

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Depresión y consumo de alcohol en universitarios: una revisión
narrativa**

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad

Profesional en Psicología Clínica y de la Salud

Autores:

Keyla Yanini Gomez Campos

Max Tony Briceño Chavez

Asesor:

Mg. Julio Cesar Cjuno Suni

Lima, julio 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo Julio Cesar Cjuno Suni, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Depresión y consumo de alcohol en universitarios: Una revisión narrativa”** de los autores Keyla Yanini Gomez Campos Y Max Tony Briceño Chavez tiene un índice de similitud del 14% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 10 días del mes de agosto del año 2026.



Mg. Julio Cesar Cjuno Suni
Asesor

**Depresión y consumo de alcohol en universitarios: una
revisión narrativa**

TRABAJO ACADÉMICO

Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad
Profesional en Psicología clínica y de la salud



Dra Dámaris Susana Quinteros Zúñiga
Dictaminador

Lima, 10 de julio del 2026

Resumen

Objetivo: Identificar la producción científica sobre la relación entre depresión y consumo de alcohol en universitarios. **Metodología:** Revisión narrativa, la búsqueda de la literatura científica se realizó en cuatro bases: Scopus, web of science (WOS), PubMed y Scielo, se usaron descriptores para las variables: “universitarios”, “depresión” y “alcoholismo”, la búsqueda se realizó en los ajustadores de campo título, resumen y palabras claves. **Resultados:** Hasta Diciembre del 2025 se hallaron 122 estudios: tras la revisión se incluyeron 12 artículos de los cuales 10 fueron estudios correlacionales, 02 descriptivos. **Conclusión:** La relación entre depresión y consumo de alcohol en estudiantes universitarios se encuentran relacionadas, evidenciándose que las personas con sintomatología depresiva tienden a recurrir al consumo de alcohol como una estrategia para gestionar el malestar emocional, también se evidencia que el sexo femenino presenta mayores niveles de depresión y baja frecuencia de consumo, mientras que los hombres tienden a presentar menores síntomas depresivos y mayor consumo de alcohol, esta asociación se explica por factores socioculturales. Finalmente se encontró que los factores protectores como resiliencia, apoyo social y actividad física favorecen en afrontar los síntomas depresivos y disminuir el consumo de alcohol.

Palabras claves: universitarios, depresión, alcoholismo.

Abstract

Objective: To identify the scientific literature on the relationship between depression and alcohol consumption among university students. **Methodology:** A narrative review was conducted using four databases: Scopus, Web of Science (WOS), PubMed, and SciELO. The search terms “university students,” “depression,” and “alcoholism” were used, and the search was performed using the title, abstract, and keyword fields. **Results:** Up to December 2025, 122 studies were found. After review, 12 articles were included, of which 10 were correlational studies, 2 were descriptive studies. **Conclusion:** The relationship between depression and alcohol consumption in university students is evident, showing that individuals with depressive symptoms tend to resort to alcohol consumption as a strategy for managing emotional distress. It is also evident that females present higher levels of depression and lower frequency of alcohol consumption, while males tend to present fewer depressive symptoms and higher alcohol consumption. This association is explained by sociocultural factors. Finally, it was found that protective factors such as resilience, social support, and physical activity help in coping with depressive symptoms and reducing alcohol consumption.

Keywords: university students, depression, alcoholism.

Introducción

A nivel mundial 332 millones de personas sufren depresión, siendo 1,5 veces más frecuente en mujeres que en varones. siendo 1,5 veces más frecuente en mujeres que en varones y se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración (Organización Mundial de la salud [OMS], 2025).

Diversos estudios reportaron que la depresión en universitarios se ha incrementado a raíz de la pandemia Covid-19 afectando su calidad de vida (Huckins et al., 2020; Zimmermann et al., 2020, Estrada-Ancajima., 2023). En este sentido, un estudio multicéntrico desarrollado en 204 países evidenció que los casos de depresión en universitarios aumentaron un 27,6%, con más de 53 millones de nuevos casos reportados (Santomauro et al., 2021).

Otro problema de salud pública que afecta a los universitarios es el consumo de alcohol, (OMS,2024) y va en aumento progresivo, para el año 2024 se registraron que de 4,2 millones de estudiantes universitarios a tiempo completo de entre 18 y 25 años el (46,6%) declararon haber consumido alcohol en el último mes del año (Encuesta Nacional sobre la Salud y el Consumo de Drogas [NSDUH], 2024).

Asimismo, la depresión y el consumo de alcohol se relacionan y repercuten en la salud física y mental (OMS,2024). De igual manera, un estudio realizado en 771 universitarios encontró una relación significativa entre depresión (27,7%) y consumo de alcohol (25,5%), esta investigación manifiesta que los hombres abusan más del alcohol que las mujeres y las mujeres presentan mayores índices de depresión que los hombres (Mengistie y Berhanu 2025). En este sentido, se afirma que el consumo de

alcohol se asocia con síntomas depresivos (Chow et al., 2021).

Se evidencia que las personas con sintomatología depresiva tienden a recurrir al consumo de alcohol como una estrategia para gestionar el malestar emocional (Mosquera et al., 2022), y la depresión no solo influye en la probabilidad de iniciar el consumo de alcohol, sino que está asociada a presentar un riesgo de dependencia (Jácome et al., 2022) además los estudiantes universitarios con consumo excesivo presentan dificultades emocionales, sociales, físicas y bajas calificaciones (Kathleen et al., 2021) se concluye que el consumo de alcohol en universitarios se relaciona con una peor salud mental, más síntomas depresivos y menor bienestar (Jacob et al., 2021).

A pesar de las diversas investigaciones internacionales y organismos como (OMS) aún existe una limitada evidencia empírica actualizada que analice esta asociación entre la depresión y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Asimismo, estudios disponibles suelen abordar estas variables de manera independiente, sin profundizar los factores sociales, académicos y personales que influyen en el entorno universitario. Por esta razón, la presente investigación busca identificar la relación entre la depresión y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios a través de la revisión narrativa.

