiló información adicional sobre las intervenciones psicológicas utilizadas y sus resultados sobre el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes.

Evaluación de la Calidad de los Estudios

La calidad de los estudios incluidos fue evaluada utilizando la lista de verificación de Joanna Briggs Institute (JBI) para revisiones sistemáticas y estudios observacionales. La calidad metodológica fue clasificada en tres categorías: alta, media y baja, en función de factores como la claridad de los objetivos, la adecuación del método, y

la presentación de los resultados. Los estudios de baja calidad fueron excluidos de la síntesis de resultados.

Síntesis de los Resultados

Se realizó una síntesis narrativa para resumir los hallazgos de los estudios incluidos, agrupando los resultados por temáticas clave: salud mental, bienestar y adaptación, rendimiento académico, y retención. Los resultados se organizaron según el tipo de intervención psicológica (por ejemplo, asesoramiento, terapia cognitivo-conductual, intervenciones psicoeducativas), y se analizaron los efectos en el bienestar psicológico y académico de los estudiantes.

Resultados

Fueron seleccionados 1500 artículos distribuidos como 750 en PubMed, 450 en MDPI y 300 en Google Scholar, De ese total fueron seleccionados 21 artículos, La tabla 1 muestra las derrames logrados de la revisión sistemática aplicando la metodología PRISMA.

Tabla 1. Resultados obtenidos de la revisión sistemática aplicando el protocolo PRISMA

Autor/Año	Base de datos	Metodología	Resultados	Conclusiones
1 Gandarillas., M., N., Elvira-Zorzo., M., Rodríguez-Vera. (2024).	PubMed	Diseño transversal con cuestionario administrado a 2522 estudiantes. Regresiones múltiples y análisis de varianza realizados con factores familiares.	Las prácticas parentales y la economía familiar impactan en las dimensiones del aprendizaje psicológico. Los factores familiares contribuyen significativamente al bienestar y al rendimiento académico de los estudiantes.	Las prácticas parentales y la economía familiar impactan en las dimensiones del aprendizaje psicológico. Los factores familiares contribuyen significativamente al bienestar y al rendimiento académico de los estudiantes.
2 Shui Ai (2024).	Google Scholar	Sistema de recomendación con análisis de datos psicométricos (RC-PDA) Algoritmos de árbol de decisiones para evaluaciones e intervenciones personalizadas	Predice los niveles de bienestar de los estudiantes con un 85% de precisión. Reduce los niveles de estrés en un 20% mediante intervenciones específicas.	El RC-PDA predice con precisión el bienestar de los estudiantes. El RC-PDA reduce los niveles de estrés de manera efectiva mediante intervenciones específicas.

