

AISLAMIENTO SOCIAL Y SOLEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS Y FACTORES RELACIONADOS: UNA REVISIÓN INTEGRADORA DE LA LITERATURA

ISOLAMENTO SOCIAL E SOLIDÃO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E FATORES RELACIONADOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

SOCIAL ISOLATION AND LONELINESS IN UNIVERSITY STUDENTS AND RELATED FACTORS: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

Romario Daniel Jantara¹, Daiane Porto Gautério Abreu², Ana Cláudia Schuab Faria de Paula³,
Adrieli Jantara⁴, Jarbas da Silva Ziani⁵

Cómo citar este artículo: Aislamiento social y soledad en estudiantes universitarios y factores relacionados: una revisión integradora de la literatura. Rev Enferm Atenção Saúde [Internet]. 2024 [acceso en: ____]; 13(3): e202442. DOI: <https://doi.org/10.18554/reas.v13i3.5930>

RESUMEN

Objetivo: identificar publicaciones sobre aislamiento social y soledad en estudiantes universitarios y factores relacionados con estos problemas de salud. **Método:** Revisión integrativa de la literatura, basada en una búsqueda en cinco bases de datos: Medline, PsycInfo, Science Direct, Web of Science y LILACS, utilizando los siguientes términos: Aislamiento social, Soledad y Estudiantes. Tras aplicar criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 28 artículos de distintas nacionalidades. **Resultados:** Se evidenció que el aislamiento social y la soledad en los estudiantes universitarios se asocian con numerosas condiciones negativas y conductas de riesgo para la salud. Por otro lado, se identificó el importante papel del apoyo social y el sentido de comunidad para hacer frente a la soledad. **Conclusiones:** existen impactos del aislamiento social y la soledad en la salud de los estudiantes universitarios, caracterizando estos dos fenómenos como importantes problemas de salud pública que demandan atención por parte de investigadores y trabajadores de la salud. **Descriptor:** Aislamiento social; Soledad; Estudiantes; Salud mental.

¹Enfermera egresada del Instituto Federal de Paraná - Campus Palmas. Estudiante de Doctorado en Enfermería del Programa de Posgrado en Enfermería de la Universidad Federal de Rio Grande, donde realizó estudios de maestría. Universidad Federal de Rio Grande. <https://orcid.org/0000-0002-7417-499X>

²Licenciatura en Enfermería, Especialización Multiprofesional en Salud de la Familia, Maestría en Enfermería y Doctorado en Enfermería por la Universidad Federal de Rio Grande. Profesora de la Escuela de Enfermería de la Universidad Federal de Rio Grande. Universidad Federal de Rio Grande. <https://orcid.org/0000-0002-1125-4693>

³Enfermero egresado de la Universidad Federal de Espírito Santo (UFES). Maestría en Enfermería por la Universidad Federal de Rio Grande (FURG). Universidad Federal de Rio Grande. <https://orcid.org/0000-0002-4947-435X>

⁴Licenciada en Ciencias Biológicas por el Instituto Federal de Paraná (2017), con especialización en Metodología de la Educación en la Educación Superior (UNINTER). Estudiante de Maestría en Enfermería del Programa de Posgrado en Enfermería de la Universidad Federal de Rio Grande. Universidad Federal de Rio Grande. <https://orcid.org/0000-0002-7204-0269>

⁵Estudiante de Enfermería de la Universidad Federal de Pampa (UNIPAMPA). Universidad Federal de Pampa - Campus Uruguayana. <https://orcid.org/0000-0002-9325-9390>

RESUMO

Objetivo: identificar as publicações sobre o isolamento social e a solidão em estudantes universitários e os fatores relacionados a essas problemáticas de saúde. **Método:** Revisão integrativa de literatura, realizada a partir de uma busca em cinco bases de dados: Medline, PsycInfo, Science Direct, Web of Science e LILACS, a partir dos seguintes termos: Social Isolation, Loneliness e Students. Após aplicação de critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 28 artigos de diferentes nacionalidades. **Resultados:** Evidenciou-se que o isolamento social e a solidão em universitários estão associados a inúmeras condições negativas e comportamentos de risco à saúde. Em contrapartida, identificou-se o importante papel do apoio social e do senso de comunidade no enfrentamento da solidão. **Conclusões:** observa-se impactos do isolamento social e solidão na saúde dos universitários, caracterizando esses dois fenômenos como importantes problemas de saúde pública, que demandam atenção de pesquisadores e trabalhadores da saúde.

Descritores: Isolamento social; Solidão; Estudantes; Saúde mental.

ABSTRACT

Objective: to identify publications on social isolation and loneliness in university students and factors related to these health problems. **Method:** Integrative literature review, based on a search in five databases: Medline, PsycInfo, Science Direct, Web of Science and LILACS, using the following terms: Social Isolation, Loneliness and Students. After applying inclusion and exclusion criteria, 28 articles of different nationalities were selected. **Results:** It was evident that social isolation and loneliness in university students are associated with numerous negative conditions and health risk behaviors. On the other hand, the important role of social support and a sense of community in coping with loneliness was identified. **Conclusions:** there are impacts of social isolation and loneliness on the health of university students, characterizing these two phenomena as important public health problems that demand attention from researchers and health workers.

Descriptors: Social isolation; Loneliness; Students; Mental health.

INTRODUCCIÓN

El aislamiento social se conceptualiza como la ausencia de relaciones sociales o vínculos significativos.¹ En general, un individuo en aislamiento social se encuentra con una red reducida de relaciones familiares y no familiares.² La soledad puede definirse como la percepción de aislamiento social o incluso como la sensación subjetiva de estar solo.³ La soledad también se entiende como el aislamiento social percibido en sí.⁴

El aislamiento social puede caracterizarse como el riesgo para la salud

pública más preocupante de todos los tiempos, considerándose una epidemia en aumento. Existen consecuencias nocivas para la salud de las personas por la falta de conexión social, la soledad y el aislamiento social, comparables a los efectos de la obesidad, el tabaquismo y la violencia, que acaban debilitando y acortando la esperanza de vida de las personas.⁴

Asimismo, la soledad representa un grave problema de salud pública, ya que las estimaciones indican que alrededor del 8% de la población adulta de los países occidentales experimenta una soledad

intensa y otro 20% una soledad moderada o leve.² Sin embargo, cabe señalar que la prevalencia de la soledad y el aislamiento social puede ser mucho mayor si se considera la multidimensionalidad de estos fenómenos y su amplitud, aunque es difícil obtener estimaciones globales precisas debido a la variación a lo largo de la vida. el aislamiento social, las diferencias culturales y de género y el uso de diferentes métodos y escalas de medición existentes.⁵⁻⁶