Metodología

Este estudio es de tipo revisión narrativa, cuyo método es una estrategia de análisis bibliográfico que se utiliza para sintetizar y contextualizar investigaciones sobre un tema específico, permitiendo evaluar e integrar los estudios existentes, proporcionando una visión integrada y útil para comprender tendencias e identificar vacíos para luego plantear nuevas preguntas de investigación (Pérez et al., 2021).

El propósito de esta investigación es identificar la relación entre la “Depresión y consumo de alcohol en universitarios”, proyectados por sus componentes en descriptores (Anexo A), para luego con la ayuda de los booleanos OR, AND y AND NOT fueron plasmados en estrategias de búsqueda (Anexo B). Se tuvo como fuente informativa bibliográfica, las bases de Scopus, Web of sciences, Scielo y PubMed. Los artículos identificados se descargaron en el programa Microsoft Excel. Con respecto a la antigüedad de los artículos, estos fueron considerados dentro del rango de años entre 2020 a 2025 y la búsqueda se realizó entre noviembre y diciembre del año 2025.

Los procedimientos de selección de los datos cumplieron los siguientes criterios de inclusión: selección de artículos en inglés, español y portugués, artículos de acceso libre, investigaciones que contengan los objetos de estudio, artículos científicos originales empíricos. Asimismo, dentro de los criterios de exclusión de artículos se consideraron los artículos duplicados y los artículos que no tienen acceso libre o que estén fuera del rango de los 5 años.

Una vez elaborada la lista preliminar de estudios incluidos, se procedió a recopilar los datos de interés, organizada de la siguiente manera: primer autor y año de publicación, tipo de artículo, diseño de la investigación, objetivo general, tamaño de la muestra y resultados relacionados al estudio. El proceso de la revisión se refleja en la tabla 1.

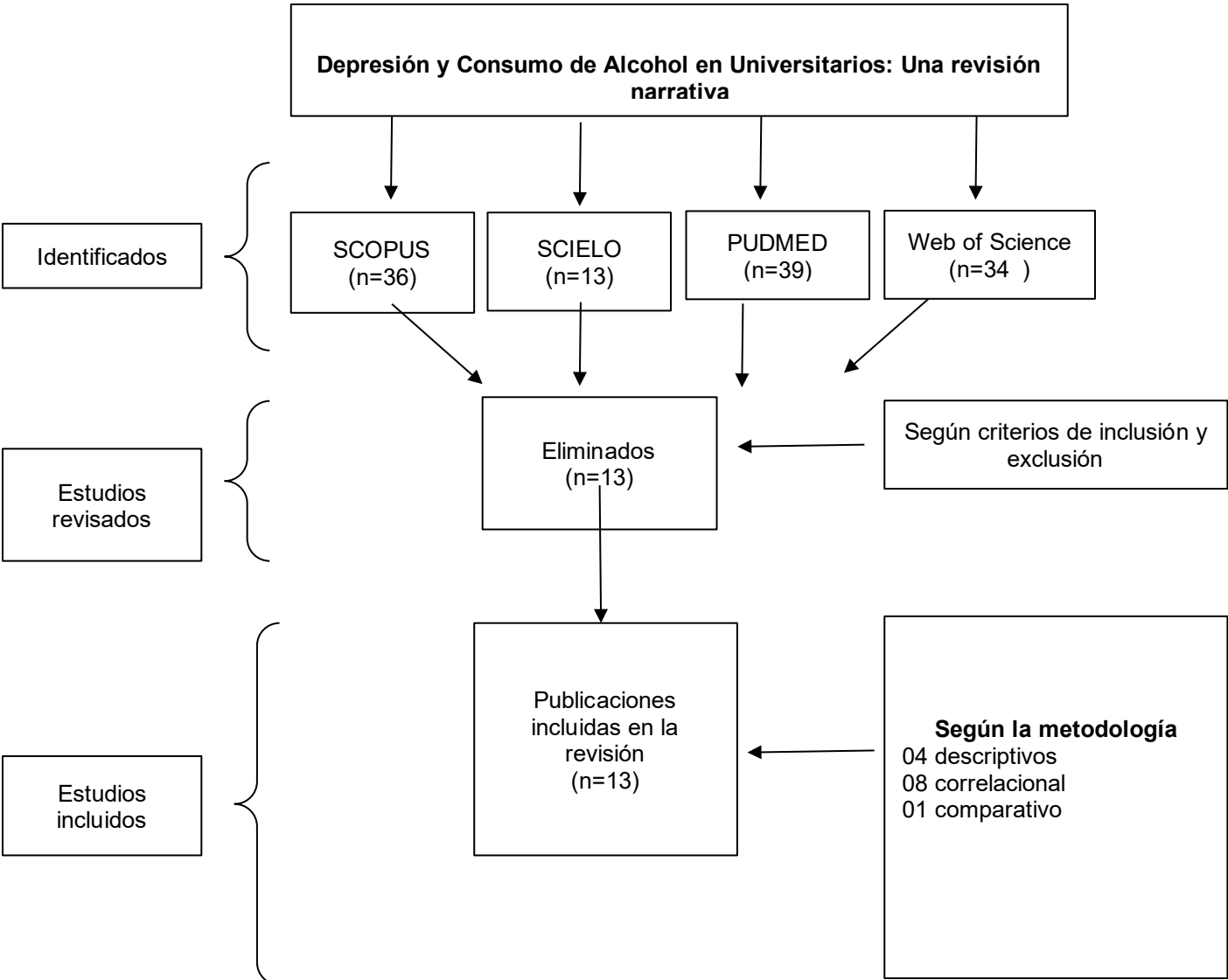


Figura 1: Diagrama de flujo

Resultados

Hasta diciembre del 2025 se hallaron 122 estudios: 36 en Scopus, 13 en Scielo, 39 en Pubmed y 34 WOS, tras la revisión se incluyeron 12 artículos de los cuales 10 fueron estudios correlacionales, 02 descriptivos.

La tabla 1 muestra los resultados de los estudios donde la mayoría tiene como objetivo de identificar la relación entre depresión y consumo de alcohol en universitarios. Los estudios muestran el uso de variados instrumentos para medir la depresión y consumo de alcohol, siendo los instrumentos más utilizados el Cuestionario de salud del paciente (PHQ-9) que mide depresión y la Prueba de identificación del trastorno por consumo de alcohol (AUDIT-C) (Kohsl et al., 2023; Lardier et al., 2022; Rubio et al., 2024; Humer et al., 2023; Arboleada et al. 2024; Kintu et al., 2023; Mchug et al., 2025; Rodriguez et a., 2025; Camargo et al., 2024).