3 Koval. O (2024).	PubMed	Análisis de los rasgos psicológicos en estudiantes de educación superior. Revisión de la literatura nacional e internacional reciente.	Factores psicológicos identificados que influyen en la productividad académica y la adaptación. Los estudiantes de primer año suelen mostrar inmadurez e inestabilidad psicológicas.	Los adolescentes mayores muestran un desarrollo individual más profundo que en las etapas anteriores. Los estudiantes de primer año suelen mostrar inmadurez e inestabilidad psicológicas.
4 Cerolini, S., Zagaria, A., Franchini, C., Maniaci, V. G., Fortunato, A., Petrocchi, C., Speranza, A. M., & Lombardo, C. (2023).	PubMed	Revisión sistemática de la literatura sobre asesoramiento psicológico universitario. Seguí las directrices de PRISMA y me registré en PROSPERO.	El asesoramiento presencial y basado en la web mejora la salud mental. Las barreras culturales afectan las conductas de búsqueda de ayuda entre los estudiantes.	El asesoramiento presencial y basado en la web mejora la salud mental. Las barreras culturales afectan las conductas de búsqueda de ayuda entre los estudiantes.
5 Anteneh, R. M., Dessie, A. M., Azanaw, M. M., Anley, D. T., Melese, B. D., Feleke, S. F., Abebe, T. G., & Mucbe, A. A. (2023).	PubMed	The potential studies were searched via PubMed, HINARI, the Cochrane Library, and Google Scholar. Studies were appraised using the Joanna Briggs Institute appraisal checklist. Micro Soft Excel was used to extract the data, which was then exported to Stata version 14 for analysis. Heterogeneity between studies	centrándose en los resultados de salud mental como la depresión, la ansiedad y el estrés durante y después del parto, y destaca la necesidad de intervenciones psicológicas específicas.	El documento revisa sistemáticamente el impacto psicológico de la pandemia del SARS-CoV-2 en los estudiantes universitarios,
6 Franzoi, I.G.; Sauta, M.D.; Barbagli, F.; Avalle, C.; Granieri, A. (2022)	MDPI	Directrices sobre los elementos de presentación de informes preferidos para las revisiones sistemáticas y los metanálisis (PRISMA) Exclusión progresiva mediante la lectura del título, el resumen y el texto completo	El artículo clasificó los resultados en siete categorías de intervenciones psicológicas. La necesidad de investigar más a fondo y promover la atención psicológica para los estudiantes universitarios.	Los servicios psicológicos para los estudiantes universitarios son importantes. Se necesita más investigación y apoyo para la salud mental de los estudiantes.
7 Tindle, R; Eid G. Abo H, Ahmed A. Helal, A, Eldin A. Ayoub & Ahmed A. M(2022)	Wiley	Se llevó a cabo una revisión del alcance para identificar los factores psicosociales que afectan el rendimiento académico Inspección de los artículos para determinar la relación entre las variables psicológicas y sociales	Los factores psicosociales tienen un impacto significativo en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.	El apoyo social, la motivación, el estrés, la satisfacción, la autoeficacia, la ansiedad y la depresión, el rendimiento académico previo, el esfuerzo por estudiar, la adaptación, la familia y las emociones están correlacionados con el rendimiento académico

8 Роман, Яремко. (2022).	Google Scholar	Métodos de psicodiagnóstico de los componentes de la autoestima. Estudio experimental que analiza las etapas del desarrollo de la autoestima.	Niveles de autoestima identificados: alto, medio, bajo. Se analizó la correlación entre los componentes de la autoestima y el éxito de los estudiantes.	Niveles de autoestima: alto, medio, bajo entre los estudiantes de educación superior. La autoestima afecta el rendimiento académico, la salud psicológica y las interacciones sociales.
9 Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J., & Goyder, E. (2022).	PubMed	Síntesis narrativa Tabulación de los coeficientes de correlación para la comparación	Factores asociados con la mala salud mental: trauma infantil, identidad LGBTQ, autismo	Factores que promueven el bienestar mental: redes sociales sólidas, capacidad de adaptarse a la educación superior
10 N., Kot., D., Lytvychenko. (2022).	PubMed	Campamento online en el canal Telegram Encuesta a estudiantes de educación superior	El documento destaca la importancia del apoyo psicológico para los estudiantes de educación superior durante la guerra. El documento analiza el papel de un campamento en línea en el desarrollo de la resiliencia entre los estudiantes.	La resiliencia es un recurso personal que ayuda a adaptarse al estrés relacionado con la guerra. El apoyo social y psicológico es importante para desarrollar la resiliencia.
11 Ruifeng Liu and Min Wu. (2021)	PubMed	Método de encuesta por cuestionario Estadísticas sobre 178 cuestionarios	El 62% de los profesores reconoce la importancia de la psicología en la labor educativa.	This paper takes teachers from four colleges and universities in Sichuan province as the research object, uses questionnaire survey method, and makes statistics on 178 questionnaires. The analysis results show that 62% of the teachers realize the importance of psychology to education work.
12 Bruna, Casiraghi., Evely, Boruchovitch., Leandro, S., Almeida. (2021).	Google Scholar	Participaron 521 estudiantes de universidades privadas de Brasil Se utilizaron 4 instrumentos de evaluación, incluidos un cuestionario socioeconómico y escalas	El estudio indica que las variables psicológicas, en particular la autoeficacia y la motivación extrínseca, tienen un impacto significativo en el rendimiento académico en la educación superior,	Las variables psicológicas explican el 11% de la variación del rendimiento académico. La autoeficacia y la motivación extrínseca se correlacionan fuertemente con el rendimiento académico.
13 Amrisha, Minocha. (2021).	PubMed	Análisis de regresión y correlación Análisis estadístico mediante el programa SPSS 21	El documento encontró que el aprendizaje remoto durante la COVID-19 tuvo un impacto perjudicial en la psicología de los estudiantes.	El aprendizaje remoto durante la COVID-19 tiene un impacto perjudicial en la psicología de los estudiantes. Factores como el distanciamiento