La soledad y el aislamiento social pueden afectar la salud a través de sus efectos en los comportamientos de salud.⁷ Estos dos problemas de salud están asociados con un mayor consumo de tabaco, enfermedades cardiovasculares y bajos niveles de actividad física.⁶ La desconexión social puede predecir un aumento de los sentimientos de soledad, lo que, a su vez, puede predecir mayores cantidades de síntomas de depresión y ansiedad. Por el contrario, los síntomas de depresión y ansiedad también pueden predecir un mayor grado de soledad, lo que, a su vez, puede predecir un mayor grado de desconexión social. De este modo, la soledad puede entenderse como un punto crucial a través del cual la desconexión social conduce a trastornos afectivos, y a partir del cual la depresión y la ansiedad precipitan el retraimiento social.⁸

Es evidente que además de estar asociada a morbilidad y mortalidad, la

soledad también está involucrada en varios procesos fisiológicos nocivos.⁹ Los efectos de la soledad en la salud se producen directa e indirectamente y son difíciles de discutir individualmente. Esto ocurre porque el cuerpo humano funciona mediante la integración de diferentes órganos y sistemas, trabajando juntos para garantizar la supervivencia y la aptitud del individuo.¹⁰

Se considera que dos aspectos de las relaciones sociales, el aislamiento social y la soledad, están ganando cada vez más protagonismo en la literatura científica. Sin embargo, la investigación sobre estos dos temas implica un desafío, que es comprender todo el alcance y la complejidad de la influencia de las relaciones sociales en la salud y, además del número absoluto o extensión de las relaciones sociales, se debe considerar su calidad.³

Se observa que si bien la vida universitaria es un período marcado por innumerables posibilidades, también involucra necesidades de adaptación, exigencias y elecciones, representando así una fase en la que pueden aparecer situaciones que enfrentan al estudiante universitario con la soledad y el aislamiento social. De esta manera, la soledad comenzó a ser estudiada en el ámbito universitario.¹¹ Cabe resaltar que los sentimientos de soledad en el ambiente académico pueden conducir a la aparición de síntomas depresivos y efectos nocivos en la salud de

los estudiantes, además de afectar su formación académica.¹²

La soledad mínima ya fue demostrada en el 53% de los estudiantes y la soledad intensa en el 2,4% en una muestra de 574 estudiantes universitarios brasileños, existiendo correlación entre la depresión y los hábitos de los estudiantes universitarios, el área de estudio y el apoyo social.¹¹ Sin embargo, en el momento de la búsqueda realizada en las bases de datos de esta revisión, ningún estudio brasileño estimó el aislamiento social tal como se define en la literatura, demostrando la necesidad de abordar este foco de investigación.

En este contexto, es evidente la importancia de este tema, aún poco explorado a nivel nacional, ya que el aislamiento social y la soledad están asociados con malos resultados de salud⁷ y los estudiantes universitarios pueden verse susceptibles a estos dos problemas de salud.¹¹ Surgieron así las preguntas rectoras del estudio: ¿qué se ha publicado sobre el aislamiento social y la soledad en estudiantes universitarios? ¿Qué factores están relacionados con el aislamiento social y la soledad en los estudiantes universitarios?

Por tanto, el objetivo de este estudio es identificar publicaciones sobre el aislamiento social y la soledad en estudiantes universitarios y los factores relacionados con estos problemas de salud.

MÉTODOS

Se trata de una revisión integrativa de la literatura, que tiene como objetivo sintetizar los resultados obtenidos en la investigación sobre un tema o cuestión, de manera sistemática, ordenada e integral. Se elaboró con base en los pasos descritos en la literatura, a saber: elaboración de la pregunta orientadora -¿Qué se ha publicado sobre el aislamiento social y la soledad en los universitarios? ¿Qué factores están relacionados con el aislamiento social y la soledad en los estudiantes universitarios?; búsqueda o muestreo de literatura; recopilación de datos; análisis crítico de los estudios incluidos; discusión de resultados y presentación de la revisión integradora.¹³

Para seleccionar los estudios se realizó una búsqueda en las siguientes bases de datos: Medline (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online, accedida a través de Pubmed), PsycInfo (American Psychological Association), Science Direct (Elsevier), Web of Science (Clarivate Analytics) y LILACS (Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud). Los términos utilizados fueron los descriptores y MeSH: “Social Isolation”, Loneliness and Students y los operadores booleanos utilizados fueron “OR” y “AND”, combinados en la siguiente estrategia de búsqueda: “Social Isolation” OR Loneliness AND Students.

Se establecieron como criterios de inclusión: estudios relacionados con el tema publicados en los últimos cinco años y con acceso gratuito. La búsqueda se realizó en junio de 2020, mediante acceso al Portal Periódico de la Coordinación de Perfeccionamiento del Personal de Educación Superior (CAPES), utilizando palabras clave en las bases de datos PsycInfo y Web of Science, el título, resumen y palabras clave en Science Direct y LILACS, y por las palabras MeSH en Medline/Pubmed.

Vale la pena señalar que el estudio fue realizado por tres investigadores independientes. Dos investigadores realizaron la búsqueda bibliográfica y selección de estudios, y un tercer investigador resolvió diferencias sobre la elegibilidad de un estudio que generó dudas. Para guiar la realización de este tipo de estudio se utilizó un instrumento creado con base en otras revisiones de la literatura y pautas disponibles. El instrumento contenía columnas para identificar el estudio, objetivos, metodología y describir la síntesis de resultados y conclusiones.

Además, se extrajo información respecto a los autores, título y país de origen de cada publicación. Para organizar las referencias se utilizó el software de gestión de referencias bibliográficas Mendley®. Se realizó una valoración del nivel de evidencia de cada estudio, considerándose nivel I:

revisiones sistemáticas o metanálisis de ensayos clínicos controlados aleatorios o guías clínicas basadas en revisiones sistemáticas de ensayos clínicos controlados aleatorios; nivel II: ensayos clínicos controlados aleatorios bien diseñados; nivel III: ensayos clínicos bien diseñados sin aleatorización; nivel IV: estudios de cohortes y de casos y controles bien diseñados; nivel V: revisión sistemática de estudios descriptivos y cualitativos; nivel VI: estudios descriptivos o cualitativos; nivel VII: dictámenes de autoridades y/o informe de comités de expertos.¹⁴ Luego del análisis crítico de los estudios, se realizó una categorización temática de los mismos, considerando factores relacionados con la soledad y el aislamiento social.