Asimismo, se encontró que los síntomas depresivos como: sentimientos de soledad, ansiedad, distrés psicológico, pensamientos e intentos suicidas, impulsividad, conductas sexuales de riesgo, insomnio, pérdida de actividades placenteras, se relacionan con el consumo de alcohol, además los altos niveles de depresión y mayor consumo de alcohol se asocian a un mayor grupo de riesgo psicosocial (Kohls et al., 2023; Ramón et al., 2021; Humer et al., 2023; Kintu et al., 2023; Mchugh et al., 2025), (Su et al., 2021), (Rubio et al., 2024), Lardier at al. (2022).

En la revisión literaria reporta que el sexo femenino es un factor de riesgo para desarrollar síntomas depresivos más que los hombres, siendo el consumo de alcohol menor en comparación con los hombres (Martinez et al., 2023), (Humer, et al., 2023).

Por otro lado, diversos estudios mencionan que la resiliencia, el apoyo social y la practica regular de actividad física, son factores protectores que contribuyen de manera significativa a la reducción del consumo de alcohol y al desarrollo de síntomas

depresivas, favoreciendo el fortalecimiento de salud mental (Kohls et al., 2023; Rubio et al., 2024; Humer et al., 2023; Arboleda et al., 2024; Rodriguez et al., 2025).

Tabla 1
Características de las investigaciones incluidas

Autor y año	Diseño	Objetivos	Instrumentos	Población	Resultados
Kohls et al.(2023)	Correlacional	Evaluar síntomas de depresión, consumo de alcohol y variables socioemocionales durante la pandemia Covid 2019 desde el 2020 a 2022.	-Cuestionario de salud del paciente-9 (PHQ-9) -Prueba de identificación del trastorno por consumo de alcohol (AUDIT-C)	5510 estudiantes de seis universidades de Sajonia, Alemania.	Más de un tercio de los estudiantes presentó síntomas de depresión (35,5%) y consumo de alcohol de riesgo (33,0%-35,5%). Asimismo, la ideación suicida mostró un incremento progresivo entre 2020 (14,5%), 2021 (16,5%) y 2022 (19,6%). Los resultados evidenciaron que mayores niveles de estrés percibido y soledad se asociaron con un incremento de los síntomas depresivos, mientras que la resiliencia y el apoyo social actuaron como factores protectores de la salud mental.
Ramón et al. (2021)	Correlacional	Analizar la prevalencia del uso problemático de Internet y su relación con depresión y consumo de alcohol en universitarios españoles.	-Depression Anxiety and Stress Scales (DASS-21) -Cuestionario CAGE detección de alcoholismo.	698 estudiantes universitarios españoles de una universidad privada-San Jorge Zaragoza.	Los resultados evidenciaron que el 21% de los estudiantes presentó uso problemático de Internet, el 33,0% consumo problemático de alcohol y el 18,6% síntomas depresivos, además el uso problemático de Internet se asoció con depresión, consumo de alcohol y falta de apoyo social percibido.
Lardier et al.	Correlacional	Examinar los patrones	-Patient Health Questionnaire -9 (PHQ-9)	606 estudiantes universitario	El análisis de clases latentes identificó seis perfiles

(2022)		de grupos de clases latentes basados en medidas de gravedad de los síntomas de ansiedad, depresión y consumo de alcohol durante la pandemia de COVID-19.	-Preguntas de consumo del COVID-19 Community Response Survey Module	s de una universidad pública del suroeste de EE. UU.	diferenciados según la gravedad de depresión, ansiedad y consumo de alcohol en 606 universitarios ($M = 21.24 \pm 1.62$). El 21.9% presentó el perfil de mayor riesgo, caracterizado por alta depresión y mayor consumo de alcohol, mientras que el 25.7% mostró niveles moderados de síntomas y consumo moderado. En contraste, el 15.7% evidenció baja depresión y bajo consumo, constituyendo el grupo de menor gravedad. Los resultados indican una relación positiva entre la depresión y mayor consumo de alcohol, especialmente en el grupo de alta comorbilidad, asociado a mayor vulnerabilidad psicosocial durante la pandemia.
Martinez et al. (2023)	Descriptivo	Determinar la prevalencia y las variables que influyen en la depresión, la ansiedad y el estrés en estudiantes universitarios chilenos post pandemia.	-Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) - Cuestionario de Consumo Problemático de Alcohol y Drogas (DEP-ADO).	1.062 universitarios chilenos de instituciones públicas y privadas con una media de 27,18 años (DE=8,65).	Los hallazgos presentan un incremento de problemas de salud mental en esta población: con síntomas depresivos en 63.1%, 69.2% con ansiedad; 57% con estrés; 27.4% con consumo problemático de alcohol; y 14.9% con consumo inapropiado de marihuana. El estudio determinó que ser mujer es un factor de riesgo para desarrollar depresión más que en los hombres [AOR = 1,521; IC 95%: 1,116, 2,074]. Dichos

					resultados indican que la salud mental después de la pandemia se encuentra en aumento.
Rubio et al. (2024)	Correlacional	Explorar los efectos a largo plazo de la soledad, el apoyo social y la resiliencia al estrés en el consumo de alcohol y los problemas relacionados con el alcohol entre los estudiantes en sus últimos años de educación durante la pandemia Covid 19.	-AUDIT-C -La Escala de Soledad de Tres Ítems - La Escala Multidimensional de apoyo Social Percibido. - Escala Breve de Resiliencia (BRS)	437 universitarios holandeses con consumo de alcohol excesivo desde febrero de 2021 a mayo del 2023. (edad inicial=22,5 años, DE=1,8 años; 67% mujeres)	Todos los estudiantes reportaron consumo episódico intenso (HED) el mes previo al inicio de la pandemia. En la Ola 1, el 46% del sexo masculino y el 36% del sexo femenino mantenían este patrón; en la Ola 2 estas cifras aumentaron a 60% y 51%, respectivamente coincidiendo con la flexibilización de las restricciones por COVID 19. En los hombres, los porcentajes permanecieron elevados en la Ola 3 (60%) Ola4 (53%) y Ola 5 (53%), superando los niveles iniciales. En las mujeres, la participación descendió progresivamente en la Ola 3 (46%) Ola 4 (44%) y Ola 5 (34%), siendo significativamente menor que en hombres en la Ola 1 ($p<.04$), Ola 3 ($p<.015$) y Ola 5 ($p<.001$), según prueba χ^2 de Pearson. Nuestros hallazgos mostraron que la resiliencia al estrés redujo significativamente los problemas relacionados con el alcohol con el tiempo. La soledad se correlacionó inicialmente con un aumento de los problemas de alcohol, sin efectos a largo plazo, y el apoyo social no tuvo un impacto significativo.
Humer	correlacion	Evaluar y	-Síntomas	430	Los estudiantes