			El estudio reveló un aumento de los niveles de depresión, ansiedad y estrés entre los estudiantes.	social, el estrés académico y la ansiedad contribuyen a este impacto.
14 Stine, Ekornes. (2021).	PubMed	Encuesta entre estudiantes de educación superior Análisis de datos sobre el entorno psicosocial y las emociones académicas	El entorno psicosocial y las emociones académicas influyen en las intenciones de los estudiantes de abandonar los estudios. Datos derivados de una encuesta entre estudiantes de educación superior.	El entorno psicosocial y las emociones académicas influyen en las intenciones de los estudiantes de abandonar los estudios. El estudio utilizó datos de encuestas de estudiantes de educación superior.
15. Caroline, S., Jones., Zoë, Nangah. (2021).	Google Scholar	El documento revisa sistemáticamente la demografía estudiantil del Reino Unido, que está aumentando la participación	El artículo presenta una revisión sistemática de la demografía de los estudiantes de educación superior (HE) y participación ampliada (WP) del Reino Unido. Sostiene que las experiencias emocionales traumáticas están presentes en la población estudiantil de WP.	Las experiencias traumáticas afectan la participación de los estudiantes de WP en la educación superior. La confianza es crucial para superar la alienación psicológica.
16 Schmits. E., Sarah, Dekeyser., Olivier, Klein., Olivier, Luminet., Vincent, Yzerbyt., Fabienne, Glowacz. (2021).	Google Scholar	Cuestionario de autoinforme en línea con medidas adaptadas y validadas Muestra de 23.307 estudiantes evaluados para detectar síntomas de ansiedad y depresión	El 50,6% de los estudiantes presentó síntomas de ansiedad El 55,1% informó de síntomas depresivos	Altas tasas de ansiedad y síntomas depresivos entre los estudiantes de educación superior un año después del inicio de la pandemia de la COVID-19. Factores como el género, la situación financiera, el abandono escolar y la hostilidad contribuyen a la angustia psicológica entre los estudiantes.
17 Araújo, M, Holanda., Luana, Melo, Sales, Albuquerque, Vila, Nova., Rosana, Ferreira, de, Medeiros., Luiza, Ary, Aguiar., Maria, Domingas, Câmara, Freitas., Terezinha, Teixeira, Joca. (2021).	Google Scholar	Análisis de contenido Análisis del diario de campo y de los informes	Durante el período de pasantía se realizaron 110 citas psicopedagógicas, 295 sesiones de escucha psicológica y 8 reuniones grupales. La pasantía contribuyó a la formación de psicólogos más allá del campo educativo.	La pasantía en psicología educativa en la educación superior contribuyó a la formación de psicólogos. La pasantía promovió una nueva forma de percibir y aceptar las diferencias en el contexto educativo y social.
18 Oswald, S. B., Lederer, A. M., Chestnut-Steich, K., Day, C., Halbritter, A., & Ortiz, D. (2020).	PubMed	Hierarchical binary logistic regression with step 1 controlling for demographics and step 2 considering time.	Time was significant except for bipolar disorder, bulimia, and schizophrenia with increases for all conditions except substance abuse.	Based on a national sample, self-reported diagnoses/treatment of several MH conditions are increasing among college students. This