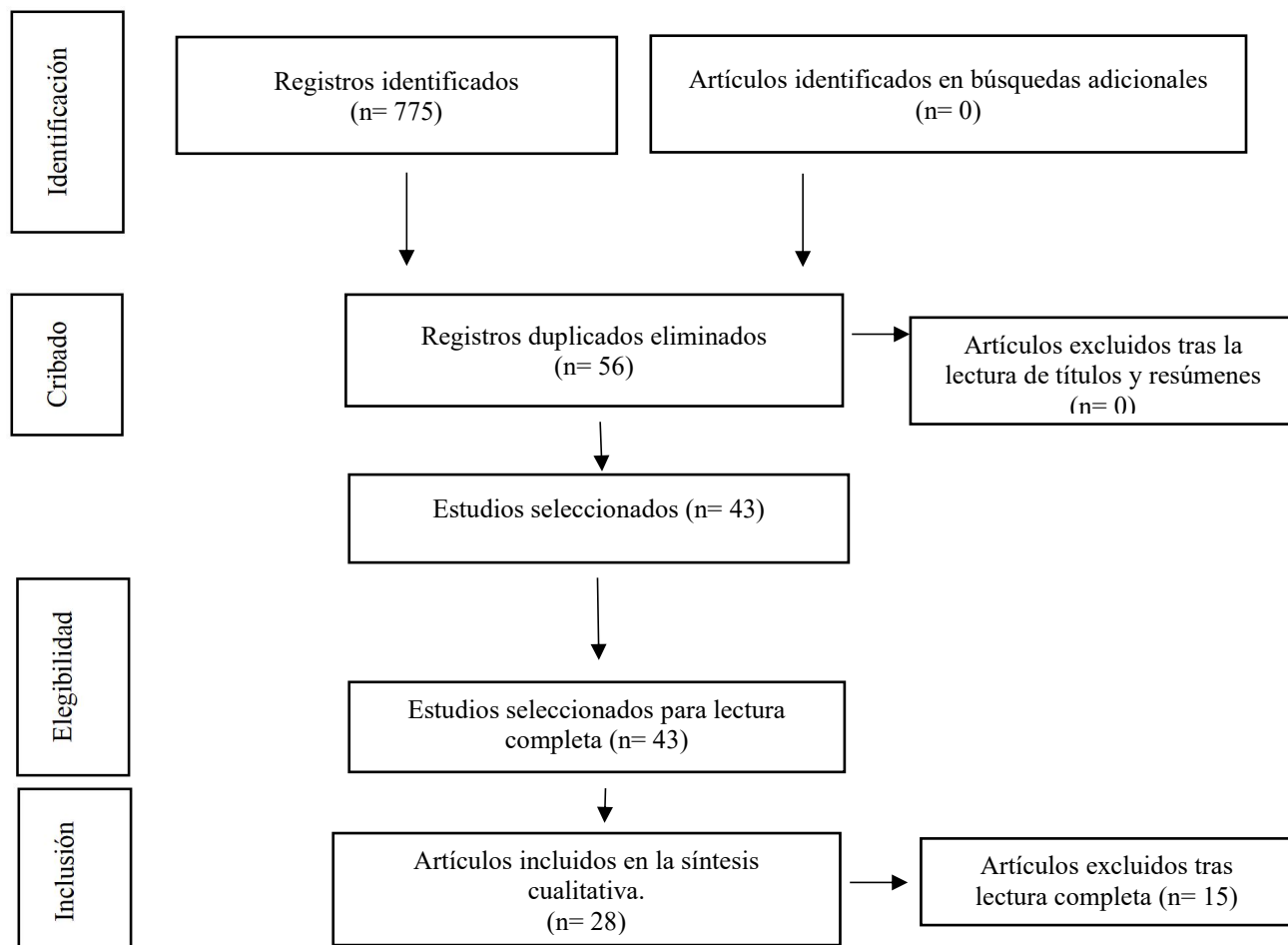
RESULTADOS

Identificación de publicaciones sobre aislamiento social y soledad en estudiantes universitarios.

Inicialmente, se recuperaron 490 resultados a través de Medline/Pubmed, 7.796 en PsycInfo, 2.743 en Science Direct, 1.687 en Web of Science y 52 en Lilacs. Luego de aplicar los filtros y leer en su totalidad los estudios que cumplieron con los criterios de inclusión, se seleccionaron 28 artículos para el análisis crítico y discusión de los resultados, como se muestra en la figura 1, elaborado con base en las

recomendaciones del modelo PRISMA.¹⁵ caracterizados, tal como se establece en la Además, los artículos fueron codificados y tabla 1.

Figura 1. Diagrama de identificación y selección de estudios, según modelo PRISMA.



Fuente: Autoría propia, 2020.

Tabla 1. Caracterización de los estudios identificados respecto a autores, año, nivel de evidencia, título, base de datos/revista y ubicación. Río Grande, RS, Brasil, 2020.

Código	Autores, año, nivel de evidencia.	Título	Bases de datos / Periódico	Ubicación
A01	Adams y otros, 2016 ¹⁶ , VI	La relación entre tensión financiera, estrés percibido, síntomas psicológicos e integración académica y social en estudiantes universitarios	Medline / Revista de salud universitaria estadounidense	Estados Unidos de América (EE.UU.)
A02	Chu y otros, 2016 ¹⁷ , VI	¿El insomnio es una sensación de soledad? Exploración de la pertenencia frustrada como vínculo explicativo entre el insomnio y la ideación suicida en una muestra de	Medline / Revista de medicina clínica	Corea del Sur

Código	Autores, año, nivel de evidencia.	Título	Bases de datos / Periódico	Ubicación
		estudiantes universitarios de Corea del Sur		
A03	Bolaños y Reyes Rodríguez Blanco, 2016 ¹⁸ , VI	Prevalencia del síndrome de burnout académico entre estudiantes de enfermería de la Universidad de Costa Rica	Lilas / Enfermera. Costa Rica actual (En línea)	Costa Rica
A04	Chow y otros, 2017 ¹⁹ , VI	Uso de sensores móviles para probar modelos clínicos de depresión, ansiedad social, afecto estatal y aislamiento social entre estudiantes universitarios	Medline y Psycinfo/Revista de investigación médica en Internet	EE.UU
A05	Hom et al., 2017 ²⁰ , VI	Investigación del insomnio como predictor transversal y longitudinal de la soledad: hallazgos de seis muestras	Medline / Investigación en psiquiatría	EE.UU
A06	Kim y otros, 2017 ²¹ , VI	Modelo de ecuación estructural de la adicción a los teléfonos inteligentes basado en la teoría del apego adulto: efectos mediadores de la soledad y la depresión	Medline y Science Direct / Investigación en enfermería asiática	Corea del Sur
A07	Pereira et al., 2017 ²² , VI	Búsqueda de predictores psicológicos de ideación suicida en estudiantes universitarios	Psycinfo / Psicología: Teoría e Investigación	Portugal
A08	Thomas y otros, 2017 ²³ , VI	Comprender las redes sociales y el trabajo de identidad en los jóvenes en transición a la universidad	Science Direct / Computadoras en el comportamiento humano	Reino Unido
A09	Dutta y Chye, 2017 ²⁴ , VI	Uso de Internet y bienestar psicológico: un estudio de estudiantes internacionales en Singapur	Web of Science / Revista de Estudiantes Internacionales	Singapur
A10	Mcintyre y otros, 2018 ²⁵ , VI	Predictores académicos y no académicos del malestar psicológico estudiantil: el papel de la identidad social y la soledad	Medline y Web of Science / Revista de salud mental	Reino Unido
A11	Sadeghi Bahmani y otros, 2018 ²⁶ , VI	¿Está el funcionamiento emocional relacionado con el rendimiento académico entre los estudiantes universitarios? Resultados de una muestra iraní transversal	Medline, Lilacs, Psycinfo y Web of Science / Revista Brasileña de Psiquiatría	Irán
A12	Dinçyurek et al., 2018 ²⁷ , VI	Identificando la relación de la adicción a la comida, la impulsividad y la soledad con diferentes variables en estudiantes universitarios.	Psycinfo y Web of Science/Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education	Chipre
A13	Özdemir et al., 2018 ²⁸ , VI	Prevalencia de la nomofobia entre estudiantes universitarios: un estudio comparativo de estudiantes universitarios paquistaníes y turcos	Psycinfo/Eurasia Revista de Educación en Matemáticas, Ciencia y Tecnología	Pakistán y Turquía
A14	Diehl y	Soledad en las universidades:	Medline y Web of	Alemania