et al. (2023)	al	comparar síntomas depresivo s y abuso de alcohol en estudiante s Universita rios Austriacos	depresivos (PHQ-9) -Abuso del alcohol (CAGE)	estudiantes de medicina veterinaria de la Universidad de Medicina Veterinaria de Viena	Austriacos presentan síntomas depresivos moderados en un 52,6%, el 79,3% síntomas de alto estrés y el 22,85% para síntomas de abuso de alcohol. Los síntomas de abuso de alcohol fueron más prevalentes entre los estudiantes hombres (41,4%) que entre las mujeres (19,8 %) ($p < 0,001$). La actividad física de al menos 3 días a la semana durante al menos una hora se asoció con tasas más bajas de síntomas de ansiedad (45,7% en comparación con 60,2%) y abuso de alcohol (16,3% en comparación con 29,6%).
Arboleda et al. (2024)	Correlacio n al	Identificar los niveles de consumo de alcohol, depresión, y calidad de vida en estudiantes universitari os.	-CAGE Questionnaire -Patient Health Questionnaire- 9 (PHQ-9)	717 estudiantes Universitari os de la Institución Universitari a Colegio Mayor de Antioquia (Colmayor)	Se evidencio que el 42,4 % presentó nivel alto de actividad física (AF), 23.8 % Nivel moderado, y 33.8 % nivel bajo. Con respecto a problemas de alcohol 13.1 % indica dependencia al Alcohol, mientras que el 92.2 % no fuman y solo el 7.0 % fuman. No se observó correlación entre AF y alcohol, y AF y tabaco ($p > 0.05$). El 15.7 % presentaron depresión moderadamente severa y severa (agrupadas), 34.7 % leve y 35.7 % sin depresión. Hubo relación entre AF y depresión ($p < 0.05$; v de Cramér = 0.13). AF y CVRS mostraron asociaciones estadísticamente

					significativas ($p < 0.05$) de magnitud débil (< 0.30). Los resultados muestran que la actividad física se relaciona con mejor salud mental y calidad de vida, aunque varias asociaciones son estadísticamente significativas, su magnitud es baja a moderada para el consumo de alcohol o tabaco.
Kintu et al. (2023)	Correlacional	Describir la relación entre el trastorno de conductas sexuales de riesgo, trastorno por consumo de alcohol, trastorno de ansiedad generalizada y depresión.	-Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT-C) -cuestionario de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7) -Cuestionario de salud del paciente (PHQ-9)	351 universitarios	Los resultados muestran que el 11% presentaba trastorno por consumo de alcohol, el 33 % síntomas depresivos y el 32 % síntomas de ansiedad. Se encontró que el consumo de alcohol estaba significativamente asociado con conductas sexuales riesgosas ($\beta = 0,381$, $P < 0,001$), depresión ($\beta = 0,152$, $P = 0,004$) y ansiedad ($\beta = 0,137$, $P = 0,001$). Todas las variables observadas se ajustaron significativa y positivamente a sus respectivos factores latentes (AUD, ansiedad, depresión y conducta sexual de riesgo) [$\chi^2 = 44,437$, $gl = 21$, valor $p = 0,01$, CFI = 0,989, TFI = 0,980, RMSEA = 0,056].
Mchugh et al. (2025)	Descriptivo	Investigar el papel mediador de la impulsividad en la conducta suicida y la	El Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT) -Entrevista de Pensamientos y Comportamien	1829 universitarios de la Universidad del Ulster y la Uniiversidad	Se observaron altas tasas de depresión (15,7%), trastorno por consumo de alcohol (11%), ideación suicida (17,2%) y

		autolesión entre estudiantes con depresión y trastornos por abuso de alcohol y sustancias.	tos Autolesivos (SITBI) -Impulsividad encuesta WHM-IC - Escalas de Cribado CIDI-depresión	Tecnológica Atlántica de Donegal de Orlanda	autolesiones (14%). Se evidencio que los estudiantes con mayor impulsividad desencadenaron síntomas depresivos, consumo de alcohol y conductas suicidas. Reflejando mayor impulsividad en el sexo masculino.
Su et al. (2021)	Correlacional	Analizar las experiencias de discriminación racial y como esto se relaciona con los síntomas depresivos y el consumo de alcohol.	-CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale) -Daily Drinking Questionnaire (DDQ) -Rutgers Alcohol Problem Index (RAPI)	548 universitarios afroamericanos estadounidenses de instituciones públicas.	La experiencia de discriminación racial se correlacionó significativamente con los problemas de alcohol ($r = 0,17$) y los síntomas depresivos ($r = 0,23$). El efecto indirecto de la discriminación racial a través de los síntomas depresivos fue estadísticamente significativo tanto para el consumo de alcohol ($\beta = .03$, 95% CI = [.01, .06], $p = .04$) and alcohol problems ($\beta = .03$, 95% CI = [.01, .06], $p = .03$). Se confirma un efecto de mediación: la depresión actúa como variable intermedia entre discriminación racial y consumo de alcohol.
Rodríguez et al. (2025)	Correlacional	Examinar la prevalencia de síntomas depresivos y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios españoles, identificando factores socioemocionales asociados	DASS-21 Depression, Anxiety, and Stress Scales AUDIT-C Alcohol Use Disorders Identification Test-Consumption	727 estudiantes españoles de universidades públicas de (18–29 años)	Más del 55% de los estudiantes universitarios presentó síntomas depresivos según el DASS-21. En relación al consumo de alcohol 32,2% de los Varones y 38.3% de las mujeres evidencia riesgo según el AUDIT-C. observándose una asociación positiva entre mayor consumo de alcohol y mayor sintomatología depresiva, mientras que el apoyo social actuó como factor protector.

