

Ansiedad ante la muerte en jóvenes adultos universitarios: Una narrativa desde diferentes
perspectivas psicológicas.

Monografía para optar por el título de Psicólogo

Autor: Cindy Johanna Bermúdez Cardona

ID: 655604

Nombre director Monografía

José Alirio Parra Guarnizo

Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO

Rectoría Bogotá, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Programa de Psicología modalidad Distancia

Fecha 22 abril de 2026

Resumen

Antecedentes: Este estudio corresponde a una revisión narrativa de la literatura sobre la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, abordada desde diferentes perspectivas psicológicas. Su objetivo fue analizar este fenómeno considerando eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones.

Métodos: Se realizó una revisión narrativa siguiendo lineamientos del protocolo PRISMA. Se incluyeron estudios empíricos publicados entre 2015 y 2025, en inglés y español. Se excluyeron estudios sin análisis empíricos, literatura gris y duplicados. Las fuentes consultadas fueron Scopus y Google Académico, con búsqueda realizada entre enero y marzo de 2026. El riesgo de sesgo se evaluó mediante revisión crítica de aspectos metodológicos, y los resultados se sintetizaron mediante categorías de análisis.

Resultados: Se incluyeron 5 estudios empíricos. La ansiedad ante la muerte se asoció con experiencias de pérdida, bajo sentido de vida, creencias negativas y estrategias de afrontamiento disfuncionales. Se evidenciaron pensamientos intrusivos, evitación y angustia emocional. El fenómeno puede intensificarse en contextos de crisis o vulnerabilidad. Las intervenciones centradas en el fortalecimiento del sentido de vida, junto con estrategias cognitivo-conductuales, mostraron utilidad para su abordaje.

Discusión: La evidencia presenta limitaciones como tamaños muestrales reducidos, heterogeneidad metodológica y predominio de diseños transversales. No obstante, los resultados

destacan la importancia de una comprensión integradora del fenómeno, resaltando el papel del sentido de vida como eje central en su abordaje.

Palabras clave: Ansiedad ante la muerte, jóvenes adultos, sentido de vida, intervenciones psicológicas.

Abstract

Background: This study is a narrative literature review on death anxiety in young and adult populations, with emphasis on the university context, approached from different psychological perspectives. The aim was to analyze triggering events, predisposing factors, symptomatology, evolution, and interventions.

Methods: A narrative review was conducted following PRISMA guidelines. Empirical studies published between 2015 and 2025 in English and Spanish were included. Studies without empirical data, gray literature, and duplicates were excluded. Databases consulted included Scopus and Google Scholar, with searches conducted between January and March 2026. Risk of bias was assessed through critical appraisal, and results were synthesized using thematic analysis.

Results: Five empirical studies were included. Death anxiety was associated with experiences of loss, low meaning in life, negative beliefs about death, and maladaptive coping strategies. Common symptoms included intrusive thoughts, emotional distress, and avoidance behaviors. The phenomenon may intensify in contexts of crisis or vulnerability. Meaning-centered and cognitive-behavioral interventions were identified as relevant for its management.

Discussion: Evidence shows limitations such as small sample sizes, methodological heterogeneity, and predominance of cross-sectional designs. However, findings highlight the importance of an integrative understanding of death anxiety, emphasizing the role of meaning in life as a central component in its management.

Keywords: Death anxiety, young adults, meaning in life, psychological interventions.

Contenido

Resumen	2
Abstract	4
Introducción	8
Planteamiento del problema	10
Justificación	11
Antecedentes teóricos	12
Objetivos	19
Objetivo General:	19
Objetivos Específicos	19
Diseño Metodológico	20
Línea de investigación	21
Tipo de investigación	22
Metodología	23
Técnicas de recolección de información	24
Técnicas de análisis de la información	27
Diagrama de Flujo PRISMA	28
Tabla de Hallazgos	29
Técnicas de análisis de información	34

Consideraciones éticas	36
Resultados y análisis	38
Conclusiones	53
Referencias	67

Lista de figuras

Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA del proceso de selección de estudios..... ¡Error!

Marcador no definido.

Lista de tablas

Tabla 1. Hallazgos 29

Tabla 2. Sintomatología y factores protectores..... 38

Introducción

La muerte constituye una condición inherente e inevitable de la existencia humana y, al mismo tiempo, uno de los fenómenos que mayor impacto emocional genera en las personas. Desde la psicología, este fenómeno ha sido abordado desde diversas perspectivas teóricas que buscan comprender su significado y sus implicaciones en la experiencia humana. En particular, la psicología existencial plantea que la muerte no debe entenderse únicamente como un evento biológico, sino como una realidad que confronta al individuo con su finitud, su libertad y la responsabilidad de construir sentido en su vida (Yalom, 1980). En este marco, la conciencia de la mortalidad puede convertirse en una fuente de angustia, especialmente cuando se articula con procesos de crisis personal y cuestionamiento vital.