Código	Autores, año, nivel de evidencia.	Título	Bases de datos / Periódico	Ubicación
	otros, 2018 ²⁹ , VI	determinantes de la soledad emocional y social entre los estudiantes	Science / Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública	
A15	Muyan-Yilik et al., 2018 ³⁰ , VI	Predictores de soledad entre estudiantes universitarios en Turquía: timidez y género	Web of Science / Revista de la Facultad de Educación de la Universidad de Cukurova	Turquía
A16	Barroso et al., 2018 ³¹ , VI	La soledad como variable predictiva de la depresión en adultos	Lilas / Estudi. Interdisciplina psicol	Brasil
A17	Fonsêca et al., 2018 ³² , VI	Uso de redes sociales y soledad: evidencia psicométrica a partir de escalas.	Lilas/Arq.sujetadores. psicol	Brasil
A18	Moeller y Seehuus, 2019 ³³ , VI	La soledad como mediadora de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios y de sus experiencias de depresión y ansiedad.	Medline / Revista de la adolescencia	Estados Unidos de América
A19	Jafari y otros, 2019 ³⁴ , VI	La relación entre la adicción al teléfono móvil y la sensación de soledad entre estudiantes de ciencias médicas en Kermanshah, Irán	Notas de investigación de Medline/BMC	Irán
A20	Dagnew y Dagne, 2019 ³⁵ , VI	Año de estudio como predictor de soledad entre estudiantes de la Universidad de Gondar	Notas de investigación de Medline/BMC	Etiopía
A21	Çinar y Toker, 2019 ³⁶ , VI	Un examen del efecto de la soledad en el comportamiento innovador de estudiantes de la facultad de ciencias de la salud	Medline/revista médica china	Turquía
A22	Sæther et al., 2019 ³⁷ , VI	Consumo de alcohol, satisfacción con la vida y salud mental entre estudiantes universitarios y universitarios noruegos	Informes de Psycinfo y Science Direct/Comportamientos Adictivos	Noruega
A23	Aydiner-Boylu et al., 2019 ³⁸ , VI	La investigación del efecto del apoyo social percibido sobre la soledad en estudiantes universitarios	Web de la ciencia / Sosyoekonomi	Turquía
A24	Chang et al., 2019 ³⁹ , VI	El papel positivo de la esperanza en la relación entre la soledad y las condiciones infelices en los jóvenes húngaros: ¡Cómo importa el pensamiento de caminos!	Web of Science / Revista de Psicología Positiva	Hungría
A25	Primack y otros, 2019 ⁴⁰ , VI	Experiencias positivas y negativas en las redes sociales y aislamiento social percibido	Web of Science / Revista Estadounidense de Promoción de la Salud	Estados Unidos de América
A26	Anderssen y otros,	Satisfacción con la vida y salud mental entre estudiantes	Medline y Web of Science /BMC salud	Noruega

Código	Autores, año, nivel de evidencia.	Título	Bases de datos / Periódico	Ubicación
	2020 ⁴¹ , VI	transgénero en Noruega	pública	
A27	Thomas y otros, 2020 ⁴² , VI	Soledad estudiantil: el papel de las redes sociales en las transiciones de la vida	Psycinfo y Science Direct /Computadoras y Educación	Reino Unido
A28	Ribeiro et al., 2020 ⁴³ , VI	Prevalencia y factores asociados a la depresión y la ansiedad en estudiantes de medicina brasileños	Lilas / Rev. sujetadores. educación. promedio	Brasil

Se observó que, de los estudios seleccionados, sólo uno (3,5%) presenta un enfoque cualitativo (A08). El resto de los estudios (96,5%) utilizó un enfoque cuantitativo, siendo casi todos transversales (96,2%), con excepción de uno (A02 - 3,8%), que presentó resultados longitudinales. Sólo tres estudios seleccionados (A17-A18, A28) son de origen brasileño, lo que denota poca publicación relacionada con el tema en Brasil. Todos los estudios (100%) se clasificaron en el nivel de evidencia VI. También llama la atención que en uno de ellos (A28), la soledad y el aislamiento social no aparecieron como tema central, sin embargo, se incluyó porque citaba estudiantes que se sentían aislados en sus resultados.

Factores relacionados con la soledad y el aislamiento social en estudiantes universitarios.

Se determinó asociación entre soledad y género masculino (A15, A20) y año de estudio (A20). La mayor soledad se evidenció entre los estudiantes universitarios

de 21 años o más (A20), los que estudian ciencias sociales (A14), los residentes de zonas rurales antes de ir a la universidad (A20) y los estudiantes inmigrantes (A14). También se destaca que estar casado o en pareja surgió como un factor protector contra la soledad (A14).

La soledad en estudiantes universitarios se relacionó con una serie de condiciones negativas, a saber: problemas de salud mental (A10), depresión (A05, A07, A11, A14, A16, A18, A24, A28), ideación suicida (A2, A07, A24), ansiedad (A14, A24), insomnio (A02, A05), tabaquismo (A12, A20), consumo de alcohol (A22), consumo de khat (planta autóctona originaria de Etiopía y Yemen con efecto estimulante) en estudiantes de Etiopía (A20), dificultades económicas (A01), síndrome de Burnout (A03), menor satisfacción social (A11), automutilación (A26), menor satisfacción con la vida (A26), dependencia de redes sociales (A17), baja autoestima (A17), impulsividad (A12), adicción a la comida (A12), nomofobia (A13) y inactividad física (A14), mayor timidez

(A15), menores habilidades sociales verbales (A18), menor comportamiento innovador (A21) y experiencias negativas en las redes sociales (A25).

Se identificó que el aislamiento social se asoció con más tiempo en casa (A04) y mayor ansiedad social (A04). Tanto la soledad como el aislamiento social se asociaron con la depresión (A06), las emociones negativas (A06), la adicción a los teléfonos inteligentes (A06, A19) y el uso problemático de Internet (A09).

Además, se señaló que el apoyo social (A23) y el sentido de comunidad (A27) reducen la soledad, estableciendo una relación protectora hacia la misma. También es digno de mención que un estudio (A08) encontró que las redes sociales pueden exacerbar y ayudar a afrontar la soledad y el aislamiento social. Otros hallazgos demuestran que la soledad emocional es más frecuente que la soledad social (A14).

