



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. REVISIÓN  
SISTEMÁTICA, 2019 - 2024

Trabajo de investigación para obtener el grado académico de  
Bachiller en Psicología

**AUTORES**

PRADA CENTENO, Heydi Nilsa (ORCID: 0000-0001-8253-3449)  
MONTOYA ESCAJADILLO, Kevin Arnold (ORCID: 0000-0003-4843-5559)

**ASESOR**

VARELA GUEVARA, Silvana Graciela (ORCID: 0000-0002-3528-8548)

**Línea de investigación de programa**

Bienestar Psicológico

**Línea de acción RSU**

Salud y bienestar

**LIMA, PERÚ, SETIEMBRE DE 2024**



**CC BY-NC-ND**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

*Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.*

## Referencia bibliográfica

Montoya Escajadillo, K. A., & Prada Centeno H. N. (2024). *Creencias irracionales en estudiantes universitarios. Revisión sistemática, 2019 - 2024* [Trabajo de investigación, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

## HOJA DE METADATOS

| Datos del autor                  |   |
|----------------------------------|---|
| Nombres y apellidos              | Kevin Arnold Montoya Escajadillo  |
| Tipo de documento de identidad   | DNI   |
| Número de documento de identidad | 73270192  |
| URL de ORCID                     | <a href="https://orcid.org/0000-0003-4843-5559">https://orcid.org/0000-0003-4843-5559</a> |
| Datos del autor                  |   |
| Nombres y apellidos              | Heydi Nilsa Prada Centeno   |
| Tipo de documento de identidad   | DNI   |
| Número de documento de identidad | 70929971  |
| URL de ORCID                     | <a href="https://orcid.org/0000-0001-8253-3449">https://orcid.org/0000-0001-8253-3449</a> |
| Datos del asesor                 |   |
| Nombres y apellidos              | Silvana Graciela Varela Guevara   |
| Tipo de documento de identidad   | DNI   |
| Número de documento de identidad | 47283514  |
| URL de ORCID                     | <a href="https://orcid.org/0000-0002-3528-8548">https://orcid.org/0000-0002-3528-8548</a> |
| Datos del jurado                 |   |
| Presidente del jurado            |   |
| Nombres y apellidos              | Norma Beatriz Fajardo Palacios  |
| Tipo de documento                | DNI   |
| Número de documento de identidad | 08824056  |
| Secretario del jurado            |   |
| Nombres y apellidos              | Javier Jesus Vivar Bravo  |
| Tipo de documento                | DNI   |
| Número de documento de identidad | 74697504  |
| Vocal del jurado                 |   |
| Nombres y apellidos              | Erick Gino Briceño Angulo   |
| Tipo de documento                | DNI   |
| Número de documento de identidad | 44649451  |
| Datos de la investigación        |   |
| Título de la investigación       | Creencias irracionales en estudiantes universitarios. Revisión sistemática, 2019 - 2024   |

|   |   |
|---|---|
| <b>Línea de investigación Institucional</b> | Persona, Sociedad, Empresa y Estado.  |
| <b>Línea de investigación del Programa</b>  | Bienestar psicológico   |
| <b>Línea de acción RSU</b>                  | Salud y bienestar   |
| <b>URL de disciplinas OCDE</b>              | <a href="https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.02.04">https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.02.04</a> |

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
ACTA DE SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación del trabajo de investigación conformado por: La MG. NORMA BEATRIZ FAJARDO PALACIOS; como presidenta; el MAG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO como secretario y el MAG. ERICK GINO BRICEÑO ANGULO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar el artículo de revisión titulado:

**CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. REVISIÓN  
SISTEMÁTICA, 2019 - 2024**

Presentado por la egresada:

**HEYDI NILSA PRADA CENTENO**

Para obtener el **Grado académico de bachiller en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **DOCE (12)**.

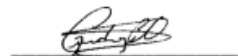
En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 18 de setiembre de 2024.



**PRESIDENTA**  
MAG. NORMA BEATRIZ  
FAJARDO PALACIOS



**SECRETARIO**  
MAG. JAVIER JESUS VIVAR  
BRAVO



**VOCAL**  
MAG. ERICK GINO  
BRICEÑO ANGULO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
ACTA DE SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación del trabajo de investigación conformado por: La MG. NORMA BEATRIZ FAJARDO PALACIOS; como presidenta; el MAG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO como secretario y el MAG. ERICK GINO BRICEÑO ANGULO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar el artículo de revisión titulado:

**CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. REVISIÓN  
SISTEMÁTICA, 2019 - 2024**

Presentado por el egresado:

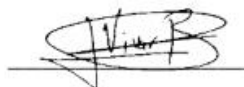
**KEVIN ARNOLD MONTOYA ESCAJADILLO**

Para obtener el **Grado académico de bachiller en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **TRECE (13)**.

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 18 de setiembre de 2024.