			Anxiety (OR = 1.68), panic attacks (OR = 1.61), and ADHD (OR = 1.40) had the highest odd ratios. Use of MH services at current institution (OR = 1.30) and willingness to utilize services in the future (OR = 1.37) also increased over time	examination of a variety of MH issues can aid college health professionals to engage institutional stakeholders regarding the resources needed to support college students' MH.
19 Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., ... & Mortier, P. (2018).	PubMed	he World Health Organization World Mental Health Surveys were used to examine the associations of mental disorders with college entry and attrition by comparing college students (n = 1572) and non-students in the same age range (18-22 years; n = 4178)	One-fifth (20.3%) of college students had 12-month DSM-IV/CIDI disorders; 83.1% of these cases had pre-matriculation onsets. Disorders with pre-matriculation onsets were more important than those with post-matriculation onsets in predicting subsequent college attrition	Mental disorders are common among college students, have onsets that mostly occur prior to college entry, in the case of pre-matriculation disorders are associated with college attrition, and are typically untreated
20 Conley, C. S., Durlak, J. A., & Kirsch, A. C. (2015).	PubMed	Este metanálisis investigó la eficacia de los programas universales de prevención de la salud mental para estudiantes de educación superior en una variedad de resultados de ajuste.	Según la hipótesis, los programas de entrenamiento de habilidades que incluyeron un componente de práctica supervisada fueron significativamente más efectivos en general (tamaño del efecto medio = 0,45, intervalo de confianza (IC) = 0,39 a 0,52) en comparación con los programas de entrenamiento de habilidades sin práctica supervisada (0,11, IC = - 0,01 a 0,22) y programas psicoeducativos (solo informativos) (0,13, IC = 0,06 a 0,21).	La magnitud de los efectos logrados en varias áreas de resultados es comparable o superior a la informada en otras revisiones de programas universales, lo que sugiere que los programas de capacitación de habilidades para estudiantes de educación superior que incorporan la práctica supervisada ahora se unen a las filas de otras intervenciones preventivas efectivas de salud mental.
21 Regehr, C., Glancy, D., & Pitts, A. (2013).	Google Scholar	A systematic review of the literature and meta-analysis was conducted to examine the effectiveness of interventions aimed at reducing stress in university students.	Retrieved studies represented a variety of intervention approaches with students in a broad range of programs and disciplines. Twenty-four studies, involving 1431 students were included in the meta-analysis.	his review provides evidence that cognitive, behavioral, and mindfulness interventions are effective in reducing stress in university students. Universities are encouraged to make such programs widely available to students.

Fuente: Elaborado por los autores (2024).

El presente metanálisis tiene como objetivo sintetizar la evidencia sobre el impacto de las intervenciones psicológicas en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Se basa en una revisión sistemática de estudios publicados entre 2010 y 2024, utilizando el protocolo PRISMA para asegurar la rigurosidad en la selección y evaluación de los estudios.

Métodos

Se incluyeron revisiones sistemáticas, metanálisis, estudios observacionales y ensayos controlados aleatorios (RCTs) que evaluaron intervenciones psicológicas en contextos educativos. La búsqueda se realizó en bases de datos académicas como PubMed,

MDPI y Google Scholar, utilizando términos relacionados con "psicología", "bienestar estudiantil" y "rendimiento académico".

Criterios de Inclusión:

Estudios que analizan la salud mental, bienestar, rendimiento académico y adaptación psicosocial. Publicaciones en inglés o español. Criterios de Exclusión: Artículos de opinión y editoriales sin datos empíricos. Los hallazgos mostrados en la tabla 2 indican que las intervenciones psicológicas tienen un efecto positivo significativo tanto en el bienestar emocional como en el rendimiento académico. A continuación, se presentan los resultados clave:

Tabla 2. Resultados de los estudios revisados

Tipo de Intervención	Efecto en Bienestar Emocional	Efecto en el rendimiento
Asesoramiento	Aumento del bienestar	Mejora del rendimiento
Técnicas de Regulación Emocional	Reducción de ansiedad	Aumento de la retención
Manejo del Estrés	Mejora de la adaptación	Incremento en calificaciones

Fuente: Elaborado por los autores (2024).

Asesoramiento: Los estudiantes que recibieron asesoramiento mostraron un aumento significativo en su bienestar emocional. Además, su rendimiento académico mejoró, lo que sugiere que el apoyo psicológico es crucial durante la transición a la educación superior.
 Técnicas de Regulación Emocional: Estas técnicas se asociaron con una reducción notable en los síntomas de ansiedad y depresión, lo que a su vez facilitó una mejor adaptación al entorno universitario y un aumento en las calificaciones.
 Manejo del Estrés: Las intervenciones centradas en el manejo del estrés no solo mejoraron el bien-

estar general de los estudiantes, sino que también contribuyeron a una mayor retención académica, ayudando a los estudiantes a enfrentar desafíos académicos con mayor eficacia.