DISCUSIÓN

A partir de la revisión fue posible identificar características de los estudiantes universitarios y factores que se relacionan con la soledad y el aislamiento social. También fue posible identificar factores relacionados con el aislamiento social y la soledad que impactan negativamente en la vida de los estudiantes y aquellos que actúan como factores protectores contra el aislamiento social y la soledad. Los

resultados de la revisión pueden servir como base para desarrollar estrategias para combatir el aislamiento social y la soledad en los estudiantes universitarios.

En cuanto al género de los estudiantes universitarios que experimentan soledad, dos estudios destacaron una asociación con los hombres.¹⁶⁻¹⁷ Está claro que los estudiantes universitarios varones utilizan con mayor frecuencia mecanismos de afrontamiento pasivos, como la negación, el abuso de sustancias y el estado de ánimo deprimido, a la hora de tomar decisiones para afrontar su salud mental, mientras que las mujeres universitarias parecen utilizar con mayor facilidad mecanismos de afrontamiento activos, como la implicación en actividades de apoyo social y búsqueda de orientación espiritual.¹⁸ Sin embargo, el resto de los estudios mostraron resultados divergentes o no probaron la asociación de la soledad con el sexo, refiriéndose así a la existencia de resultados mixtos en los estudios identificados.

El año de estudio también se asoció con la soledad, identificándose que ser estudiante de primer año hace que el estudiante sea más propenso a la soledad.¹⁷ En un estudio realizado en Etiopía, los estudiantes de primer año tuvieron mayores problemas para adaptarse a un nuevo entorno.¹⁹ Es de destacar que los estudiantes que salen de casa para ir a la universidad pueden hacerlos susceptibles a la soledad.²⁰

Esta asociación puede deberse a la corta duración de la estancia en la universidad, que aún no permite la adaptación a este nuevo entorno.¹⁷

Un estudio destacó una mayor prevalencia de soledad en estudiantes universitarios de 21 años y más.¹⁷ Sin embargo, cabe destacar que el estudio identificado no informó diferencias significativas.²¹ Respecto al tema de estudio, se identificó una mayor soledad en los estudiantes de ciencias sociales, considerado un hallazgo nuevo que requiere mayor exploración, pero que puede deberse a que los estudiantes de esta área viven en grupos pequeños y tienen poco contacto con otros estudiantes.²¹

El hecho de vivir en una zona rural antes de la universidad, así como la migración, fueron responsables de una mayor prevalencia de soledad entre los estudiantes universitarios, como lo demuestran los estudios analizados.^{17,21} Está claro que la migración es una condición de vulnerabilidad a la enfermedad. Un estudio brasileño con estudiantes de origen rural identificó que más de la mitad de ellos están en riesgo de sufrir Trastornos Mentales Comunes, caracterizados por la aparición de síntomas somáticos y problemas de integración social en la universidad.²² Por tanto, tiene sentido que estos estudiantes presenten un mayor nivel de soledad.

Al igual que en este estudio, investigaciones con diferentes grupos etarios y segmentos de la población reportan una asociación del aislamiento social y/o la soledad con condiciones negativas, destacando los impactos negativos del aislamiento social y la soledad en la salud^{4,7,23-24}, bienestar²⁵⁻²⁶, y también en la esperanza de vida de las personas, ya que se asociaron con una mayor tasa de mortalidad.⁴

En cuanto a los impactos en la salud mental, estudios con otros grupos de edad y población general confirman los hallazgos de esta investigación, mostrando una asociación entre aislamiento social, soledad y depresión²⁵⁻²⁸, soledad y síndrome de Burnout.²⁹ También se demostró una relación entre la soledad y el aislamiento social y la ideación suicida y el parasuicidio (comportamiento suicida).³⁰⁻³² Además, parece que la literatura respalda la asociación entre soledad y ansiedad.^{8,28,32} y soledad y ataques de pánico.³²

En esta revisión se identificaron estudios en los que la soledad se asociaba con una mayor timidez¹⁶, menor comportamiento innovador³³, menores habilidades sociales verbales³⁴ y menor satisfacción social³⁵ y con la vida.³⁶ Además, el aislamiento social se asoció con más tiempo en casa y mayor ansiedad social.³⁷

Respecto a estos aspectos, se resalta que la vida de pareja es crucial para el

desarrollo de los individuos, siendo importante para la expresión de una de sus necesidades humanas básicas, la comunicación, y para el establecimiento de relaciones interpersonales, siendo que la soledad interfiere con la morbilidad y una reducción de la calidad de vida.³⁸ Por tanto, se supone que, en una situación en la que el estudiante universitario se encuentra aislado y solitario, también se producen cambios significativos en otros aspectos de su vida social, como se demuestra en la presente revisión.

También se reveló que la soledad también estaba asociada con dificultades financieras.³⁹ Los autores identificaron que la menor riqueza familiar se correlacionaba con la soledad.⁴⁰ En este contexto, un estudio destaca que entre los desafíos que enfrentan los estudiantes en la educación superior se encuentran los problemas emocionales, las dificultades financieras, la adaptación al entorno académico y la conciliación entre la universidad, el trabajo y otros, capaces de desencadenar problemas de salud mental.⁴¹ Por tanto, esta relación encuentra apoyo en la literatura.

Los resultados de la extensa revisión realizada muestran que las conductas de riesgo, como fumar, prevalecieron entre los estudiantes solitarios^{17,42}, alcoholismo⁴³, consumo de khat en estudiantes etíopes¹⁷ y adicción a la comida.⁴² La asociación de la soledad con el consumo de tabaco y alcohol

se ve reforzada por Peltzer y Pengpid.⁴⁰ Se sabe que el consumo de tabaco y alcohol es extremadamente perjudicial para la salud humana, sin embargo, los estudiantes suelen verlos como fuentes de refugio ante sus ansiedades.⁴⁴ Un estudio con estudiantes universitarios identificó el papel predictivo de la desregulación emocional (incluida la impulsividad) y la soledad en la adicción a la comida.⁴⁵

En este trabajo también se verificó una relación entre la soledad y insomnio⁴⁶⁻⁴⁷ y la inactividad física.²¹ Las investigaciones muestran que los estudiantes universitarios solitarios tienen más probabilidades de informar problemas de sueño y una duración corta del sueño.⁴⁰ Un estudio con resultados de análisis transversales y longitudinales destaca que la soledad es un factor de riesgo independiente para la inactividad física y que aumenta la probabilidad de interrumpir la actividad física con el tiempo.⁴⁸

Los hallazgos de esta revisión también sugieren que ser un estudiante universitario socialmente aislado y/o solitario está asociado con la adicción a los teléfonos inteligentes⁴⁹⁻⁵⁰ y uso problemático de Internet.⁵¹ La soledad también estaba relacionada con impulsividad⁴², experiencias negativas en las redes sociales⁵², nomofobia⁴² y dependencia de las redes sociales.³² Un estudio anterior confirma que la soledad en los estudiantes universitarios se asoció con conductas adictivas, incluido

el uso prolongado de Internet (seis o más horas por día).⁴⁰ Según los hallazgos de Savci y Aysan⁵⁴, la impulsividad predice directa, positiva y significativamente el uso de las redes sociales, que a su vez predice directa, positiva y significativamente la soledad, y la impulsividad predice indirectamente, positiva y significativamente la soledad.