**PRESIDENTA**  
MAG. NORMA BEATRIZ  
FAJARDO PALACIOS



**SECRETARIO**  
MAG. JAVIER JESUS VIVAR  
BRAVO



**VOCAL**  
MAG. ERICK GINO  
BRICEÑO ANGULO

## **ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD**

Yo Silvana Graciela Varela Guevara docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora del trabajo de investigación titulado:

Creencias irracionales en estudiantes universitarios. Revisión sistemática, 2019 – 2024

De los egresados Kevin Arnold Montoya Escajadillo y Heydi Nilsa Prada Centeno, certifico que el trabajo de investigación tiene un índice de similitud de 17% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita revisó y analizó dicho reporte a lo que concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender el trabajo de investigación cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 20 de Noviembre de 2024



---

Silvana Graciela Varela Guevara

DNI: 47283514



**CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. REVISIÓN  
SISTEMÁTICA, 2019 – 2024**

**IRRATIONAL BELIEFS IN UNIVERSITY STUDENTS. SYSTEMATIC REVIEW,  
2019 – 2024**

Heydi Nilsa Prada Centeno <sup>1</sup>, Kevin Arnold Montoya <sup>2</sup>

**RESUMEN**

Las creencias irracionales (CI) se caracterizan por ser pensamientos distorsionados y catastróficos, careciendo de fundamentos reales que los sustenten. El estudio tuvo el objetivo de analizar una revisión sistemática sobre las creencias irracionales en universitarios, durante el periodo 2019-2024. En este sentido, se recopilaron 7 artículos de diversas bases de datos como Scopus, Scielo, Pubmed Y Dialnet. Los artículos fueron de países como Paraguay (1), Perú (2), Honduras (1), China (1) y México (2). Los estudios fueron de enfoque cuantitativo y nivel correlacional en una muestra de universitarios. Por otro lado, el año con mayor cantidad de artículos publicados con relación al tema fue 2020 (3), seguido de 2023 (2), 2024 (1) y 2019 (1). Entre los resultados, se identificó que, existen diversas creencias irracionales que experimentan los universitarios, las cuales están relacionadas con la sintomatología depresiva, ansiedad, estrés, violencia en el noviazgo y disposición a la delincuencia; siendo el sexo femenino el principal factor de riesgo ante las múltiples ideas irracionales de los universitarios del mundo. Ante la preocupante situación, se concluye que existe una evidente escasez de artículos sobre las creencias irracionales que manifiestan los universitarios, lo cual, puede influir en las necesidades de información para prevenir e intervenir en dicha población.

**Palabras claves:** creencias irracionales, estudiantes, universitarios, revisión sistemática.

---

<sup>1</sup> Universidad Autónoma del Perú. Orcid 0000-0001-8253-3449. hprada@autonoma.edu.pe

<sup>2</sup> Universidad Autónoma del Perú. Orcid 0000-0003-4843-5559. kmontoyae@autonoma.edu.pe

## ABSTRACT

Irrational beliefs (IC) are characterized by being distorted and catastrophic thoughts, lacking real foundations to support them. The aim of the study was to analyze a systematic review on irrational beliefs in university students, during the period 2019-2024. In this sense, 7 articles were collected from various databases such as Scopus, Scielo, Pubmed and Dialnet. The articles were from countries such as Paraguay (1), Peru (2), Honduras (1), China (1) and Mexico (2). The studies were of quantitative approach and correlational level in a sample of university students. On the other hand, the year with the highest number of articles published on the topic was 2020 (3), followed by 2023 (2), 2024 (1) and 2019 (1). Among the results, it was identified that there are several irrational beliefs experienced by university students, which are related to depressive symptomatology, anxiety, stress, dating violence and disposition to delinquency; being the female sex the main risk factor for the multiple irrational ideas of the world's university students. In view of this worrying situation, it is concluded that there is an evident scarcity of articles on the irrational beliefs expressed by university students, which may influence the need for information to prevent and intervene in this population.

**Keywords:** irrational beliefs, students, university students, systematic review.

## I. Introducción

Las creencias irracionales (CI) se caracterizan por ser pensamientos distorsionados, exagerados y catastróficos, careciendo de fundamentos reales que los sustenten, basándose en suposiciones (Soto, 2021; Asato, 2021). Este tipo de pensamientos obstaculiza el bienestar del individuo, provocando emociones intensas y persistentes (Etala, 2021; Gómez, 2021). Por tanto, las CI constituyen la base de numerosos trastornos emocionales, y tienen el potencial de provocar ansiedad, depresión o malestar emocional. (Pineda, 2020; Ayasta, 2021; Carbonel, 2020).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), se destaca que el 14% de los jóvenes ha sido afectado por algún trastorno mental. En un informe anterior de 2021, la misma organización señala que el 2.8% de los adolescentes presentaron depresión, mientras que el 4.6% padecieron de ansiedad (Mármol et al, 2023; Barreto y Vancampfort, 2021).

En Honduras, Zelaya y Leiva (2023) investigaron las CI en universitarios, fueron las altas autoexpectativas (35,4%), influencia del pasado (40,1%) y culpabilización (40,9%).

Por su parte, Mendoza y Gonzáles (2024), indagaron sobre las CI en universitarios de México, encontrando que, tiene la creencia en riesgo de aprobación en altas expectativas (35,6%), además de la evitación del problema (42,2%), y la creencia en problema de dependencia (38,4%) en los participantes del estudio.

Además, en Ecuador, Jácome (2022) descubriendo que la CI predominante entre los participantes es la indefensión frente al cambio, con un 62,3%. Esta se ve seguida por la necesidad de aprobación, que afecta al 15,6% de los participantes. Además, el 3,9% de los estudiantes se ve influenciado por la culpabilización y el mismo porcentaje se relaciona con la influencia del pasado. Finalmente, el 2,6% presenta la evitación de problemas como una CI predominante.

Además, otra investigación evidenció que la CI que predomina en los participantes del estudio es la indefensión acerca del cambio con un 52,9%, seguido del 15,7% en la creencia dependencia, así también el 14,3% en la CI necesidad de aprobación, de igual forma el 5,7%, para las creencias: evitación de problemas e influencia del pasado. Finalmente, el 2,9% puntúo en las CI altas auto expectativas y culpabilización (Ortiz, 2022).