La ansiedad ante la muerte ha sido conceptualizada como el conjunto de respuestas emocionales, cognitivas y conductuales que emergen ante la anticipación de la propia muerte o la muerte de otros significativos (Tomer & Eliason, 1996). Aunque tradicionalmente este fenómeno se ha asociado con etapas avanzadas del ciclo vital, investigaciones contemporáneas evidencian que también constituye una preocupación relevante en población joven y adulta, especialmente en contextos de transición vital y construcción del proyecto de vida (Arnett, 2000; Neimeyer, 2015).

En el contexto universitario, estas dinámicas adquieren una relevancia particular. Esta etapa implica transiciones académicas, presiones vocacionales, redefiniciones identitarias y, en algunos casos, experiencias de pérdida o crisis personal que pueden funcionar como eventos detonantes de angustia. Desde distintas perspectivas psicológicas, estas experiencias pueden comprenderse tanto como respuestas emocionales adaptativas como manifestaciones de malestar cuando se presentan de forma persistente o intensa.

Diversos estudios han señalado que la ansiedad ante la muerte puede estar influenciada por factores predisponentes como experiencias previas de pérdida, creencias sobre la muerte, niveles de significado vital y condiciones emocionales (Neimeyer, 2015). En particular, desde la logoterapia se plantea que la ausencia de sentido puede intensificar la angustia frente a la finitud, mientras que su construcción actúa como un factor protector (Frankl, 2004). Asimismo, enfoques cognitivo-conductuales destacan el papel de los patrones de pensamiento y las estrategias de afrontamiento en la regulación de este tipo de ansiedad.

A pesar de la relevancia del fenómeno, se evidencia la necesidad de integrar de manera sistemática la producción científica que analice la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, desde diferentes perspectivas psicológicas. Por ello, el presente trabajo tiene como propósito analizar este fenómeno mediante una revisión narrativa de la literatura científica, con el fin de comprender sus principales eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones psicológicas.

Planteamiento del problema

La ansiedad ante la muerte ha sido comprendida como una respuesta emocional asociada a la conciencia de la finitud humana. Desde la psicología, este fenómeno ha sido abordado desde diferentes enfoques teóricos, entre ellos el existencial, el cognitivo-conductual y modelos contemporáneos, los cuales ofrecen explicaciones diversas sobre su origen, desarrollo y manifestaciones.

Si bien tradicionalmente su estudio se ha centrado en población adulta mayor o en contextos de enfermedad terminal, investigaciones recientes han evidenciado que la ansiedad ante la muerte también se presenta en población joven y adulta, especialmente en momentos de transición vital caracterizados por la toma de decisiones, la construcción del proyecto de vida y la confrontación con la incertidumbre (Arnett, 2000; Neimeyer, 2015).

En el contexto universitario, estas dinámicas adquieren una relevancia particular. Factores como la presión académica, la incertidumbre vocacional, los cambios en la identidad personal y las experiencias de pérdida pueden actuar como eventos detonantes de ansiedad. Asimismo, la literatura ha identificado factores predisponentes como niveles bajos de significado vital, experiencias previas de duelo, creencias negativas sobre la muerte y estilos de afrontamiento disfuncionales (Frankl, 2004; Neimeyer, 2015; Tomer & Eliason, 1996).

A nivel clínico y psicológico, se han descrito manifestaciones como pensamientos recurrentes sobre la muerte, conductas de evitación y estados de angustia emocional. Sin embargo, a pesar de la existencia de estudios sobre el fenómeno, se evidencia una dispersión teórica en su abordaje, así como una limitada integración de los hallazgos en relación con población joven y adulta en contextos universitarios. Esta situación dificulta una comprensión

articulada del fenómeno y limita la identificación de estrategias de intervención psicológica pertinentes.

En este sentido, se hace necesario sistematizar la evidencia científica disponible, considerando categorías de análisis como eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones, con el fin de ofrecer una comprensión más integral del fenómeno.

En este contexto, surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo se configura la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, desde la psicología, considerando sus eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones reportadas en la literatura científica?

Justificación

La ansiedad ante la muerte constituye un fenómeno de relevancia clínica y teórica en la psicología, dado que se relaciona con dimensiones fundamentales de la experiencia humana como el sentido de vida, la libertad, la responsabilidad y la conciencia de finitud (Yalom, 1980). En este sentido, su estudio en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, resulta pertinente, ya que estas etapas se caracterizan por procesos de construcción de identidad, toma de decisiones y consolidación del proyecto de vida (Arnett, 2000).