Sin embargo, un estudio encontrado en esta revisión destacó que las redes sociales pueden exacerbar y aliviar el sentimiento de soledad.³² En este sentido, se destaca que la necesidad de pertenencia y la necesidad de autorrepresentación son dos necesidades sociales básicas que impulsan el uso de las redes sociales, las cuales tienen el potencial de posibilitar la interacción y la formación de amistades. Hay resultados poco claros en la literatura sobre esta asociación, lo que requiere más investigación.⁵⁵ Sin embargo, los resultados de este estudio refuerzan la posibilidad de que las redes sociales alivien y exacerben la soledad.

Otros hallazgos de esta revisión demuestran que la soledad emocional es más frecuente que la soledad social en estudiantes universitarios.²¹ Este resultado está respaldado por la literatura⁵⁶, por lo que es importante estudiar estos dos aspectos de la soledad. Weiss⁵⁷, un importante teórico, la soledad social se caracteriza por la ausencia de una red social aceptable para el individuo, es decir, un círculo más amplio de amigos y

conocidos que le proporcionen un sentimiento de pertenencia, de compañerismo y que le hagan sentir miembro de una comunidad, mientras que la soledad emocional se identifica por la ausencia de una figura de apego en la vida y la falta de alguien a quien recurrir (por ejemplo, una pareja, un mejor amigo, un familiar). Por lo tanto, se sugiere que los estudiantes universitarios, al enfrentar un período de adaptación, se enfrentan a la falta de alguien que les ofrezca apoyo.

Otro aspecto destacado en los artículos analizados es la relación entre soledad, apoyo social y sentido de comunidad, así como el hecho de estar casado o en pareja surgió como un factor protector de la soledad, y estos aspectos influyen en la soledad.^{58,59} En este sentido, es claro que una red social de relaciones personales significativas es crucial para sentirse socialmente integrado y aliviar el sentimiento de soledad. Es de destacar que la red social que brinda apoyo social es fundamental para recrear un ambiente académico más favorable a la salud mental de los estudiantes.²²

CONCLUSIONES

Se identificaron publicaciones sobre aislamiento social y soledad en estudiantes universitarios a nivel mundial. Los estudios identificados son, en su mayoría, con enfoque cuantitativo, transversal y de origen

internacional, clasificándose en su totalidad con nivel de evidencia VI. Se destacaron factores relacionados con el aislamiento social y la soledad en estudiantes universitarios, destacando numerosas condiciones negativas y conductas de riesgo para la salud. Por otro lado, se identificó el importante papel del apoyo social y el sentido de comunidad en el afrontamiento de la soledad, actuando como factor protector.

Se deben reconocer algunas limitaciones en la realización de este estudio, como que la búsqueda bibliográfica se restringió a estudios gratuitos, en inglés, español y portugués y en los últimos cinco años, sin embargo, sería muy costoso ampliar este espectro debido al volumen de producción en la zona, y se cree que la búsqueda permitió agotar el tema, permitiendo una recolección de datos robusta. La singularidad de esta revisión a nivel nacional es un punto fuerte, considerando un tema tan relevante.

Esta revisión permite ampliar nuestra visión sobre los impactos del aislamiento social y la soledad en la salud de los estudiantes universitarios, caracterizando estos dos fenómenos como problemas importantes a ser estudiados en la academia. Los formuladores de políticas públicas, así como los profesionales de la salud y la educación, deben considerar los fenómenos en cuestión como importantes problemas de salud pública y dedicar

esfuerzos para implementar intervenciones efectivas, con el objetivo de fortalecer las redes de apoyo social y reducir los niveles de aislamiento social y soledad entre los estudiantes universitarios.

Es de destacar que los vacíos de conocimiento siguen siendo poco claros, a partir de la observación de resultados ambiguos en la literatura investigada, y que la producción científica brasileña sobre estos temas es aún incipiente, en relación a otros países. Por ello, se necesitan estudios, a nivel nacional e internacional, que aclaren, de manera más incisiva, la asociación entre aislamiento social, soledad y género, edad del estudiante, disciplina de estudio y uso de las redes sociales. Además, la investigación debería considerar y distinguir las diferencias entre la soledad social y emocional. No se identificó ningún estudio brasileño que estudiara la soledad a partir de esta tipología. Se recomiendan diseños de métodos mixtos y/o cualitativos que exploren asociaciones longitudinales.

REFERENCIAS

1. Eckhard J. Indicators of social isolation: a comparison based on survey data from Germany. *Soc Indic Res.* [Internet]. 2018 [citado em 02 ago 2024];139(3):963–88. doi:<https://doi.org/10.1007/s11205-017-1741-y>
2. Gierveld JJ, van Tilburg TG. Social isolation and loneliness. *Encycl Ment Health* [Internet]. 2016 [citado em 07 nov 2023]; 4(2):175–8. doi:<http://www.doi.org/10.1016/B978-0->