En Perú también existen estudios con relación a la variable de investigación. En la ciudad de Huancayo, un estudio sobre CI en universitarios evidencia que, de un total 124 participantes, 44,4% señaló tener muy bajo, 16,9% señaló tener bajo, 12,1% señaló tener promedio y 26,6% señaló tener alto en CI (Porras y Rodríguez, 2024).

De igual manera, en Nuevo Chimbote, Peláez y Vivar (2023) analizaron sobre las CI en universitarios, donde el 1.6% experimentaron niveles bajos, además el índice medio con 75.7% y un grado elevado de 22.6%. En la ciudad de Huánuco, un estudio sobre las CI en universitarios reveló que, el 37% presentaron un índice medio, el 33% grado bajo y el 29% nivel alto de CI (Mego, 2021).

En Huancayo, De la Cruz y Laurente (2020) realizaron un estudio sobre las CI en universitarios, concluyendo que, el 24.0% evidenciaron tener un índice promedio de CI. Además, el 69.4% presentaron CI de nivel moderado. Finalmente, el 6,6%) de participantes mostraron un nivel alto de CI.

Autores como, Carrera y Eulogio (2024) indagaron sobre las CI en universitarios de la ciudad de Piura, evidenciando que, dentro de las CI, prevalece en la ausencia de CI de aprobación (68.4%), competente (53.2%), sanción (61.6%), miedo (59.6%), miedo a la soledad (58.8%), evitación (54%) y determinación (57.6%).

A nivel local, Ranilla (2023) investigó sobre las CI en universitarios limeños, concluyendo que las CI más frecuentes que tienen los evaluados son ideas de

infortunio con nivel moderado (39.2%), indefensión frente al cambio con nivel moderado (32%), inactividad e inercia con nivel moderado (39.9%).

Del mismo modo, un estudio relacionado con las CI en universitarios de Lima Metropolitana concluyó que el predominante es aquella relacionada con la idea de las circunstancias externas, que afecta al 81,9% de ellos. Según esta creencia, el individuo únicamente reacciona en función de las emociones que estas circunstancias provocan. Además, el 12,8% se encuentra ubicado la idea es catastrófica cuando las cosas no son de la manera en que nos gustaría que fueran (Valdivieso, 2023).

Por su parte, Ayala (2020) investigó sobre las CI en universitarios de Lima, en los resultados se observa que de la muestra total el 54,9% presenta regulares CI, el 24,5% pocas creencias y 20,6% muchas creencias.

También, Sullcahuamán (2020) investigó sobre las CI en universitarios limeños, encontrando que, las CI más predominante en los estudiantes que se presentan en más de veinte por ciento de los estudiantes incluyen la necesidad de ayuda (24,7%), la confianza en el control de las emociones (24,1%), el perfeccionismo (23,9%) y la frustración junto con la inercia-evasión (21,5%).

Para concluir a nivel local, Chirio (2020) indagó sobre las CI académicas en universitarios de Lima, evidenció niveles bajos en hábitos de estudio 45.9%, evaluaciones con 47.4% y dimensión soporte de 55.0%.

Tomando en cuenta lo mencionado, el objetivo del estudio actual analizar una revisión sistemática de las CI en universitarios, tal como ha sido documentado en revistas tanto peruanas como extranjeras. Asimismo, se plantean los objetivos específicos: 1) Conocer las CI predominantes en universitarios; 2) Analizar las CI predominantes en universitarios, según sexo; 3) Analizar las variables con quienes se relaciona las CI en universitarios.

La presente revisión sistemática encuentra justificación teórica, puesto que permitirá consolidar la evidencia disponible de la variable CI y resaltar áreas donde se necesita más investigación, contribuyendo así al cuerpo de conocimiento en psicología educativa y bienestar estudiantil.

Asimismo, el estudio posee justificación práctica en la medida en que, al analizar de forma exhaustiva estudios anteriores, se pueden identificar los factores de protección y riesgo vinculados con las CI. Este análisis resulta fundamental para la elaboración de políticas educativas, programas de salud mental y estrategias pedagógicas destinadas a mitigar los efectos adversos de la variable de estudio.

## II. Método

La recolección de datos se realizó entre julio y agosto de 2024, aplicando los siguientes criterios de selección: (1) que los artículos fueran estudios cuantitativos realizados en universitarios. (2) que hayan sido publicados entre 2019 y 2024, y (3) que tengan acceso abierto.

Para comenzar el proceso de búsqueda de la unidad de análisis, se emplearon descriptores agrupados en tres categorías o palabras claves: (a) constructo (creencias irracionales, ideas irracionales), (b) muestra (estudiantes, jóvenes, universitarios) y (c) origen (Perú, Chile, Ecuador, México, Venezuela, Brasil, Argentina, Uruguay, entre otros).

El proceso de indagación se dividió en tres etapas: (a) en la primera etapa, se identificaron estudios con muestras latinoamericanas en inglés, utilizando las bases de datos Scopus y PubMed para la primera etapa. En la segunda etapa, se enfocó en identificar estudios que incluyeran muestras peruanas a partir de bases de datos latinoamericanas como SciELO, Redalyc, Latindex y Dialnet. Finalmente, se llevó a cabo una búsqueda en Google Académico para localizar artículos publicados en revistas que no estuvieran indexadas en ninguna de las bases de datos mencionadas.

En este sentido, la recopilación de revistas científicos abarcó un total de 42 artículos como población, de los cuales, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión, la muestra final de artículos analizados fueron 7, como se puede observar en el siguiente diagrama según el método PRISMA (Gráfico 1):

### III. Análisis e integración de información

Entre los artículos hallados en la búsqueda, como muestra final se consideró 7 artículos, los cuales se centraron en la investigación y análisis de las creencias irracionales entre los años 2019 a 2024.