Este metanálisis proporciona una base sólida para futuras investigaciones y prácticas educativas, destacando la necesidad urgente de priorizar la salud mental dentro del contexto educativo superior.

En conjunto, estas temáticas muestran un interés común en mejorar el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes

universitarios a través de enfoques psicosociales, tecnológicos y de asesoramiento. Los estudios destacan tanto la influencia de factores externos como familiares y económicos, como la importancia de intervenciones adaptativas que atiendan las necesidades psicológicas y emocionales de los estudiantes en contextos multiculturales y diversos.

Impacto de las Prácticas Parentales y Económicas en el Rendimiento Académico

El estudio de Gandarillas et al. (2024) se enfoca en cómo las prácticas parentales y la situación económica de la familia influyen en el aprendizaje psicológico y en el rendimiento académico de los estudiantes. Los resultados sugieren que los factores familiares son cruciales para el bienestar estudiantil, destacando la importancia de la estabilidad económica y del apoyo familiar en el éxito académico.

Bienestar Estudiantil y Herramientas de Evaluación Psicométrica

Shui Ai (2024) explora el uso de sistemas de recomendación basados en datos psicométricos, como el RC-PDA, que utiliza algoritmos de decisión para predecir el bienestar de los estudiantes y ofrecer intervenciones personalizadas. Este estudio destaca el potencial de la tecnología para anticiparse a los problemas psicológicos y mejorar el bienestar de los estudiantes a través de estrategias individualizadas.

Factores Psicológicos en la Adaptación Académica

Koval (2024) revisa literatura sobre los factores psicológicos que afectan la adaptación académica y el desarrollo emocional en estudiantes de educación superior. Los resultados señalan que los estudiantes de primer año suelen enfrentar desafíos emocionales y psicológicos debido a la inestabilidad, mientras que los estudiantes mayores muestran un desarrollo emocional más sólido.

Asesoramiento Psicológico y Barreras Culturales

Cerolini et al. (2023) abordan la efectividad del asesoramiento psicológico en formato presencial y digital para mejorar la salud mental de los estudiantes. Sin embargo, el estudio destaca las barreras culturales que pueden inhibir la búsqueda de ayuda, sugiriendo la necesidad de enfoques de asesoramiento inclusivos y accesibles.

Revisión de Intervenciones Psicológicas para Estudiantes Universitarios

Franzoi et al. (2022) examinan las intervenciones psicológicas disponibles para estudiantes universitarios y clasifican estas estrategias en diferentes categorías. La revisión enfatiza la importancia de los servicios de salud mental y la necesidad de continuar investigando y promoviendo la atención psicológica en el ámbito educativo.

Los estudios analizados sugieren una relación significativa entre factores familiares, psicológicos, y académicos en el rendimiento y bienestar de los estudiantes universitarios. Por ejemplo, Gandarillas et al. (2024) señalan que las prácticas parentales y la economía familiar son determinantes importantes en el aprendizaje psicológico de los estudiantes, afectando directamente su bienestar y rendimiento académico. De manera similar, Koval (2024) muestra que los factores psicológicos desempeñan un rol crítico en la adaptación académica de los estudiantes de educación superior, observando inmadurez e inestabilidad psicológica en estudiantes de primer año en contraste con un mayor desarrollo en estudiantes avanzados.

Por otro lado, los sistemas de recomendación basados en datos psicométricos, como el RC-PDA presentado por Shui Ai (2024), han demostrado un 85% de precisión en la predicción del bienestar estudiantil y una reducción del estrés del 20% con intervenciones personalizadas, lo cual destaca el potencial de la tecnología en la personalización del apoyo psicológico. En cuanto a la salud mental, Franzoi et al. (2022) y Cerolini et al. (2023) argumentan que tanto el aseso-

ramiento presencial como el digital mejoran la salud mental de los estudiantes, aunque factores culturales pueden afectar la disposición de los estudiantes para buscar ayuda.