- 12-397045-9.00118-X
3. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. Social isolation and loneliness in older adults: opportunities for the health care system. Washington (DC): National Academies Press; 2020.
 4. Holt-Lunstad J, Smith TB, Baker M, Harris T, Stephenson D. Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspect Psychol Sci.* [Internet]. 2015 [citado em 14 jun 2023]; 10(2):227–37. doi:<https://doi.org/10.1177/1745691614568352>
 5. Holt-Lunstad J, Robles TF, Sbarra DA. Advancing social connection as a public health priority in the United States. *Am Psychol.* 2017; 72(6):517.
 6. Leigh-Hunt N, Bagguley D, Bash K, Turner V, Turnbull S, Valtorta N, et al. An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public Health* [Internet]. 2017 [citado em 07 nov 2023]; 152:157–71. doi:<https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.07.035>
 7. Shankar A, McMunn A, Banks J, Steptoe A. Loneliness, social isolation, and behavioral and biological health indicators in older adults. *Health Psychol.* 2011; 30(4):377.
 8. Santini ZI, Jose PE, Cornwell EY, Koyanagi A, Nielsen L, Hinrichsen C, et al. Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): a longitudinal mediation analysis. *Lancet Public Health.* [Internet]. 2020 [citado em 19 out 2024]; 5(1):e62–70. doi:[10.1016/S2468-2667\(19\)30230-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30230-0)
 9. Cacioppo JT, Cacioppo S. Social relationships and health: the toxic effects of perceived social isolation. *Soc Personal Psychol Compass.* 2014; 8(2):58–72.
 10. Bhatti AB, ul Haq A. The pathophysiology of perceived social isolation: effects on health and mortality. *Cureus* [Internet]. 2017 [citado em 19 out 2024]; 9(1):e994. doi:[10.7759/cureus.994](https://doi.org/10.7759/cureus.994)
 11. Barroso SM, Oliveira NR, Andrade VS. Solidão e depressão: relações com características pessoais e hábitos de vida em universitários. *Psicol Teor Pesqui.* [Internet]. 2019 [citado em 20 set 2024]; 35:e35427. doi:<https://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e35427>
 12. Barker ET, Renaud J. Brief Report: contextualizing university students' depressive symptoms: history, continuity, stability, and risk. *J College Stud Psychother.* 2020; 34(1):24–32.
 13. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Integrative review: what is it? How to do it? *Einstein (São Paulo).* 2010; 8:102–6.
 14. Melnyk BM, Fineout-Overholt E. Evidence-based practice in nursing & healthcare: a guide to best practice. Filadélfia: Lippincott Williams & Wilkins; 2011.
 15. Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, Group P. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med.* [Internet]. 2009 [citado em 10 abr 2024]; 6(7):e1000097. doi:<https://doi.org/10.1136/bmj.b2535>
 16. Adams DR, Meyers SA, Beidas RS. The relationship between financial strain, perceived stress, psychological symptoms, and academic and social integration in undergraduate students. *J Am Coll Health.* 2016; 64(5):362–70.
 17. Chu C, Hom MA, Rogers ML, Ringer FB, Hames JL, Suh S, et al. Is insomnia lonely? Exploring thwarted belongingness as an explanatory link between insomnia and suicidal ideation in a sample of South Korean university students. *J Clin sleep Med.* 2016; 12(5):647–52.
 18. Bolaños Reyes N, Rodríguez Blanco N. Prevalência da Síndrome de Burnout acadêmico nos estudantes de Enfermagem da Universidade de Costa Rica. *Enfer Actual Costa Rica.* 2016; (31):16–35.

19. Chow PI, Fua K, Huang Y, Bonelli W, Xiong H, Barnes LE, et al. Using mobile sensing to test clinical models of depression, social anxiety, state affect, and social isolation among college students. *J Med Internet Res.* [Internet]. 2017 [citado em 10 abr 2024]; 19(3):e62. doi:<https://doi.org/10.2196/jmir.6820>
20. Hom MA, Hames JL, Bodell LP, Buchman-Schmitt JM, Chu C, Rogers ML, et al. Investigating insomnia as a cross-sectional and longitudinal predictor of loneliness: findings from six samples. *Psychiatry Res.* [Internet]. 2017 [citado em 10 abr 2024]; 253:116–28. doi:<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.03.046>
21. Kim E, Cho I, Kim EJ. Structural equation model of smartphone addiction based on adult attachment theory: mediating effects of loneliness and depression. *Asian Nurs Res.* [Internet]. 2017 [citado em 15 jul 2024]; 11(2):92–7. doi:<https://doi.org/10.1016/j.anr.2017.05.002>
22. Pereira AAG, Cardoso FMS. Searching for psychological predictors of suicidal ideation in university students. *Psicol Teor e Pesqui.* [Internet]. 2018 [citado em 23 out 2024]; 33:e33420. doi:<http://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e33420>
23. Thomas L, Briggs P, Hart A, Kerrigan F. Understanding social media and identity work in young people transitioning to university. *Comput Human Behav.* 2017; 76:541-53.
24. Dutta O, Chye SYL. Internet use and psychological wellbeing: a study of international students in Singapore. *J Int Students.* 2017; 7(3):825-40.
25. McIntyre JC, Worsley J, Corcoran R, Harrison Woods P, Bentall RP. Academic and non-academic predictors of student psychological distress: the role of social identity and loneliness. *J Ment Health* [Internet]. 2018 [citado em 10 abr 2024]; 27(3):230–9. doi:<https://doi.org/10.1080/09638237.2018.1437608>
26. Sadeghi Bahmani D, Faraji P, Faraji R, Lang UE, Holsboer-Trachsler E, Brand S. Is emotional functioning related to academic achievement among university students? Results from a cross-sectional Iranian sample. *Braz J Psychiatry.* 2018; 40:290–5.
27. Dinçyurek H, Alasya M, Kağan S. Identifying the relationship of food addiction, impulsiveness and loneliness with different variables in university students. *Eurasia J Math Sci Technol Educ.* [Internet]. 2018 [citado em 10 abr 2024]; 14(5):1931–44. doi:<https://doi.org/10.29333/ejmste/85637>
28. Ozdemir B, Cakir O, Hussain I. Prevalence of nomophobia among university students: a comparative study of Pakistani and Turkish undergraduate students. *Eurasia J Math Sci Technol Educ.* 2018; 14(4):1519–32.
29. Diehl K, Jansen C, Ishchanova K, Hilger-Kolb J. Loneliness at universities: determinants of emotional and social loneliness among students. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2018; 15(9):1865. doi:<http://dx.doi.org/10.3390/ijerph15091865>
30. Muyan M, Aydin GS, Demir A. Predictors of loneliness in Turkish university students: shyness and gender. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 2018; 47(1):246-59.
31. Barroso SM, Baptista MN, Zanon C. Solidão como variável preditora na depressão em adultos. *Estud Interdiscip Psicol.* 2018 ;9(3):26-37.
32. Fonsêca PN, Couto RN, Melo CCV, Amorim LAG, Pessoa VSA. Uso de redes sociais y soledad: evidencias psicométricas de escalas. *Arq Bras Psicol.* 2018; 70(3):198–212.
33. Moeller RW, Seehuus M. Loneliness as a mediator for college students' social skills and experiences of depression and anxiety. *J Adolesc.* 2019; 73:1-13.
34. Jafari H, Aghaei A. The relationship between addiction to mobile phone and