Con relación a los artículos seleccionados se incluyeron 7 investigaciones debido a que cumplían con los criterios de inclusión y exclusión. Estos estudios fueron: el análisis realizado por Pilco et al. (2023), seguido de Rojas et al. (2020), el análisis efectuado por Tamayo (2019), el análisis efectuado por Zelaya y Leiva (2023), el análisis efectuado por Chan y Sun (2020), seguido de Gómez et al. (2024) y el análisis efectuado por Castro et al. (2020).

Con respecto a la cantidad de artículos, la Tabla 1 durante los años 2023 (28.6%) y 2020 (42.5%) se registran la mayor cantidad de publicaciones concernientes al tema de revisión. Lo que indicaría que en los años 2020 y 2023 se obtiene el 71.1% de toda la información analizada. Asimismo, en el año 2024 (14.3%) solo se cuenta con un total de 1 estudios, lo cual indica que la cantidad de estudios fue disminuyendo.

**Tabla 1**

*Año de publicación de artículos sobre las creencias irracionales*

| Año   | Frecuencia | Porcentaje |
|-------|------------|------------|
| 2024  | 1          | 14.3%      |
| 2023  | 2          | 28.6%      |
| 2020  | 3          | 42.5%      |
| 2019  | 1          | 14.3%      |
| Total | 7          | 100%       |



Respecto a los diseños de investigación, la metodología la totalidad de los estudios encontrados fueron cuantitativos que representa un 100% (7 estudios), en ellos destacan estudios descriptivos, correlacionales y de corte transversal.

Los estudios revisados fueron desarrollados América y Asia, como se observa en la Tabla 2. A nivel continental, el 85.7% (6 estudios) del total de artículos revisados son de Latinoamérica. A nivel nacional, en los últimos 5 años, se registró un total de 2 estudios que representa el 28.6% del total de la muestra, es importante mencionar que México registra la misma cantidad 2 estudios (28.6%). Finalmente, Paraguay, Honduras y China registran solo 1 investigación cada uno.

**Tabla 2**

*Países de origen de artículos sobre las creencias irracionales.*

| Países de origen de investigación | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------------------|------------|------------|
| Paraguay                          | 1          | 14.3%      |
| Perú                              | 2          | 28.6%      |
| Honduras                          | 1          | 14.3%      |
| China                             | 1          | 14.3%      |
| México                            | 2          | 28.6%      |
| Total                             | 7          | 100%       |

Los principales hallazgos de las investigaciones encontradas, Zelaya y Leiva (2023) evidenciaron que las principales CI manifestados por los universitarios fueron la culpabilización (50.6%), las altas autoexpectativas (37.4%) y la influencia del pasado (40.1%).

Asimismo, Tamayo (2019) reveló que la mayoría de los participantes (41.73%) tienen CI sobre la perfección en todo lo que realiza referente a sus metas o logros. Además, otro porcentaje considerable de universitarios (37.05%) tienen la CI de que se debe sentir ansiedad ante cualquier cosa desconocida, siendo esta en sus vidas

sumamente limitante.

Los estudios mencionados previamente ponen en evidencia la existencia de distintas CI en los estudiantes universitarios del mundo. Los cuales estarían causando situaciones difíciles en los jóvenes. Es ese sentido, la preocupación de la sociedad es inminente para contrarrestar dicha problemática en beneficio de las personas.

Por otro lado, con relación al sexo de los participantes, Pilco et al. (2023) evidencia que la prevalencia de creencia basada en el miedo y la ansiedad en los hombres fue del 54,8%, mientras que la creencia relacionada con la dependencia en las mujeres alcanzó un 55,4%.

Además, Rojas et al. (2020) evidenciaron que el 44% y el 43% de los estudiantes presentaron creencias irracionales relacionadas con los sentimientos de culpa y el grado de independencia, respectivamente.

Los estudios anteriores evidenciaron las principales CI en relación con el sexo de los universitarios. Dichos estudios coinciden en la CI de la dependencia en cuanto a las mujeres, con un porcentaje considerable. Por otro lado, difieren en las CI de los varones, sin embargo, se evidencian creencias como miedo, ansiedad y culpa.

Dentro del análisis exhaustivo de los artículos científicos se halló una relación directa entre las CI y la SD. Esto indica que mientras los niveles de CI aumenten, de igual forma se elevarán los índices de la sintomatología depresiva. Asimismo, se detalla la importancia de construir espacios de apoyo para disminuir los procesos mentales patológicos que podrían dar lugar a comportamientos de riesgo a largo plazo (Zelaya y Leiva, 2023).

Por otro lado, las CI fueron relacionadas con la violencia en el noviazgo en universitarios mexicanos, evidenciando que CI incrementa las conductas violentas en el noviazgo (Gómez et al., 2024). Por tanto, los participantes del estudio podrían

considerar que la pareja tiene el derecho de tratarla a su antojo, yendo en contra incluso de la integridad física y psicológica de cada ser humano.

Por tanto, los estudios evidencian que la prevalencia de CI en las personas, podrían generar situaciones o manifestaciones de violencia en el noviazgo, puesto que la creencia de dependencia esta relacionada en el ámbito sentimental.

Según Tamayo (2019) evidenció una relación entre las CI sobre el afecto y la aprobación que debe tener el individuo.

Además, Chan y Sun (2020) encontraron que los participantes que tenían índices elevados de CI eran propensos a sufrir de estrés, depresión, ansiedad. Por otro lado, se observó que los estudiantes de segundo año presentaban un mayor número de creencias irracionales en comparación con los estudiantes de tercer año en las facultades de Ingeniería y Educación en China.