		como variables de riesgo y protección			
Camargo et al. (2024)	Correlacion al	Asociación entre el consumo de sustancias psicoactivas y la depresión en estudiantes universitarios brasileños.	- Cuestionario de Salud del Paciente-9 (PHQ-9) -Prueba de Detección de Alcohol, Tabaquismo y Consumo d Sustancias (ASSIST)	1271 estudiante s brasileños	EL 424 (33,4%; IC del 95%: 30,7-36) dieron positivo en la prueba de presión (PHQ-9 $\geq$ 10). El alcohol fue la sustancia más consumida (ORa: 3,40; IC: 2,29-5,06) y se asoció con una mayor probabilidad de depresión en los modelos ajustados

Discusión

El propósito de esta investigación fue identificar la relación entre depresión y consumo de alcohol en universitarios. Los resultados indican que diversos síntomas depresivos tales como sentimientos de soledad, ansiedad, pensamientos negativos e intentos suicidas, impulsividad, insomnio y pérdida de actividades placenteras, se encuentran asociadas con el consumo de alcohol. En esta línea, Quittl et al. (2022), en su estudio con 115 universitarios, encontraron una relación positiva entre los síntomas depresivos (falta de interés en actividades agradables, tristeza persistente e insomnio) y consumo de alcohol. En concordancia, Kintu et al. (2023) encontraron una asociación significativa y positiva entre el consumo problemático de alcohol y los síntomas depresivos ($\beta = 0.152$; $p = 0.004$), lo que indica que el consumo problemático de alcohol está relacionado con los síntomas depresivos (pensamientos negativos, baja autoestima, tristeza, sensación de vacío). Esto es similar a los hallazgos de Kamulegeya et al. (2020) en su estudio con 1000 universitarios de Uganda encontraron que los síntomas depresivos se asociaron de manera significativa con el consumo de alcohol (OR=1,48; IC del 95% (1,08-2,01)).

Asimismo, se encontró que las mujeres tienden a manifestar mayor sintomatología depresiva más alta y menor consumo de alcohol, en comparación al sexo masculino, presentan mayor frecuencia en consumo, y bajos niveles de depresión. En concordancia con ello, Hernandez-Fuentes et al. (2024) realizaron un estudio con estudiantes universitarios en México y encontraron que los hombres presentaban una mayor probabilidad de consumo excesivo de alcohol, mientras que las mujeres evidenciaban mayores niveles de sintomatología depresiva. De forma similar,

Mengisie et al. (2025) reportaron que el alcohol es la sustancia más consumida entre estudiantes universitarios, siendo los hombres quienes presentan mayores niveles de consumo, mientras que las mujeres registran índices más elevados de depresión. Estas diferencias podrían explicarse por factores socioculturales y estilos de crianza que influyen en la forma en que hombres y mujeres expresan el malestar emocional, las mujeres tienden a reconocer y expresar con mayor facilidad sus emociones, lo que favorece la identificación de síntomas depresivos. En contraste, los hombres suelen enfrentar presiones sociales que limitan la expresión emocional. Como consecuencia, pueden recurrir con mayor frecuencia a conductas externalizantes, como el consumo de alcohol u otras sustancias, como forma de afrontamiento (Gao et al., 2020).

Por otro lado, los factores protectores como la resiliencia, el apoyo social y la actividad física, contribuyen en la reducción del consumo de alcohol y el desarrollo de síntomas depresivos. En este contexto, Yang et al. (2025) explican que la resiliencia y el apoyo social actúan como factor protector frente a sintomatología depresiva y permitiendo que los estudiantes universitarios puedan afrontar situaciones de conflictos, asimismo refieren que la actividad física y la resiliencia se relacionan para desarrollar un adecuado bienestar psicológico. Es por ello que Cusack et al. (2023) plantea que una mayor resiliencia se ha asociado con un menor consumo de alcohol y menos problemas relacionados con la depresión. Por lo tanto, estos resultados evidencian que el fortalecimiento de la resiliencia, redes de apoyo social y hábitos saludables conforman una estrategia importante para prevenir la depresión y el consumo de alcohol en los estudiantes universitarios.

Limitaciones:

Una de las principales limitaciones del presente estudio es la falta de evidencia empírica actualizada, gran parte de la literatura corresponde a investigaciones realizadas en periodos mayores de cinco años. Por otro lado, la búsqueda bibliográfica se realizó en un número limitado de bases de datos, lo que podría haber restringido la amplitud y diversidad de la evidencia científica considerada. De igual manera, la inclusión de literatura se circunscribió principalmente a publicaciones en idioma español e inglés, lo cual podría haber excluido investigaciones pertinentes disponibles en otros idiomas. Finalmente, se priorizó la consulta de fuentes de acceso abierto, lo que, si bien facilitó la disponibilidad de los documentos completos para su análisis, pudo haber limitado la incorporación de estudios publicados en bases de datos o revistas de acceso restringido. Estas condiciones podrían influir en el alcance y la representatividad de la evidencia revisada.

Conclusiones

En conclusión, existe una relación significativa entre la depresión y consumo de alcohol en estudiantes universitarios. También se evidencia que el sexo femenino presenta mayores niveles de depresión y baja frecuencia de consumo, mientras que los hombres tienden a presentar menores síntomas depresivos y mayor consumo de alcohol, esta asociación se explica por factores socioculturales. Además, los factores protectores como resiliencia, apoyo social y actividad física favorecen en afrontar los síntomas depresivos y disminuir el consumo de alcohol.

