



Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 28 No. 4

Diciembre de 2025

<https://doi.org/10.22402/REPI.2025.28.04.14>

RELACIÓN ENTRE APOYO SOCIAL Y MALESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL ÁREA DE LA SALUD

Aldo Azael Rojas Salazar¹, Miguel Angel Mendoza Espinosa², Juana Olvera Méndez³

Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México

RESUMEN

En comparación con otras áreas de educación superior, los estudiantes que se forman en licenciaturas de la salud, suelen tener mayor riesgo de desarrollar problemas psicológicos y emocionales relacionados con el estrés, la depresión, la ansiedad y la ideación suicida. Al mismo tiempo, existe evidencia de que el apoyo social -entendido como la disponibilidad de relaciones sociales positivas y significativas que ofrecen al individuo ayuda instrumental, social y emocional- puede ser un fuerte amortiguador para reducir la aparición de estas problemáticas, por lo tanto, el objetivo de la presente investigación fue evaluar la relación entre percepción de apoyo social (AS) y niveles de estrés (ES), depresión (DEP), ansiedad (AN) e ideación suicida (IS), en una muestra de estudiantes universitarios del área de la salud. Se realizó un estudio en 188 universitarios que estudian carreras biológicas, médicas y de la salud con una media de edad de 21 años (DE=3). Los resultados mostraron relaciones negativas entre IS y el AS. Asimismo, se observaron relaciones positivas entre la IS y los niveles de ES, AN y DEP. Por otra parte, se compararon los niveles de IS, AS, ES, AN y DEP para conocer si existían diferencias por género, carrera, turno, semestre y estado civil; en este rubro no se observaron diferencias significativas. Los

¹ Profesor de la carrera de psicología FES-Iztacala, UNAM. Correo: aldo.rojas@iztacala.unam.mx ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4500-7420>

² Profesor de la carrera de psicología FES-Iztacala, UNAM. Correo: miguel.mendoza@iztacala.unam.mx ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0223-3485>

³ Profesor de la carrera de psicología FES-Iztacala, UNAM. Correo: olveramendezj@iztacala.unam.mx ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-9753-7126>

resultados encontrados son consistentes con la teoría y aportan nueva evidencia al entendimiento de la población universitaria, lo cual puede incentivar el desarrollo de políticas institucionales y estrategias educativas que propicien entornos de apoyo psicosocial en el contexto universitario a fin de impactar en el bienestar emocional y el éxito académico, sobre todo en aquellos estudiantes que se forman en el ámbito de las ciencias de la salud.

Palabras clave: apoyo social, ideación suicida, depresión, ansiedad, estrés, estudiantes universitarios.

La salud mental es un estado de bienestar emocional, psicológico y social que permite a los individuos pensar, sentir y comportarse de tal manera que pueden disfrutar de la vida, realizar tareas cotidianas y enfrentar los desafíos de la vida diaria (Substance Abuse and Mental Health Services Administration [SAMHSA], 2023).

Un buen estado de salud mental contribuye en el bienestar subjetivo, en el fomento de relaciones interpersonales saludables, en el óptimo rendimiento escolar y laboral y disminuye significativamente la posibilidad de desarrollar trastornos mentales, neurológicos y por el consumo de sustancias (MNS), los cuales generan una fuerte carga global en el mundo por discapacidad y años de vida perdidos, e.g. los trastornos por dependencia, el suicidio y la esquizofrenia (Organización Mundial de la Salud [OMS] 2022).

La salud mental es esencial para la evolución individual y de las comunidades y representa un pilar fundamental de la salud integral y del desarrollo humano en todas las etapas de vida, especialmente el de las juventudes iniciadas en la educación superior.

Barreto y Salazar Blanco (2021) señalan que transitar a la vida universitaria, puede ser un desafío significativo en la vida de muchos jóvenes porque en esta etapa se viven experiencias altamente estresantes como consecuencia de la presión académica, las expectativas sociales, la necesidad de autonomía e independencia y la toma de decisiones.