En tal sentido, los estudios citados anteriormente revelan que los elevados índices de CI, va a interferir en el aspecto emocional de las personas; específicamente en situaciones relacionadas con la carga excesiva de situaciones, conocido como el estrés, síntomas de ansiedad y sentimientos de tristeza profunda, llegando a desencadenar depresión.

Por su parte, Castro et al. (2020) señalan que existe una relación entre la predisposición a la delincuencia y las creencias irracionales relacionadas con la justificación, el autoconcepto desde la violencia y la evitación de problemas entre los jóvenes en conflicto con la ley. Por tanto, los jóvenes justifican los actos cometidos delictivos con las CI que tienen que la realidad.

Por consiguiente, las implicancias del presente estudio podrían aportar una comprensión más profunda de las CI en el contexto universitario, ampliando la literatura existente sobre el tema. Esto podría incluir la identificación de tipos

específicos de CI prevalentes entre estudiantes universitarios.

Además, identificar las CI comunes entre estudiantes universitarios podría ayudar a desarrollar programas de intervención y apoyo psicológico específicos para este grupo. Esto podría incluir talleres de manejo del estrés, entrenamiento en habilidades de pensamiento crítico, y terapias conductuales adaptadas.

Finalmente, es pertinente destacar que la aportación de una revisión sistemática radica en el análisis de los resultados obtenidos en diferentes países. Con base en las conclusiones identificadas, se debe continuar con la investigación sobre las CI en estudiantes universitarios, para confirmar y esclarecer los objetivos, hipótesis o vacíos de información existentes.

#### IV. Conclusiones

- La presente revisión sistemática fue realizada con un total de 7 artículos científicos que cumplieron con los criterios respectivos, teniendo como temática la CI en estudiantes universitarios; en diversas bases de datos en inglés y español.
- Los estudios seleccionados fueron: el análisis realizado por Pilco et al. (2023), seguido de Rojas et al. (2020), el análisis efectuado por Tamayo (2019), el análisis efectuado por Zelaya y Leiva (2023), el análisis efectuado por Chan y Sun (2020), así también de Gómez et al. (2024) y el análisis efectuado por Castro et al. (2020).
- Los estudios mencionados previamente ponen en evidencia la existencia de distintas CI en los estudiantes universitarios del mundo. Los cuales estarían causando situaciones difíciles en la vida de los jóvenes.
- Las CI fueron relacionadas con variables como la sintomatología depresiva, la ansiedad, el estrés, la violencia en el noviazgo, la disposición a la delincuencia. Así como, factores sociodemográficos como el sexo en universitarios del mundo.
- Los resultados de la revisión sistemática contribuyen con el avance de la teoría relacionada con la variable CI en universitarios, debido a la exhaustiva revisión de diferentes artículos relacionados a la temática planteada.
- Finalmente, se sugiere a los investigadores interesarse por el estudio de las CI en universitarios de las diferentes partes del país y del mundo, para conocer la realidad latente y plantear estrategias de intervención para contrarrestar la problemática.

## Referencias

- Asato, K. (2021, 18 de junio). *¿Cómo identificar las creencias irracionales en el mundo laboral?* <https://hrlatam.com/blog/identificar-creencias-irracionales/>
- Ayala, J. (2022). *Creencias irracionales y depresión en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1674>
- Ayasta, R. (2021). Trastornos emocionales y efectos de la pandemia en la conducta de los niños: una revisión. *Social Innova Sciences*, 2(3), 6-16. <https://doi.org/10.58720/sis.v2i3.60>
- Barreto, F., & Vancampfort, D. (2021). Physical activity, exercise, and mental disorders: it is time to move on. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 43(3), 177-184. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2021-0237>
- Carbonel, A. (2020). *Creencias irracionales y su relación con otros constructos: una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos 20 años* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/25874>
- Carrera, M. y Eulogio, C. (2024). *Creencias irracionales e incidencia de dependencia emocional en estudiantes en una escuela superior técnico policial-PNP Piura, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/35411>
- Castro, L., Garza, R., García, C. y De la Rosa, C. (2020). Disposición a la delincuencia juvenil y creencias irracionales de jóvenes en conflicto con la ley y en riesgo delictivo en Monterrey, México. *Revista criminalidad*, 62(1), 45-58.
- Chan, H., & Sun, F. (2020). Irrational beliefs, depression, anxiety, and stress among

- Hong Kong college students. *Journal of American College Health*, 69(8), 827-841. <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1710516>
- Chirio, D. (2020). *Procrastinación, creencias irracionales académicas, ansiedad, miedo y rumiación en estudiantes de una universidad privada de Villa El Salvador* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1028>
- De la Cruz, L. y Laurente, D. (2020). *Creencias irracionales que tienen los estudiantes del primer ciclo del Programa de Estudios Generales de la Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio de la Universidad Peruana Los Andes <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1953>
- Etala, P. (2021, 22 de diciembre). *¿Qué son las creencias irracionales?* <https://guillermoorozco.com/que-son-las-creencias-irracionales/>
- Gómez, O. (2021). Consideraciones sociales y filosóficas para la investigación cualitativa de las creencias irracionales. *Journal De Ciencias Sociales*, 9(16), 63-81. <https://doi.org/10.18682/jcs.vi16.4340>
- Gómez, O., Santoyo, F. y Urzúa, A. (2024). Efecto de las creencias irracionales en el proceso cognitivo de la satisfacción con la vida en adultos. *Rev. CES Psico*, 17(1), 102-116. <https://dx.doi.org/10.21615/cesp.7150>
- Jácome, C. (2022). *Rasgos de personalidad y su relación con creencias irracionales en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio de la Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/34783>
- Mármol, A., Moreno, A., Plaza, F., Molina, M., Martín, M., Ureña, L., & Montejo, A. (2023). Overview of MentalRiskES at IberLEF 2023: Early Detection of Mental

Disorders Risk in Spanish. *Natural Language Processing*, 71(1), 329-350.