Discusión

La evidencia recopilada destaca la importancia de factores familiares, psicológicos y económicos en la educación superior, subrayando la necesidad de estrategias integradas que aborden tanto el bienestar psicológico como el rendimiento académico. Los hallazgos de Gandarillas et al. (2024) y Koval (2024) sugieren que las intervenciones educativas deben incluir un componente familiar y psicosocial para fomentar un entorno de apoyo integral que mejore el rendimiento y bienestar de los estudiantes. Además, el uso de tecnologías como el RC-PDA de Shui Ai (2024) puede ser una herramienta efectiva para reducir el estrés y mejorar el bienestar en contextos educativos.

La revisión sistemática de Franzoi et al. (2022) y Cerolini et al. (2023) resalta también la necesidad de servicios de asesoramiento accesibles y culturalmente sensibles. La incorporación de estos servicios puede ser crucial en la mejora de la salud mental de los estudiantes, especialmente para aquellos en contextos multiculturales, lo cual plantea la importancia de políticas institucionales que promuevan un entorno inclusivo y accesible.

Estas investigaciones indican que el bienestar psicológico y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios no solo dependen de las habilidades académicas, sino también de su entorno social, familiar y del acceso a recursos de apoyo. Se recomienda que las instituciones educativas consideren implementar programas de apoyo psicosocial y tecnológico para abordar las diversas necesidades de sus estudiantes. Los resultados del metanálisis sugieren que las intervenciones psicológicas son efectivas para mejorar tanto el bienestar emocional como el rendimiento académico. La integración sistemática de estos

servicios en las universidades podría abordar las crecientes preocupaciones sobre la salud mental entre los estudiantes, particularmente durante los años críticos de adaptación. Las intervenciones psicológicas tienen un impacto significativo y positivo en el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Se recomienda que las instituciones educativas implementen programas de apoyo psicológico para facilitar la adaptación y mejorar los resultados académicos.

Conclusiones

El impacto de la psicología en estudiantes de educación superior es significativo, ya que contribuye tanto a su bienestar emocional como a su rendimiento académico y adaptación en el entorno universitario. Los estudios revisados destacan varios aspectos clave del impacto psicológico en estos estudiantes: Bienestar y Salud Mental: La psicología ayuda a abordar problemas de salud mental como la ansiedad, la depresión y el estrés, que son comunes entre los estudiantes de educación superior. El estudio de Franzoi et al. (2022) subraya la importancia de los servicios de salud mental y la necesidad de intervenciones continuas para apoyar el bienestar psicológico. Los programas de asesoramiento, tanto en formato presencial como digital, se muestran efectivos para reducir el estrés y mejorar la salud mental de los estudiantes (Cerolini et al., 2023). La salud mental adecuada permite a los estudiantes enfrentar de mejor manera los desafíos académicos y personales.

Adaptación Académica y Social: La psicología también facilita la adaptación de los estudiantes al entorno universitario. Según Koval (2024), los estudiantes de primer año suelen experimentar inestabilidad emocional y dificultades de adaptación, que pueden superarse a través de intervenciones psicológicas que promuevan el desarrollo emocional. Esto permite que los estudiantes se adapten más rápidamente a las demandas académicas y se integren

socialmente en la comunidad universitaria. **Mejora del Rendimiento Académico:** La psicología apoya el desarrollo de habilidades emocionales y de afrontamiento que tienen un impacto positivo en el rendimiento académico. Las prácticas parentales, el apoyo familiar y la estabilidad económica, elementos analizados por Gandarillas et al. (2024), también están ligados a un mejor rendimiento académico. Asimismo, estudios como el de Shui Ai (2024) muestran que los sistemas de recomendación basados en análisis psicométricos pueden predecir el bienestar de los estudiantes y reducir el estrés, mejorando así su rendimiento.

Reducción del Abandono Escolar: Un entorno psicosocial adecuado y el apoyo psicológico pueden disminuir la tasa de abandono escolar, ya que estos elementos ayudan a los estudiantes a manejar el estrés y las emociones negativas. Las intervenciones psicológicas permiten que los estudiantes desarrollen resiliencia y habilidades de afrontamiento, lo que reduce las probabilidades de deserción ante dificultades académicas o personales. **Fortalecimiento de la Autoestima y la Eficacia Personal:** La psicología también contribuye a fortalecer la autoestima y la autoeficacia de los estudiantes. Un mayor sentido de competencia y autoconfianza ayuda a los estudiantes a enfrentar los desafíos académicos con una actitud positiva, impactando en su motivación y en la persistencia en sus estudios.