Recomendaciones

Se formulan las siguientes recomendaciones: Promover políticas públicas universitarias para implementar programas de prevención, utilizando estrategias de psicoeducación, fortalecimiento de habilidades socioemocionales, promoción de estilos de vida saludable, detección temprana y tamizajes, talleres con la familia y comunidad. Dirigidos a estudiantes universitarios que aborden de manera integral la depresión y el consumo de alcohol. Además, promover espacios de acompañamiento emocional, actividades físicas y redes de apoyo para fortalecer los factores protectores como la resiliencia, el apoyo social y la actividad física. De esta manera podremos disminuir los síntomas depresivos y el consumo de alcohol.

Referencias

Arboleda-Serna, V. H., Vargas-Romero, A. V., Gutiérrez Macías, L., Arboleda-Serna, V. H., Vargas-Romero, A. V., & Gutiérrez Macías, L. (2024). Actividad física y su relación con el consumo de alcohol, tabaco, y con variables asociadas a la salud mental en estudiantes universitarios: Un estudio transversal. *MHSalud*, 21(2), 82–101. <https://doi.org/10.15359/MHS.21-2.19251>

Cusack, S. E., Wright, A. W., & Amstadter, A. B. (2023). Resilience and alcohol use in adulthood in the United States: A scoping review. *Preventive medicine*, 168, 107442. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2023.107442>

Estrada-Ancajima, C. (2023). Depresión en estudiantes universitarios peruanos durante la pandemia COVID-19. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 61(2), 158–165. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272023000200158>

Gao, W., Ping, S., & Liu, X. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 263, 292–300. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>

Glavan, D. G., Aldea, M., Băluțoiu, I., Vasile, R. C., Rotaru-Zavaleanu, A. D., Dampa, S. D., Ruscu, M. A., Greșită, A., Taisescu, C. I., Dampa, E., & Dinescu, V. C. (2026). Alcohol Consumption and Depressive Symptoms in Romanian University Students: Post-Pandemic Insights from a Non-Clinical Cohort. *Journal of clinical medicine*, 15(3), 1314. <https://doi.org/10.3390/jcm15031314>

Hernandez-Fuentes, G. A., Romero-Michel, J. C., Guzmán-Sandoval, V. M., Diaz-Martinez, J., Delgado-Enciso, O. G., Garcia-Perez, R. R., Godínez-Medina, M., Zamora-Barajas, V., Hilerio-Lopez, A. G., Ceja-Espiritu, G., Toro-Equihua, M. D., Martinez-Fierro, M. L., Garza-Veloz, I., Rodriguez-Sanchez, I. P., Sanchez-Ramirez, C. A., Ramirez-Flores, M., & Delgado-Enciso, I. (2024). Substance Use and Mental Health in Emerging Adult University Students Before, During, and After the COVID-19

Pandemic in Mexico: A Comparative Study. *Diseases*, 12(12), 303.
<https://doi.org/10.3390/diseases12120303>

Huckins, J. F., da Silva, A. W., Wang, W., Hedlund, E., Rogers, C., Nepal, S. K., Wu, J., Obuchi, M., Murphy, E. I., Meyer, M. L., Wagner, D. D., Holtzheimer, P. E., & Campbell, A. T. (2020). Mental health and behavior of college students during the early phases of the COVID-19 pandemic: Longitudinal smartphone and ecological momentary assessment study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(6), e20185.
<https://doi.org/10.2196/20185>

Humer, E., Neubauer, V., Brühl, D., Dale, R., Pieh, C., & Probst, T. (2023). Prevalence of mental health symptoms and potential risk factors among Austrian veterinary medicine students. *Scientific Reports*, 13(1), 13764.
<https://doi.org/10.1038/S41598-023-40885-0>

Jacob, L., Smith, L., Armstrong, N. C., Yakkundi, A., Barnett, Y., Butler, L., McDermott, D. T., Koyanagi, A., Shin, J. il, Meyer, J., Firth, J., Remes, O., López-Sánchez, G. F., & Tully, M. A. (2021). Alcohol use and mental health during COVID-19 lockdown: A cross-sectional study in a sample of UK adults. *Drug and Alcohol Dependence*, 219, 108488. <https://doi.org/10.1016/J.DRUGALCDEP.2020.108488>

Jácome, D. C. M., Ortiz, P. V. O., Pazmiño, D. M. V., & Goodier, C. S. (2022). Abuso de sustancias estupefacientes y alcohol en jóvenes universitarios, Ambato, Ecuador. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 6(3), 747-754. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8966220>

Kamulegeya, L. H., Kitonsa, P. J., Okolimong, E., Kaudha, G., Maria, S., & Nakimuli-Mpungu, E. (2020). Prevalence and associated factors of alcohol use patterns among university students in Uganda. *The Pan African medical journal*, 37, 339.
<https://doi.org/10.11604/pamj.2020.37.339.21136>

Kintu, T. M., Kaggwa, M. M., Namagembe, R., Muganzi, D. J., Kihumuro, B. R., Luyinda, G. S., Nabwana, B. W., Moses, M., Nnyombi, M., Kirega, A., Kabakyenga, J.

K., & Maling, S. (2023). Alcohol use disorder among healthcare professional students: a structural equation model describing its effect on depression, anxiety, and risky sexual behavior. *BMC Psychiatry*, 23(1), 2-9. <https://doi.org/10.1186/S12888-023-04989-1>

Kohls, E., Guenthner, L., Baldofski, S., Brock, T., Schuhr, J., & Rummel-Kluge, C. (2023). Two years COVID-19 pandemic: Development of university students' mental health 2020-2022. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1122256. <https://doi.org/10.3389/FPSYT.2023.1122256>

Lardier, D. T., Zuhl, M. N., Holladay, K. R., Amorim, F. T., Heggenberger, R., & Coakley, K. E. (2022). A Latent Class Analysis of Mental Health Severity and Alcohol Consumption: Associations with COVID-19-Related Quarantining, Isolation, Suicidal Ideations, and Physical Activity. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(4), 2285–2308. <https://doi.org/10.1007/S11469-021-00722-9>

Martin, K. P., Benca-Bachman, C. E., & Palmer, R. H. C. (2021). Risk for alcohol use/misuse among entering college students: The role of personality and stress. *Addictive Behaviors Reports*, 13, 100330. <https://doi.org/10.1016/J.ABREP.2020.100330>