<http://journal.sepln.org/sepln/ojs/ojs/index.php/pln/article/view/6564/3964>

Mego, M. (2022). *Creencias irracionales y machismo en estudiantes de secundaria de una I.E. de San Pablo de Pillao-Huánuco-2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <https://hdl.handle.net/20.500.13080/7071>

Mendoza, C. y Gonzáles, J. (2024). Síntomas de ansiedad, creencias irracionales, y brujismo en estudiantes universitarios mexicanos. *Revista de psicología de la universidad autónoma del estado de México*, 12(35), 9-33. doi:10.36677/rpsicologia.v12i35.22922

Organización Mundial de la Salud. (2022). *La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2022>

Ortiz, D. (2022). *Creencias irracionales y su relación con la satisfacción sexual* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio de la Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/35462>

Peláez, N. y Vivar, Y. (2023). *Creencias irracionales y agresividad en estudiantes universitarios de Nuevo Chimbote, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/115234>

Pilco, A., Villacrés, R. y Lozada, E. (2023). Violencia en el noviazgo y creencias irracionales en estudiantes universitarios. *Revista latinoamericana de ciencias sociales y humanidades*, 4(2), 2944–2960. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.807>



- Pineda, D. (2020). Innovaciones en la evaluación de los problemas emocionales en niños y adolescentes: Presentación del número monográfico. *Revista de Psicopatología Y Psicología Clínica*, 25(3), 145-152. <https://doi.org/10.5944/rppc.29277>
- Porras, A. y Rodríguez, A. (2024). *Dependencia emocional y creencias irracionales en relaciones de pareja en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio de la Universidad Peruana Los Andes. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/7889>
- Ranilla, Y. (2023). *Estrés académico y creencias irracionales en alumnos de psicología de una universidad privada de Lima, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica del Perú]. Repositorio de la Universidad Tecnológica del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12867/7882>
- Rojas, M., Suárez, C. y Álvarez, D. (2020). Creencias irracionales en estudiantes de derecho de una universidad particular de Chiclayo, Perú. *Revista experiencia en medicina del hospital regional Lambayeque*, 6(1), 10-15. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9033343>
- Soto, E. (2021, 6 de junio). *Distorsiones cognitivas y creencias irracionales*. <https://www.unla.mx/blogunla/distorsiones-cognitivas-y-creencias-irracionales>
- Sullcahuamán, J. (2020). *Creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes de una Universidad Nacional y Particular de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/4945>
- Tamayo, M. (2019). Creencias Irracionales en Estudiantes de Psicología de una

Universidad Privada de Lima Metropolitana, según el Nivel de Estudios, Sexo y Lugar de Origen. *Acta de investigación psicológica*, 9(2), 79-90. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.2.266>

Valdivieso, J. (2023). *Fobia social y las creencias irracionales en los estudiantes de psicología de una universidad pública de Lima Metropolitana 2021* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/7721>

Zelaya, V y Leiva, J. (2023). Creencias Irracionales y sintomatología depresiva en Estudiantes Universitarios de Psicología en Honduras. *Psicología. Avances de la Disciplina*, 17(1), 85-96. <https://doi.org/10.21500/19002386.6140>

## Anexos

### Declaración jurada de autoría

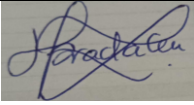
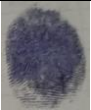
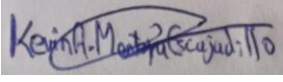

Este documento define los compromisos recíprocos de los miembros firmantes y constituye una Declaración jurada de carácter legal, para el desarrollo en autoría del trabajo de investigación (Artículo de revisión) para la obtención del grado académico (Bachiller).

Nosotros, declaramos que hemos sido informados sobre las condiciones para el desarrollo del trabajo de investigación (Artículo de revisión), que conduce al grado académico profesional, las cuales comprenden lo siguiente:

1. El trabajo se desarrollará de forma equitativa, donde los coautores participan de igual manera en todo el proceso de su desarrollo.
2. El proceso de solicitud para el grado académico, debe de realizarse en conjunto, si uno de los autores está ausente no se podrá iniciar el proceso.
3. En caso de incumplimiento de los compromisos incluidos en este documento, las partes lo tienen que poner en conocimiento al Director de Escuela.
4. Se podrá generar algunas excepciones en las cuales el autor está imposibilitado para desarrollar el proceso para optar el grado académico a lo cual podrá ceder los derechos de autor patrimoniales de forma permanente al otro autor o autores. Estos casos se darán de acuerdo a la siguiente tabla:

| CASO   | CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR PATRIMONIAL   |
|--|---|
| Muerte de uno de los autores o uno de los autores no se matricula en la asignatura.                      | Se activa la cesión de derechos de autor patrimonial permanente de forma inmediata, al otro autor o autores que quedan. |
| Traslado de un autor a otra institución.   |   |
| Uno de los autores desistió abandonar el trabajo (por cualquier otro caso no contemplado anteriormente). |   |