En los últimos años, la salud mental de las y los universitarios ha sido un tema de interés creciente que requiere un enfoque de estudio especial debido a los altos índices de estrés, ansiedad, depresión y muerte por suicidio que prevalecen en esta población (Mofatteh, 2021; INEGI, 2022). Durante y después de la pandemia por

COVID-19, la demanda de atención en salud mental por parte de las y los universitarios ha crecido significativamente, lo cual representa un desafío mayúsculo para las entidades académicas públicas y privadas que en los últimos años, se han visto en la necesidad de redoblar esfuerzos para brindar apoyo psicológico e implementar iniciativas para la prevención primaria y la detección oportuna de jóvenes que se encuentran en riesgo (Auerbach et al., 2018; Cobo-Rendón et al., 2020; UNAM, 2021).

Estudios realizados en países como Alemania, Italia y el Reino Unido, muestran que la pandemia generó problemas importantes de salud mental y bienestar emocional al comparar la sintomatología de distrés, depresión, ansiedad y de conducta alimentaria antes, durante y después de la COVID-19 en estudiantes universitarios (Meda et al., 2021; Voltmer, 2021; Chen & Lucock, 2022). Los resultados de estas investigaciones han demostrado que la sintomatología clínica de estos trastornos se agudizó durante y después del periodo de contingencia sanitaria.

En comparación con otras carreras, el estudiantado que cursa licenciaturas del área de la salud como medicina, enfermería, odontología y psicología, pueden tener mayor riesgo de desarrollar problemáticas de salud mental porque están propensos a fuertes demandas académicas y clínicas, largas jornadas de estudio y trabajo y la exposición prolongada al sufrimiento humano (de La Rosa-Rojas, 2016; Slavin 2014; Fares, 2016). Revisiones sistemáticas como las de Neponuceno et al., (2019), revelan que la salud mental de estudiantes de medicina y otras del área sanitaria, usualmente se ve afectada por las altas tasas de distrés, depresión, uso de drogas y comportamientos suicidas. En este contexto, es preocupante que la población estudiantil que se forma profesionalmente para atender la salud es al mismo tiempo, una de las que presentan mayor riesgo para desarrollar problemas de salud física, mental y por el consumo de sustancias.

Otras investigaciones recientes como las de Sheldon et al., (2021) y Campbell et al., (2022), han caracterizado factores predictivos para el desarrollo de afectaciones mentales en los jóvenes universitarios como los pensamientos negativos rumiantes, la separación de los padres, experiencias de acoso sexual o trauma en la infancia,

identificarse como parte de la comunidad LGTBTTIQ+ y la falta de redes de apoyo social.

El apoyo social (AS) es un concepto que se relaciona directamente con la salud mental y se define como la disponibilidad de relaciones sociales positivas y significativas de un individuo, las cuales ofrecen ayuda instrumental, social y emocional. Se trata de conexiones sociales que ofrecen soporte, compañía, escucha y consuelo y en los jóvenes, podría ser un fuerte amortiguador del estrés y las dificultades de la vida universitaria; ya que puede funcionar como un mecanismo potencial de afrontamiento adaptativo (APA, 2018).

El AS puede provenir de diferentes círculos sociales como la familia, los amigos, la pareja y los maestros, pero también de grupos comunitarios, religiosos, culturales y deportivos. Para las juventudes, el AS es vital porque fomenta las habilidades sociales, la autoeficacia, las conductas de autocuidado, el rendimiento académico y el bienestar emocional.

Estudios previos han demostrado que la falta de apoyo social puede predecir síntomas depresivos en jóvenes universitarios (Alsubaie et al., 2019). De hecho, las guías de práctica clínica nacionales e internacionales para el tratamiento de trastornos de salud mental como la depresión, la ansiedad, el estrés y los comportamientos asociados al suicidio, recomiendan que las personas tengan activa una sólida red de apoyo o reciban apoyo psicosocial para el afrontamiento adaptativo de sus condiciones de salud, y esto, de acuerdo con la OMS, (2010) y Wang et al., (2018), probabiliza un mejor curso y pronóstico de estos padecimientos. Incluso, puede considerarse un factor protector que permite prevenir problemas psicosociales y de salud en general (Campbell et al., 2022).