Martínez-Líbano, J., Torres-Vallejos, J., Oyanedel, J. C., González-Campusano, N., Calderón-Herrera, G., & Yeomans-Cabrera, M. M. (2023). Prevalence and variables associated with depression, anxiety, and stress among Chilean higher education students, post-pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1139946. <https://doi.org/10.3389/FPSYT.2023.1139946>

McHugh, R., McLafferty, M., Brown, N., Ward, C., Walsh, C. P., Bjourson, A. J., McBride, L., Brady, J., O'Neill, S., & Murray, E. K. (2025). The mediating role of impulsivity on suicidal behaviour among higher education students with depression and substance abuse disorders. *Alcohol*, 124, 89–96. <https://doi.org/10.1016/j.alcohol.2025.01.002>

Mengistie, K. M., & Berhanu, K. Z. (2025). Depression and substance abuse among university students. *Medicine*, 104(9), e41671. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000041671>

Mengistie, K. M., & Berhanu, K. Z. (2025). Depression and substance abuse among university students. *Medicine*, 104(9), e41671. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000041671>

Ministerio de Salud (MINSA, 2024) Establecimientos del MINSA atendieron más de 250 000 casos de depresión a lo largo del año 2024. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/1088925-establecimientos-del-minsa-atendieron-mas-de-250-000-casos-de-depresion-a-lo-largo-del-ano-2024>

Ministerio de Salud (MINSA, 2024) Establecimientos del MINSA atendieron más de 43 000 casos por consumo de alcohol durante el 2024 <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/1058875-establecimientos-de-minsa-atendieron-mas-de-43-000-casos-por-consumo-de-alcohol-durante-el-2024>

National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2026, marzo). Alcohol and young adults ages 18 to 25. <https://www.niaaa.nih.gov/alcohols-effects-health/alcohol-topics-z/alcohol-facts-and-statistics/alcohol-and-young-adults-ages-18-25>

National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2026, marzo). Alcohol and young adults ages 18 to 25. <https://www.niaaa.nih.gov/alcohols-effects-health/alcohol-topics-z/alcohol-facts-and-statistics/alcohol-and-young-adults-ages-18-25>

Organización Mundial de la Salud. (2025, 29 de agosto). Trastorno depresivo (depresión). <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2021). El alcohol y la depresión. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/55127>

Prado, A. da S., Baldofski, S., Kohls, E., Bianchi, A. S., Oda, F. S., Freitas, J. de L., & Rummel-Kluge, C. (2024). Cross-country comparison of depressive symptoms and social-emotional aspects in university students from Brazil and Germany during the

COVID-19 pandemic: results from two cross-sectional surveys. *BJPsych Open*, 10(6),e193. <https://doi.org/10.1192/BJO.2024.762>

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2025, agosto 1). Fuertes por fuera, luchando por dentro: El deterioro de la salud mental en América Latina y el Caribe. <https://www.undp.org/es/latin-america/blog/fuertes-por-fuera-luchando-por-dentro-el-deterioro-de-la-salud-mental-en-america-latina-y-el-caribe>

Quitl, I. T., Arroyo, M. L. D. A., Reyes, A. T., García, C. L., & Rodríguez, A. B. B. (2022). Depresión, ansiedad y consumo de alcohol en estudiantes universitarios de enfermería. *Enfermería Universitaria*, ISSN-e 2395-8421, ISSN 1665-7063, Vol. 19, No. 2, 2022 (Ejemplar Dedicado a: April-June), 19(2), 2. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2022.2.1331>

Ramón-Arbués, E., Granada-López, J. M., Martínez-Abadía, B., Echániz-Serrano, E., Antón-Solanas, I., & Nash, M. (2021). Prevalence and Factors Associated with Problematic Internet Use in a Population of Spanish University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14),7620.<https://doi.org/10.3390/IJERPH18147620>

Rubio, M., Cillessen, A. H. N., Luijten, M., Vink, J. M., & Verhagen, M. (2024). From Risk to Resilience? Hazardous Drinking Trajectories in and Beyond the Last Years of University Life. *Emerging Adulthood*, 12(5), 726-742. <https://doi.org/10.1177/21676968241273107> (Original work published 2024)

Santomauro, D. F., Herrera, A. M. M., Shadid, J., Zheng, P., Ashbaugh, C., Pigott, D. M., Ferrari, A. J. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 398(10312), 1700–1712. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02143-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02143-7)

Su, J., Seaton, E. K., Williams, C. D., & Dick, D. M. (2021). Racial discrimination, depressive symptoms, ethnic-racial identity, and alcohol use among Black American college students. *Psychology of Addictive Behaviors : Journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 35(5), 523–535.
<https://doi.org/10.1037/ADB0000717>

Yang, F., Gao, Y., & Liu, F. (2025). Physical exercise and depression in university students with psychological resilience as mediator and family support as moderator. *Scientific Reports*, 15(1), 31293. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-17317-2>

Zhu, C., Chen, Q., Si, W., Li, Y., Chen, G., & Zhao, Q. (2020). Alcohol Use and Depression: A Mendelian Randomization Study From China. *Frontiers in Genetics*, 11, 585351. <https://doi.org/10.3389/fgene.2020.585351>

Zimmermann, M., Bledsoe, C., & Papa, A. (2021). Initial impact of the COVID-19 pandemic on college student mental health: A longitudinal examination of risk and protective factors. *Psychiatry Research*, 305, 114254.
<https://doi.org/10.1016/J.PSYCHRES.2021.114254>

Anexo A

Tabla de descriptores

P	I	O
"Estudiantes universitarios" OR Universitarios Estudiantes	Depresión OR Depresión Desánimo Melancolía Desesperanza Decadencia Desánimo Astenia Abatimiento Desolación Apatía Distimia "Tristeza profunda" "Estado depresivo" "Bajón emocional" "Agotamiento emocional" "Desinterés generalizado" "Tristeza prolongada" "Falta de motivación" "Trastorno depresivo mayor" "Tristeza persistente" "Pérdida de interés" "Sentimiento de culpa" "Pensamientos suicidas" "Cambios en el apetito" "Problemas de sueño" "Fatiga"	"Consumo de alcohol" OR Alcoholismo Embriaguez "Dependencia a alcohólica" "Consumo de alcohol"
"University students" OR Students	Depression OR Discouragement OR Melancholy OR Hopelessness OR Decline OR Despondency OR Asthenia OR Dejection OR Desolation OR Apathy OR Dysthymia OR "Deep sadness" OR "Depressive state" OR "Emotional downturn" OR "Emotional OR exhaustion" OR "Generalized disinterest" OR "Prolonged sadness" OR "Lack of motivation" OR "Major depressive disorder" OR	Alcoholism OR Intoxication OR "Alcohol dependence" " OR "Alcohol consumption"