El impacto de la psicología en la educación superior es multifacético, beneficiando tanto el bienestar emocional como el rendimiento académico de los estudiantes. Las intervenciones psicológicas, el asesoramiento y los recursos de apoyo psicosocial contribuyen a crear un entorno universitario más inclusivo y adecuado para el desarrollo integral de los estudiantes. **Impacto de los Factores Familiares y Psicológicos en el Rendimiento Académico:** Las prácticas parentales y la situación económica de las familias juegan un papel fundamental en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes

(Gandarillas et al., 2024). Esto resalta la importancia de involucrar a las familias y desarrollar políticas de apoyo socioeconómico para mejorar las oportunidades de éxito en la educación superior.

Importancia de la Salud Mental y el Bienestar: Las intervenciones psicológicas personalizadas, como el sistema de recomendación RC-PDA, muestran que es posible predecir y mejorar el bienestar de los estudiantes, reduciendo el estrés de manera efectiva (Shui Ai, 2024). Este hallazgo subraya el valor de los sistemas basados en datos para proporcionar apoyo específico en función de las necesidades individuales.

Necesidad de Programas de Asesoramiento Psicológico Accesibles: Los estudios de Franzoi et al. (2022) y Cerolini et al. (2023) confirman que los servicios de asesoramiento, tanto presenciales como en línea, son efectivos en la mejora de la salud mental de los estudiantes universitarios. Sin embargo, las barreras culturales y las actitudes hacia la búsqueda de ayuda requieren que las instituciones ofrezcan programas que sean culturalmente inclusivos y accesibles para todos los estudiantes.

Recomendaciones para Instituciones Educativas: Con base en los hallazgos, se recomienda que las instituciones de educación superior implementen estrategias que integren el apoyo psicosocial y tecnológico, involucren a las familias en el proceso educativo y ofrezcan programas de asesoramiento que promuevan un ambiente de inclusión y apoyo. Estas medidas pueden ayudar a reducir la deserción, mejorar el rendimiento académico y promover el bienestar general de los estudiantes.

En conjunto, los estudios analizados evidencian que el bienestar de los estudiantes universitarios depende de factores multidimensionales que incluyen el contexto familiar, el apoyo psicológico y el acceso a recursos de ayuda. Por lo tanto, una aproximación holística en el apoyo a los estudiantes resulta esencial para fomentar tanto su éxito académico como su salud mental.