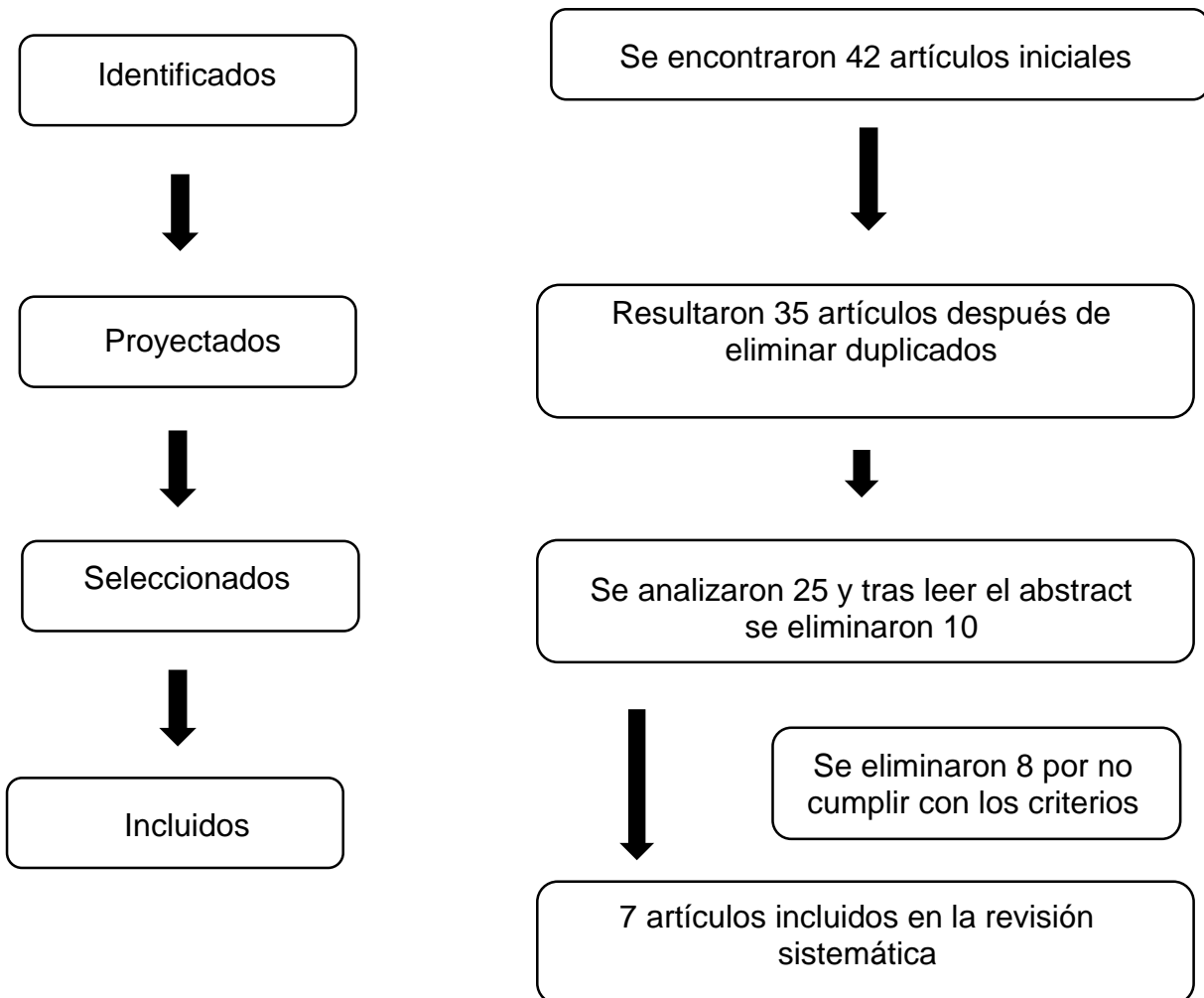
Los firmantes, estudiantes de la facultad de ciencias de la salud, escuela de psicología, conscientes en todos sus actos firman el presente documento.

| APELLIDOS Y NOMBRES               | DNI      | FIRMA  | HUELLA DIGITAL  |
|-----------------------------------|----------|--|---|
| Prada Centeno, Heydi Nilsa        | 70929971 |  |  |
| Montoya Escajadillo, Kevin Arnold | 73270192 |  |  |

Lima, 18 de noviembre del 2024

## Gráfico 1

### Diagrama PRISMA





**Tabla 3**

La información correspondiente a los estudios que fueron seleccionados para su revisión.

| N° | Base de datos | Autores      | Año  | País     | Título  | Metodología                  | Muestra         | Resultados  | Importancia  |
|----|---------------|--------------|------|----------|---|------------------------------|-----------------|---|--|
| 1  | Dialnet       | Pilco et al. | 2023 | Paraguay | Violencia en el noviazgo y creencias irracionales en estudiantes universitarios | Correlacional / cuantitativa | 639 estudiantes | Los resultados mostraron que el 75,9% de los participantes había sido víctima de violencia leve durante el noviazgo. Además, la prevalencia de la creencia relacionada con el miedo y la ansiedad entre los hombres fue del 54,8%, mientras que la creencia vinculada con la dependencia en las mujeres alcanzó el 55,4%. | Las conductas violentas influyen en las relaciones de noviazgo debido a las altas expectativas, la evitación de problemas y la indefensión, que se manifiestan durante la interacción de pareja. En este contexto, las mujeres tienden a experimentar una mayor preocupación por la presencia de violencia, mientras que los hombres muestran una tendencia a la culpabilización |

|   |         |              |      |      |  |                            |             |  |   |
|---|---------|--------------|------|------|--|----------------------------|-------------|--|---|
|   |         |              |      |      |  |                            |             |  | frente a la problemática.   |
| 2 | Dialnet | Rojas et al. | 2020 | Perú | Creencias irracionales en estudiantes de derecho de una universidad particular de Chiclayo, Perú | Descriptiva / cuantitativa | 317 alumnos | <p>El 44% y el 43% de los estudiantes exhibieron creencias irracionales relacionadas con los sentimientos de culpa y el grado de independencia, respectivamente.</p> <p>Entre las estudiantes, se observó que el 47% y el 42% presentaron creencias irracionales en relación con los sentimientos de culpa y el grado de independencia, respectivamente.</p> | Los universitarios evidencian CI; con predominancia de sentimientos de culpa (mujeres) y grado de independencia, y en varones culpabilidad (varones). |