- sense of loneliness among students of medical sciences in Kermanshah, Iran. *BMC Res Notes*. 2019; 12(1):1-5.
35. Dagne B, Dagne H. Year of study as predictor of loneliness among students of University of Gondar. *BMC Res Notes* [Internet]. 2019 [citado em 15 abr 2024]; 12(1):240. doi:<https://doi.org/10.1186/s13104-019-4274-4>
 36. Çinar F, Toker K. An examination of the effect of loneliness on the innovative behavior of health science faculty students. *Chin Med J*. 2019; 132(2):171.
 37. Sæther SMM, Knapstad M, Askeland KG, Skogen JC. Alcohol consumption, life satisfaction and mental health among Norwegian college and university students. *Addict Behav Reports* [Internet]. 2019 [citado em 30 set 2024]; 10:100216. doi:<https://dx.doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100216>
 38. Boylu AA, Günay G, Ersoy AF. The investigation of the effect of perceived social support on loneliness in university students. *Sosyoekonomi J*. 2019; 27(41): 211-221.
 39. Chang EC, Chang OD, Martos T, Sallay V, Zettler I, Steca P, et al. The positive role of hope on the relationship between loneliness and unhappy conditions in Hungarian young adults: How pathways thinking matters! *J Posit Psychol*. 2019; 14(6):724-33.
 40. Primack BA, Karim SA, Shensa A, Bowman N, Knight J, Sidani JE. Positive and negative experiences on social media and perceived social isolation. *Am J Health Promot*. [Internet]. 2019 [citado em 30 set 2024]; 33(6):859-68. doi:<https://doi.org/10.1177%2F0890117118824196>
 41. Anderssen N, Sivertsen B, Lønning KJ, Malterud K. Life satisfaction and mental health among transgender students in Norway. *BMC Public Health* [Internet]. 2020 [citado em 15 ago 2024]; 20(1):1-11. do:<https://doi.org/10.1186/s12889-020-8228-5>
 42. Thomas L, Orme E, Kerrigan F. Student loneliness: the role of social media through life transitions. *Comput Educ*. [Internet]. 2020 [citado em 15 abr 2024]; 146:103754. doi:<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.103754>
 43. Ribeiro CF, Lemos CMC, Alt NN, Marins RLT, Corbiceiro WCH, Nascimento MI. Prevalence of and factors associated with depression and anxiety in Brazilian Medical students. *Rev Bras Educ Med*. [Internet]. 2020 [citado em 20 fev 2024]; 44(1):e021. doi:<https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190102.ING>
 44. Girgin BA. An examination of the relationship between anger, stress, hopelessness and perceived social support in nursing students. *J Psychiatr Nurs*. 2016; 7(3):121-8.
 45. Ababu GB, Yigzaw AB, Besene YD, Alemu WG. Prevalence of adjustment problem and its predictors among first-year undergraduate students in Ethiopian University: a cross-sectional institution based study. *Psychiatry J*. [Internet]. 2018 [citado em 20 fev 2024]; 2018:5919743. doi:10.1155/2018/5919743.
 46. English T, Davis J, Wei M, Gross JJ. Homesickness and adjustment across the first year of college: a longitudinal study. *Emotion*. 2017; 17(1):1.
 47. Silva AMS. Análises das implicações psicossociais dos processos de migração rural-urbano de jovens universitários [doutorado]. Fortaleza: Universidade Federal do Ceará; 2020.
 48. McCrory C, Finucane C, O'Hare C, Frewen J, Nolan H, Layte R, et al. Social disadvantage and social isolation are associated with a higher resting heart rate: evidence from the Irish longitudinal study on ageing. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2016; 71(3):463-73.
 49. Valtorta NK, Kanaan M, Gilbody S, Ronzi S, Hanratty B. Loneliness and social isolation as risk factors for coronary heart disease and stroke: systematic review and meta-analysis of longitudinal observational studies. *Heart*.

- 2016; 102(13):1009–16.
50. Matthews T, Danese A, Wertz J, Odgers CL, Ambler A, Moffitt TE, et al. Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. [Internet]. 2016 [citado em 05 maio 2024]; 51(3):339-48. doi:<http://dx.doi.org/10.1007/s00127-016-1178-7>
 51. Courtin E, Knapp M. Social isolation, loneliness and health in old age: a scoping review. *Health Soc Care Community*. 2017; 25(3):799-812.
 52. Ge L, Yap CW, Ong R, Heng BH. Social isolation, loneliness and their relationships with depressive symptoms: a population-based study. *PLoS One*. [Internet]. 2017 [citado em 05 maio 2024]; 12(8):e0182145. doi:10.1371/journal.pone.0182145
 53. Domènech-Abella J, Mundó J, Haro JM, Rubio-Valera M. Anxiety, depression, loneliness and social network in the elderly: longitudinal associations from The Irish longitudinal study on ageing (TILDA). *J Affect Disord*. 2019; 246:82–8.
 54. Hüseyin E, Barut S. The effect of feeling of loneliness on burnout levels in university students. *Journal of Theoretical Educational Science*. 2020; 13(2):369-83.
 55. Hawkey LC, Capitanio JP. Perceived social isolation, evolutionary fitness and health outcomes: a lifespan approach. *Philos Trans R Soc Lond, B Biol Sci*. 2015; 370(1669):20140114.
 56. Zamora-Kapoor A, Nelson LA, Barbosa-Leiker C, Comtois KA, Walker LR, Buchwald DS. Suicidal ideation in American Indian/Alaska Native and White adolescents: The role of social isolation, exposure to suicide, and overweight. *Am Indian Alsk Native Ment Health Res*. [Internet]. 2016 [citado em 09 ago 2024]; 23(4):86-100. Disponível em: https://coloradosph.cuanschutz.edu/docs/librariesprovider205/journal_files/vol23/23_4_2016_86_zamora-kapoor.pdf?sfvrsn=92d1e0b9_2
 57. Beutel ME, Klein EM, Brähler E, Reiner I, Jünger C, Michal M, et al. Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC Psychiatry* [Internet]. 2017 [citado em 09 ago 2024]; 17(1):97. doi:<https://doi.org/10.1186/s12888-017-1262-x>
 58. Rodrigues RM. Solidão, um fator de risco. *Rev Port Med Geral Fam*. 2018; 34(5):334-8.
 59. Peltzer K, Pengpid S. Loneliness: Its correlates and associations with health risk behaviours among university students in 25 countries. *J Psychol Afr*. 2017; 27(3):247-55.
 60. Leal KS, Oliveira PDS, Rodrigues PRG, Fogaça FFS. Desafios enfrentados na universidade pública e a saúde mental dos estudantes. *Humanidades & Inovação*. 2019; 6(8):59-69.
 61. Barros MSMR, Costa LS. Perfil do consumo de álcool entre estudantes universitários. *SMAD Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog*. [Internet]. 2019 [citado em 05 maio 2024]; 15(1):4-13. doi: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.000353
 62. Tatsi E, Kamal A, Turvill A, Regina H. Emotion dysregulation and loneliness as predictors of food addiction. *J Health Soc Sci*. [Internet]. 2019 [citado em 05 maio 2024]; 4(1):43-58. doi:10.19204/2019/mtnd5
 63. Hawkey LC, Thisted RA, Cacioppo JT. Loneliness predicts reduced physical activity: cross-sectional & longitudinal analyses. *Heal Psychol*. 2009; 28(3):354.
 64. Savci M, Aysan F. Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educ Process Int J*. 2016;5(2):106.
 65. Yavich R, Davidovitch N, Frenkel Z. Social Media and Loneliness--Forever Connected?. *High Educ Stud*. 2019; 9(2):10–21.
 66. Dahlberg L, McKee KJ. Correlates of social and emotional loneliness in older people: evidence from an English

community study. *Aging Ment Health*.
2014; 18(4):504-14.
67. Weiss RS. *Loneliness: the experience of
emotional and social isolation*.
Cambridge: MIT Press; 1973.

RECIBIDO: 20/11/21
APROBADO: 12/11/24
PUBLICADO: 11/2024