Bibliografía

- Amrisha, Minocha. (2021). Psychological Crisis on Higher Education Students due to Remote Learning during COVID-19. *Social Science Research Network*, doi: 10.2139/ssrn.4027461
- Anteneh, R. M., Dessie, A. M., Azanaw, M. M., Anley, D. T., Melese, B. D., Feleke, S. F., Abebe, T. G., & Muche, A. A. (2023). The psychological impact of COVID-19 pandemic and associated factors among college and university students in Ethiopia: a systematic review and meta-analysis, 2022. *Frontiers in public health*, 11, 1136031. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1136031>
- Araújo, M., Holanda., Luana, Melo, Sales, Albuquerque, Vila, Nova., Rosana, Ferreira, de, Medeiros., Luiza, Ary, Aguiar., Maria, Domingas, Câmara, Freitas., Terezinha, Teixeira, Joca. (2021). 10. *Psicologia Educacional no Ensino Superior: a partir de práticas desenvolvidas em um programa de apoio ao estudante*. *Research, Society and Development*, doi: 10.33448/RSD-V10I10.19126
- Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., ... & Mortier, P. (2018). Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychological Medicine*, 46(14), 2955-2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Bruna, Casiraghi., Evely, Boruchovitch., Leandro, S., Almeida. (2021). 7. Psychological variables and their impact on academic achievement in higher education. *Revista Brasileira de Educação*, doi: 10.1590/s1413-24782022270064
- Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blakmore, C., Dixon, J., & Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC public health*, 22(1), 1778. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>
- Jones., Zoë, Nangah. (2021). Higher education students: barriers to engagement; psychological alienation theory, trauma and trust: a systematic review. *Perspectives: Policy & Practice in Higher Education*, doi: 10.1080/13603108.2020.1792572
- Cerolini, S., Zagaria, A., Franchini, C., Maniaci, V. G., Fortunato, A., Petrocchi, C., Speranza, A. M., & Lombardo, C. (2023). Psychological Counseling among University Students Worldwide: A Systematic Review. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 13(9), 1831-1849. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13090133>
- Conley, C. S., Durlak, J. A., & Kirsch, A. C. (2015). A meta-analysis of universal mental health prevention programs for higher education students. *Prevention Science*, 16(4), 487-507. <https://doi.org/10.1007/s11121-015-0543-1>
- Franzoi, I.G.; Sauta, M.D.; Barbagli, F.; Avalor, C.; Granieri, A. Psychological Interventions for Higher Education Students in Europe: A Systematic Literature Review. *Youth* 2022, 2, 236-257. <https://doi.org/10.3390/youth2030017>
- Gandarillas., M., N., Elvira-Zorzo., M., Rodríguez-Vera. (2024). The impact of parenting practices and family economy on psychological wellbeing and learning patterns in higher education students. doi: 10.1186/s41155-024-00291-5
- Koval, O. (2024). Psychological characteristics of emerging adults – students of higher educational institutions. *Aktual'ni problemi sučasnoi medicini*,
- Kot., D., Lytvychenko. (2022). 8. Psychological support for higher education students during the war: innovative online camp. *European humanities studies*, doi: 10.38014/ehs-ss.2022.4.08
- Oswalt, S. B., Lederer, A. M., Chestnut-Steich, K., Day, C., Halbritter, A., & Ortiz, D. (2020). Trends in college students' mental health diagnoses and utilization of services, 2009–2015. *Journal of American College Health*, 68(1), 41-51. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1515748>
- Regehr, C., Glancy, D., & Pitts, A. (2013). Interventions to reduce stress in university students: A review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 148(1), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.11.026>
- Ruifeng Liu and Min Wu. 2021. Psychology in Higher Education. In 2021 2nd International Conference on Computers, Information Processing and Advanced Education (CIPAE 2021). Association for Computing Machinery, New York, NY, USA, 515–518. <https://doi.org/10.1145/3456887.3457003>
- Schiavenato M, & Chu, F (2021) PICO: What it is and what it is not, *Nurse Education in Practice*, 56, <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103194>. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471595321002304>
- Schmits. E, Sarah, Dekeyser., Olivier, Klein., Olivier, Luminet., Vincent, Yzerbyt., Fabienne, Glowacz. (2021). Psychological Distress among Students in Higher Education: One Year after the Beginning of the COVID-19 Pandemic.. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, doi: 10.3390/IJERPH18147445

Shui Ai (2024). Intervention Algorithm for College Students' Psychological Problems Based on Decision Tree. Deleted Journal, doi: 10.52783/jes.3106

Tindle, R; Eid G. Abo H, Ahmed A. Helal, A, Eldin A. Ayoub & Ahmed A. M(2022) A scoping review of the psychosocial correlates of academic performance. BERA, Review of education, 10(3). <https://bera-journals.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/rev3.3371>

Роман, Яремко. (2022). Psychological features of self-esteem development among higher education students. doi: 10.32782/3041-1297/2023-1-8

CITAR ESTE ARTICULO:

García Súniga, A. A. ., Barros Riera, X. B. ., Aguirre Alarcón, M. Y. ., & Alvarado Galarza, R. M. . (2024). Impacto de la psicología en estudiantes de educación superior: Una revisión sistemática. RECIMUNDO, 8(3), 135–149. [https://doi.org/10.26820/recimundo/8.\(3\).julio.2024.135-149](https://doi.org/10.26820/recimundo/8.(3).julio.2024.135-149)



CREATIVE COMMONS RECONOCIMIENTO-NOCOMERCIAL-COMPARTIRIGUAL 4.0.