Diversas investigaciones, han documentado que la salud mental en los jóvenes universitarios está influida por diversos factores, entre estos se pueden mencionar los siguientes:

Sánchez, Vázquez Suazo-Rodríguez & Escalante (2025), mencionan que, en el caso del estrés, siendo esta una respuesta natural y necesaria para la supervivencia; si es excesivo, puede generar una sobrecarga emocional que afecta negativamente nuestra percepción de la vida y reduce nuestras expectativas y juicio

personal. De acuerdo con estos autores, se ha evidenciado que el estrés no solo afecta su rendimiento, sino también la satisfacción general con la vida y por supuesto esto está relacionado con la salud mental en el ámbito educativo.

Por su parte, Vara (2025), en su investigación encontró que los estudiantes universitarios mostraron altos índices de malestar psicológico, por ejemplo, que el 63.7% mostró síntomas depresivos significativos; el 74.3% presentó ansiedad significativa y el 73.3% reportó altos niveles de estrés. Dentro de los factores asociados al malestar psicológico reporta que se evidenció que, a mayor estrés percibido y académico, más ansiedad y depresión.

González, Altamirano, Sigüencia, Peralta, & Yezpez (2025). Mencionan que en los resultados de investigación en los estudiantes de medicina en América Latina, encontraron una alta prevalencia de depresión, ansiedad y estrés en un porcentaje mayor al 70%, también una tasa muy alta de ideación suicida en varios países. Identificaron que los principales factores asociados fueron el sexo femenino, la mala calidad del sueño, el bajo apoyo social y la sobrecarga académica, además de hábitos como el consumo de alcohol, tabaco y bebidas energizantes.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En México, la ausencia de apoyo social en los jóvenes universitarios es frecuente por diversas razones, entre ellas el distanciamiento físico de sus familias debido a que el lugar geográfico donde se encuentran estudiando se encuentra lejos de su residencia, es decir, estudiantes foráneos; también existen casos de jóvenes que han sufrido abandono, tienen relaciones familiares muy conflictivas, sus padres han fallecido, tienen pocos amigos por falta de habilidades sociales, han vivido experiencias de discriminación en casa (e.g. por sus identidades sexuales y de género) y experimentan violencia doméstica. Por ello, es imperativo determinar de qué manera esta variable, podría guardar cierta relación o dependencia con los síntomas mentales que se presentan con tanta frecuencia entre las juventudes universitarias del área de la salud, como el estrés, la ansiedad, la depresión y la ideación suicida.

JUSTIFICACIÓN

Identificar las relaciones que existen entre estas variables puede tener implicaciones prácticas para el desarrollo de iniciativas, políticas y programas de salud mental comunitaria. Comprender las relaciones entre el AS y la ansiedad, la depresión, el estrés y la ideación suicida pueden incentivar el desarrollo de estrategias más efectivas para promover un entorno de apoyo psicosocial que fomente el bienestar emocional y el éxito académico, así como identificar áreas de intervención y desarrollar programas estratégicos para prevenir dificultades de salud mental en los entornos universitarios y así promover un sentido de comunidad universitaria y mejorar la eficiencia terminal del estudiantado, sobre todo de aquél que forma parte del futuro médico y de la salud en México.

OBJETIVO GENERAL

Evaluar la relación entre apoyo social, estrés, depresión, ansiedad e ideación suicida en una muestra de estudiantes universitarios del área de la salud.

MÉTODO

Esta investigación fue de tipo no experimental, de corte transversal y alcance correlacional.