"Persistent sadness" OR "Loss of interest" OR "Feeling of guilt" OR "Suicidal thoughts" OR "Appetite changes" OR "Sleep problems" OR "Fatigue"

Anexo B

Estrategias de búsqueda de las tres bases de datos

Base de Datos	Estrategia de búsqueda	N° de artículos
PudMed	Search: (((("University students" OR Students) AND (Depression OR Discouragement OR Melancholy OR Hopelessness OR Decline OR Despondency OR Asthenia OR Dejection OR Desolation OR Apathy OR Dysthymia OR "Deep sadness" OR "Depressive state" OR "Emotional downturn" OR "Emotional OR exhaustion" OR "Generalized disinterest" OR "Prolonged sadness" OR "Lack of motivation" OR "Major depressive disorder" OR "Persistent sadness" OR "Loss of interest" OR "Feeling of guilt" OR "Suicidal thoughts" OR "Appetite changes" OR "Sleep problems" OR "Fatigue"))) AND (Alcoholism OR Intoxication OR "Alcohol dependence" OR "Alcohol consumption")) NOT (medications OR COVID OR senior citizen) Filters: in the last 5 years, Free full text, English, Spanish, Adult: 19+ years	39
Scopus	TITLE-ABS-KEY ("University students" OR "Emerging adulthood") AND TITLE-ABS-KEY (Depression OR Discouragement OR Melancholy OR Hopelessness OR Decline OR Despondency OR Asthenia OR Dejection OR Desolation OR Apathy OR Dysthymia OR "Deep sadness" OR "Depressive state" OR "Emotional downturn" OR "Emotional OR exhaustion" OR "Generalized disinterest" OR "Prolonged sadness" OR "Lack of motivation" OR "Major depressive disorder" OR "Persistent sadness" OR "Loss of interest" OR "Feeling of guilt" OR "Suicidal thoughts" OR "Appetite changes" OR "Sleep problems" OR "Fatigue") AND TITLE-ABS-KEY (Alcoholism OR Intoxication OR "Alcohol dependence" OR "Alcohol consumption") AND NOT TITLE-ABS-KEY(disability OR autism OR childhood OR racism OR eating disorder) AND (LIMIT-TO (SUBJAREA,"PSYC")) AND (LIMIT-TO (DOCTYPE,"ar") OR LIMIT-TO (DOCTYPE,"re")) AND (LIMIT-TO (EXACTKEYWORD,"Male") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD,"Female")) AND (LIMIT-TO (	36

	LANGUAGE,"English") OR LIMIT-TO (LANGUAGE,"Spanish") OR LIMIT-TO (LANGUAGE,"Portuguese")) AND (LIMIT-TO (OA,"all"))	
Web of Science	1 (TI=("University students" OR "Emerging adulthood") OR AB=("University students" OR "Emerging adulthood") OR AK=("University students" OR "Emerging adulthood"))E 2 (TI=(Depression OR Discouragement OR Melancholy OR Hopelessness OR Decline OR Despondency OR Asthenia OR Dejection OR Desolation OR Apathy OR Dysthymia OR "Deep sadness" OR "Depressive state" OR "Emotional downturn" OR "Emotional OR exhaustion" OR "Generalized disinterest" OR "Prolonged sadness" OR "Lack of motivation" OR "Major depressive disorder" OR "Persistent sadness" OR "Loss of interest" OR "Feeling of guilt" OR "Suicidal thoughts" OR "Appetite changes" OR "Sleep problems" OR "Fatigue") OR AB=(Depression OR Discouragement OR Melancholy OR Hopelessness OR Decline OR Despondency OR Asthenia OR Dejection OR Desolation OR Apathy OR Dysthymia OR "Deep sadness" OR "Depressive state" OR "Emotional downturn" OR "Emotional OR exhaustion" OR "Generalized disinterest" OR "Prolonged sadness" OR "Lack of motivation" OR "Major depressive disorder" OR "Persistent sadness" OR "Loss of interest" OR "Feeling of guilt" OR "Suicidal thoughts" OR "Appetite changes" OR "Sleep problems" OR "Fatigue") OR AK=(Depression OR Discouragement OR Melancholy OR Hopelessness OR Decline OR Despondency OR Asthenia OR Dejection OR Desolation OR Apathy OR Dysthymia OR "Deep sadness" OR "Depressive state" OR "Emotional downturn" OR "Emotional OR exhaustion" OR "Generalized disinterest" OR "Prolonged sadness" OR "Lack of motivation" OR "Major depressive disorder" OR "Persistent sadness" OR "Loss of interest" OR "Feeling of guilt" OR "Suicidal thoughts" OR "Appetite changes" OR "Sleep problems" OR "Fatigue")) 3 (TI=(Alcoholism OR Intoxication OR "Alcohol dependence" OR "Alcohol consumption") OR AB=(Alcoholism OR Intoxication OR "Alcohol dependence" OR "Alcohol consumption") OR AK=(Alcoholism OR Intoxication OR "Alcohol dependence" OR "Alcohol consumption")) #1 AND #2 AND #3	34

SCIELO	("University students") AND (Depression OR Discouragement OR Melancholy OR Hopelessness OR Decline OR Despondency OR Asthenia OR Dejection OR Desolation OR Apathy OR Dysthymia OR "Deep sadness" OR "Depressive state" OR "Emotional downturn" OR "Emotional OR exhaustion" OR "Generalized disinterest" OR "Prolonged sadness" OR "Lack of motivation" OR "Major depressive disorder") AND (Alcoholism OR Intoxication OR "Alcohol dependence" OR "Alcohol consumption")	13
--------	---	----