|   |         |        |      |      |  |                              |                                |   |  |
|---|---------|--------|------|------|--|------------------------------|--------------------------------|---|--|
| 3 | Dialnet | Tamayo | 2019 | Perú | Creencias Irracionales en Estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, según el Nivel de Estudios, Sexo y Lugar de Origen | Correlacional / cuantitativa | 278 estudiantes universitarios | Los resultados indican que los estudiantes de psicología presentan la creencia 6 (es necesario experimentar miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida o potencialmente peligrosa) de manera altamente limitante. Además, las creencias 2 (se debe ser infaliblemente competente y casi perfecto en todo) y 8 (se requiere tener algo más grande y poderoso que uno mismo) se manifiestan de manera potencialmente limitante. | Se halló una asociación entre el nivel de estudios y las creencias 3 y 8, observándose que, a mayor nivel educativo, disminuye la prevalencia de estas creencias. Además, se verificó una asociación entre las creencias irracionales, tales como la necesidad de aprobación de los semejantes en el entorno y la idea de que la felicidad aumenta con la inactividad y el sexo de los individuos. |
|---|---------|--------|------|------|--|------------------------------|--------------------------------|---|--|

|   |        |                |      |          |   |                              |                                |  |   |
|---|--------|----------------|------|----------|---|------------------------------|--------------------------------|--|---|
| 4 | Scielo | Zelaya y Leiva | 2023 | Honduras | Creencias Irracionales y Sintomatología Depresiva en Estudiantes Universitarios de Psicología en Honduras | Correlacional / cuantitativa | 257 estudiantes universitarios | Se evidenció que las principales creencias irracionales manifestadas por los participantes en la investigación fueron la culpabilización (50,6%), las altas autoexpectativas (37,4%) y la influencia del pasado, que obtuvo el nivel más alto en el estudio (40,1%). | Los resultados de esta investigación contribuirán a identificar a la población estudiantil más vulnerable, facilitando así que las autoridades universitarias diseñen programas, políticas y servicios institucionales orientados a la prevención y promoción de la salud mental. |
| 5 | Pubmed | Chan y Sun     | 2020 | China    | Irrational beliefs, depression, anxiety, and stress among university students in Hong Kong                | Correlacional / cuantitativa | 655 estudiantes universitarios | Los estudiantes universitarios con niveles más altos de creencias irracionales presentaban una mayor probabilidad de experimentar depresión, ansiedad y  | Además, se halló que los estudiantes varones, los estudiantes de medicina y aquellos que cursaban carreras de cinco años mostraban niveles significativamente   |

|   |          |              |      |        |  |                              |                      |  |  |
|---|----------|--------------|------|--------|--|------------------------------|----------------------|--|--|
|   |          |              |      |        |  |                              |                      | estrés. Los resultados del MANOVA bidireccional indicaron que los estudiantes de segundo año exhibían más creencias irracionales en comparación con los estudiantes de tercer año en las facultades de Ingeniería y Educación. | más altos de depresión, ansiedad y estrés. También se llevaron a cabo análisis sobre las limitaciones del estudio y sus implicaciones..  |
| 6 | Proquest | Gómez et al. | 2024 | México | Efecto de las creencias irracionales en el proceso cognitivo de la satisfacción con la vida en adultos | Correlacional / cuantitativa | 483 personas adultas | El 83% de los estudiantes reporta haber experimentado estrés académico durante el semestre, destacándose niveles medianos y medio-altos de intensidad. En los análisis de regresión lineal múltiple para cada indicador        | El estrés académico representa una problemática significativa en la población estudiada. Se observa que el sexo, la motivación para el estudio y la mayoría de las conductas de salud desempeñan un papel predictivo |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  | <p>de estrés, se encontraron modelos de ajuste moderado para la intensidad del estrés (<math>R^2 = .16</math>, <math>p &lt; .001</math>) y la frecuencia de estresores (<math>R^2 = .13</math>, <math>p &lt; .001</math>), mientras que el modelo para los síntomas mostró un ajuste alto (<math>R^2 = .32</math>, <math>p &lt; .001</math>). Los hábitos de salud demostraron tener un efecto significativo en todos los modelos.</p> | <p>en los indicadores de estrés académico.</p> |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

|   |        |              |      |        |  |                              |             |   |  |
|---|--------|--------------|------|--------|--|------------------------------|-------------|---|--|
| 7 | Scielo | Casto et al. | 2020 | México | Disposición a la delincuencia juvenil y creencias irracionales de jóvenes en conflicto con la ley y en riesgo delictivo en Monterrey, México | Correlacional / cuantitativa | 597 jóvenes | La prevalencia de adicción a los teléfonos inteligentes entre los estudiantes de enfermería fue del 62,6%, equivalente a 129 casos. Se encontró una relación significativa entre esta adicción y los síntomas de depresión moderada ( $p = 0,049$ ), depresión grave/muy grave ( $p = 0,005$ ), ansiedad leve ( $p = 0,028$ ) y ansiedad grave/muy grave ( $p = 0,019$ ). | Los datos indican que es imprescindible desarrollar e implementar políticas de uso de teléfonos inteligentes en los entornos académicos y hospitalarios, con el fin de prevenir la adicción a estos dispositivos y controlar los factores de riesgo asociados. |
|---|--------|--------------|------|--------|--|------------------------------|-------------|---|--|