Participantes

188 universitarios que estudian carreras del área de la salud en una universidad pública del área metropolitana de México, con una edad media de 21 años ($DE= 3$). 73% fueron mujeres, 21% hombres y 5% se identificaron como personas no binarias. La muestra fue seleccionada a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Instrumentos

A todos los participantes se les aplicó una batería psicométrica compuesta por tres instrumentos con adecuadas propiedades psicométricas y validados en población mexicana: la “Escala de depresión, ansiedad y estrés” (DASS-21) diseñada por

Lovibond y Lovibond (1995). Este instrumento mide síntomas de depresión, ansiedad y estrés mediante tres subescalas de siete reactivos, cada una cuenta con un formato de respuesta tipo Likert de cuatro opciones, las cuales se ordenan en una escala de 0 a 3 puntos y posee un alfa de cronbach de 0.86 (Peña et al 2006) “Cuestionario de apoyo social” (*Medical Outcomes Study, MOS*)” desarrollado por Sherbourne y Stewart (1991), el cual es un instrumento autoaplicable que está compuesto por cinco factores: red de apoyo, apoyo social emocional/informacional, apoyo instrumental, interacción social positiva y apoyo afectivo, con un formato de respuesta en una escala Likert de 1 a 5 puntos y posee un coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach de 0.93.

“Escala de ideación suicida” (Roberts & Chen, 1995), la cual mide con cuatro reactivos la ideación suicida con base en la presencia de pensamientos y sentimientos relacionados con la muerte y falta de ánimo en la última semana mediante cuatro opciones de respuesta que va de 0 días, 1-2 días, 3-4 días y 5-7 días. Este instrumento posee un alfa de Cronbach de 0.81 (Padrós-Blázquez et al 2023).

Procedimiento

A todos los participantes se les hizo llegar vía electrónica un formato de consentimiento informado el cual fue firmado por todos ellos. En él, se les informó acerca del estudio y la manera en la que sus datos podrían ser utilizados para fines de la presente investigación, respetando en todo momento el anonimato de sus datos personales y cualquier información sensible o de identificación.

Una vez que estuvieron de acuerdo en participar firmando modo, se les hizo llegar una cédula de datos generales y la batería psicométrica descrita previamente en un formato de Microsoft Forms®. El tiempo invertido para contestar la batería fue en promedio de 10 minutos por participante.

Análisis de resultados

Una vez recabada la información, esta se analizó con ayuda del paquete estadístico SPSS versión 22 en español. Se utilizó estadística descriptiva y el coeficiente de correlación de Pearson para evaluar asociaciones entre las variables estudiadas.

RESULTADOS

Se aplicó la prueba ANOVA para conocer las diferencias entre el nivel de ideación suicida, apoyo social percibido, ansiedad, depresión y estrés; no se observan diferencias significativas por género, turno, carrera, estado civil, ocupación o con quien viven.

Tabla 1.

Diferencias entre Ideación suicida, Apoyo social, Ansiedad, Depresión y Estrés respecto del género

	F	Sig.
Ideación Suicida	.682	.507
Apoyo Social	.852	.428
DASS	2.609	.076

Asimismo, se realizaron pruebas de correlación de Pearson entre de ideación suicida, apoyo social percibido, ansiedad, depresión y estrés. Se observa que entre menor sea el nivel de apoyo social percibido, mayor es el nivel de ideación suicida, ansiedad, depresión y estrés en los universitarios. Por otro lado, la ideación suicida se relaciona positivamente con la ansiedad, depresión y estrés.

Tabla 2.

Relaciones entre Ideación suicida y Apoyo social, Ansiedad, Depresión y Estrés

	Apoyo Social	DASS	Apoyo Emocional	Ayuda Material	Relacuiones Sociales de Ocio y Distracción	Apoyo Afectivo	
Ideación Suicida	Correlación de Pearson	-.250**	.588**	-.237**	-.249**	-.253**	-.203**

Sig.	.001	.000	.001	.001	.000	.005
------	------	------	------	------	------	------

DISCUSIÓN

Los resultados de la presente investigación confirman la relevancia del apoyo social como un factor asociado al bienestar psicológico de las y los estudiantes universitarios del área de la salud. En concordancia con estudios previos (Alsubaie et al., 2019; Campbell et al., 2022), los hallazgos muestran que niveles bajos de apoyo social se relacionan significativamente con mayores síntomas de ansiedad, depresión, estrés e ideación suicida. Este patrón sugiere que el apoyo social podría funcionar como un amortiguador psicológico ante las exigencias académicas, emocionales y sociales que caracterizan la etapa universitaria, especialmente en carreras vinculadas a la atención de la salud, donde las demandas suelen ser más intensas (de La Rosa-Rojas, 2016; Fares, 2016).

El hecho de que no se hayan encontrado diferencias significativas entre variables sociodemográficas como el género, turno, carrera, estado civil u ocupación indica que la problemática es amplia y transversal. Esto coincide con reportes internacionales (Mofatteh, 2021; Chen & Lucock, 2022) que señalan que los efectos de la pandemia por COVID-19 y las presiones universitarias impactan de manera generalizada en esta población, sin distinción marcada entre subgrupos. Dicho hallazgo subraya la necesidad de diseñar intervenciones institucionales de alcance global, más que focalizadas únicamente en sectores específicos del estudiantado. Asimismo, la correlación positiva entre ideación suicida y los síntomas de ansiedad, depresión y estrés coincide con la literatura que describe estas variables como importantes indicadores de riesgo para el desarrollo de conductas suicidas (Wang et al., 2018; Neponuceno et al., 2019). Este resultado es especialmente preocupante en estudiantes del área de la salud, quienes se encuentran expuestos a contextos de alta exigencia académica, contacto con el sufrimiento humano y, en muchos casos, a sobrecarga emocional, tal como lo han señalado investigaciones en

América Latina que reportan prevalencias alarmantes de malestar psicológico (González et al., 2025).

Los datos también reflejan que el apoyo emocional, la ayuda material, el apoyo afectivo y las interacciones sociales positivas son dimensiones clave para comprender el estado mental del alumnado. Esto refuerza la importancia de fortalecer redes de apoyo formales e informales dentro de las instituciones educativas, tales como tutorías, grupos estudiantiles, programas psicosociales, actividades extracurriculares y espacios de convivencia, los cuales podrían favorecer la integración social y reducir el aislamiento, especialmente entre estudiantes foráneos o con antecedentes de dificultades familiares.

Finalmente, los resultados deben interpretarse considerando que el diseño correlacional no permite establecer relaciones causales. Sin embargo, las asociaciones encontradas ofrecen un panorama sólido que justifica la implementación de políticas universitarias centradas en la promoción de la salud mental y el fortalecimiento comunitario. Comprender el papel protector del apoyo social abre nuevas oportunidades para diseñar estrategias preventivas que contribuyan al bienestar emocional y al éxito académico del estudiantado, particularmente aquel que se encuentra en mayor vulnerabilidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International journal of adolescence and youth*, 24(4), 484-496. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>

Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., ... & Kessler, R. C. (2018). WHO world mental health surveys international college student project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of abnormal psychology*, 127(7), 623.

Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, 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.

Cobo-Rendón, R., Vega-Valenzuela, A., & García-Álvarez, D. (2020). Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes

- universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciAmérica*, 9(2), 277-284.
- Chen, T., & Lucock, M. (2022). The mental health of university students during the COVID-19 pandemic: An online survey in the UK. *PloS one*, 17(1), e0262562.
- Barreto Osma, D. A., & Salazar Blanco, H. A. (2021). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30-39.
- de La Rosa-Rojas, G., Chang-Grozo, S., Delgado-Flores, L., Oliveros-Lijap, L., Murillo-Pérez, D., Ortiz-Lozada, R., ... & Carreazo, N. Y. (2015). Level of stress and coping strategy in medical students compared with students of other careers. *Gaceta Médica de México*, 151(4), 443-449.
- Fares, J., Al Tabosh, H., Saadeddin, Z., El Mouhayyar, C., & Aridi, H. (2016). Stress, burnout and coping strategies in preclinical medical students. *North American journal of medical sciences*, 8(2), 75.
- INEGI. Estadísticas de mortalidad. (2022). *Base de datos. Censo de Población y Vivienda 2020. Cuestionario Básico*.
<https://www.inegi.org.mx/programas/edr/>
- Lovibond, S. & Lovibond, P. (1995). *Manual for the depression anxiety scales*. Psychology Foundation.
- Meda, N., Pardini, S., Slongo, I., Bodini, L., Zordan, M. A., Rigobello, P., ... & Novara, C. (2021). Students' mental health problems before, during, and after COVID-19 lockdown in Italy. *Journal of psychiatric research*, 134, 69-77.
- Mofatteh, M. (2021). Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students. *AIMS public health*, 8(1), 36.
- Neponuceno, H. D. J., Souza, B. D. M., & Neves, N. M. B. C. (2019). Common mental disorders in medical students. *Revista Bioética*, 27, 465-470.
- Padrós-Blázquez, F., Pintor-Sánchez, B. E., & Valdés-García, K. P. (2023). Análisis psicométrico de la escala de ideación suicida de Roberts en universitarios mexicanos. *Psicumex*, 13.
- Peña, G. M. G., Nava, P. B., Muños, M. P. B., & Heras, J. A. V. (2013). Estructura factorial y consistencia interna de la escala de Depresión Ansiedad y Estrés (DASS-21) en una muestra no clínica. *Psicología y Ciencia Social/ Psychology and Social Science*, 8(2).
- Sherbourne, C. D., & Stewart, A. L. (1991). The MOS social support survey. *Social science & medicine*, 32(6), 705-714.

- Sheldon, E., Simmonds-Buckley, M., Bone, C., Mascarenhas, T., Chan, N., Wincott, M., ... & Barkham, M. (2021). Prevalence and risk factors for mental health problems in university undergraduate students: A systematic review with meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 287, 282-292.
- Slavin, S. J., Schindler, D. L., & Chibnall, J. T. (2014). Medical student mental health 3.0: improving student wellness through curricular changes. *Academic Medicine*, 89(4), 573-577.
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration [SAMHSA]. (2023, 24 de abril). *What is mental health?* <https://www.samhsa.gov/salud-mental#:~:text=La%20salud%20mental%20incluye%20nuestro.otras%20peonas%20y%20tomar%20decisiones>
- Voltmer, E., Kösllich-Strumann, S., Walther, A., Kasem, M., Obst, K., & Kötter, T. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on stress, mental health and coping behavior in German University students—a longitudinal study before and after the onset of the pandemic. *BMC Public Health*, 21, 1-15.
- González Lituma, G. F., Altamirano Jara, O. Y., Siguencia Chaca, W. A., Peralta Cáceres, M. A., & Yepez Espinoza, C. P. (2025). Prevalencia y Factores Determinantes de los Trastornos de Salud Mental en Estudiantes de Medicina de América Latina: Revisión Narrativa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(5), 11449-11465. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i5.20415
- Sánchez-Bolívar, L., Vázquez, L. M., Suazo-Rodríguez, F. C., & Escalante-González, S. (2025). Análisis psicométrico de la Escala de Estrés Percibido (PSS) en estudiantes del grado de enfermería. *Universitas Psychologica*, 24, 1-10. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy24.apee>
- Vara García, C., et al. (2025). Estrés, afrontamiento y salud mental en una muestra de estudiantes universitarios española: estudio cuantitativo y cualitativo. Working paper. <https://hdl.handle.net/10115/74557>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2016, noviembre). Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias en el nivel de atención de salud no especializada: Versión 2.0. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34071>
- American Psychological Association [APA]. (2018, abril). *APA Dictionary of Psychology: social support*. <https://dictionary.apa.org/social-support>
- Universidad Nacional Autónoma de México. (2021, 2 de febrero). Acuerdo por el que se crea el Comité Técnico para la Atención de la Salud Mental de la Comunidad de la Universidad Nacional Autónoma de México. Gaceta UNAM.

https://saludmental.unam.mx/index_htm_files/210202-Acuerdo-Comite-Tecnico-para-atencion-de-la-Salud-Mental.pdf

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022, junio). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/gad_source=1&gclid=CjwKCAjw8diwBhAbEiwA7i_sJSLUxlweiUdV5mu5Bb3ZcKqMRGDKuSu0Ad_pIHB0vqQvd6X9maFW2xoCVIUQAvD_BwE