La relevancia académica de esta investigación radica en la necesidad de sistematizar la producción científica existente sobre la ansiedad ante la muerte. Si bien el fenómeno ha sido estudiado desde diferentes enfoques, como el cognitivo-conductual y modelos socioculturales, se evidencia una dispersión teórica que dificulta su comprensión integral. En este sentido, se hace

necesario articular estos aportes con perspectivas como la psicología existencial, con el fin de lograr una visión más amplia y comprensiva del fenómeno.

Desde el punto de vista teórico, este estudio contribuye a integrar diferentes marcos explicativos sobre la ansiedad ante la muerte, favoreciendo una comprensión que reconoce tanto los aspectos clínicos como los existenciales. Esto permite superar enfoques fragmentados y avanzar hacia una interpretación más compleja del fenómeno.

En el ámbito profesional, los resultados pueden aportar al diseño de estrategias de intervención psicológica en contextos clínicos y educativos, especialmente en escenarios universitarios, al permitir identificar factores de riesgo y elementos protectores asociados a la ansiedad ante la muerte, así como orientar acciones de promoción de la salud mental.

Finalmente, esta investigación contribuye al campo de la psicología al organizar y analizar la evidencia disponible a partir de categorías específicas como eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones, lo que permite una comprensión más estructurada e integradora del fenómeno.

Antecedentes teóricos

1. Enfoque teórico del estudio

El presente trabajo se enmarca en el campo de la psicología clínica, desde el cual la ansiedad ante la muerte ha sido abordada a través de diversos enfoques teóricos que buscan explicar su origen, manifestaciones y formas de intervención. Si bien la psicología existencial ha otorgado un lugar central a la comprensión de la muerte como una condición inherente a la

existencia humana, otras perspectivas psicológicas también han contribuido significativamente al análisis de este fenómeno.

En este sentido, la ansiedad ante la muerte puede ser comprendida desde diferentes marcos teóricos, entre ellos el enfoque existencial, el cognitivo-conductual, el conductual, el psicodinámico y enfoques contemporáneos como la Terror Management Theory (TMT), los cuales ofrecen explicaciones complementarias en torno a la relación del individuo con la finitud, el miedo y el significado de la vida.

De esta manera, el presente estudio adopta una perspectiva integradora que permite analizar la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, reconociendo los aportes de distintas corrientes psicológicas.

2. Ansiedad ante la muerte

La ansiedad ante la muerte se define como el temor o angustia que surge frente a la conciencia de la propia mortalidad o la muerte de otros significativos (Yalom, 1980). Este constructo puede manifestarse de manera consciente o inconsciente y está presente de forma universal en la experiencia humana.

Ernest Becker (1973) sostiene que el miedo a la muerte es uno de los motores fundamentales del comportamiento humano, aunque frecuentemente se exprese de manera indirecta. Desde una perspectiva contemporánea, Paul T. P. Wong (2010) plantea que la forma en que la persona integra la muerte dentro de su sistema de significado determina la intensidad de la ansiedad experimentada.

Esta ansiedad se caracteriza por manifestaciones como el temor al sufrimiento físico, miedo a lo desconocido, pérdida de control, preocupación por la separación y la presencia de pensamientos intrusivos sobre la finitud. Asimismo, puede expresarse a través de conductas de evitación o reacciones emocionales intensas ante estímulos relacionados con la muerte (Neimeyer, 2015).

3. Perspectivas psicológicas sobre la ansiedad ante la muerte

3.1 Enfoque existencial

La psicología existencial centra su interés en preocupaciones fundamentales del ser humano, tales como la muerte, la libertad, el sentido de la vida y el aislamiento. Desde esta perspectiva, la ansiedad no se entiende únicamente como un síntoma clínico, sino como una experiencia inherente a la condición humana, derivada de la conciencia de finitud (Yalom, 1980; May, 1983).

Viktor Frankl (2004), desde la logoterapia, plantea que la ausencia de sentido o “vacío existencial” intensifica la angustia, mientras que la construcción de un propósito vital permite integrar la muerte como parte significativa de la existencia. En esta línea, la muerte es concebida como una “preocupación última” que confronta al individuo con su finitud y la necesidad de construir significado (Yalom, 1980).

Estos planteamientos se articulan con el existencialismo filosófico, donde autores como Kierkegaard, Heidegger y Sartre conceptualizan al ser humano como un “ser-para-la-muerte”, cuya autenticidad depende de la aceptación de esta realidad.

3.2 Enfoque cognitivo-conductual

Desde el enfoque cognitivo-conductual, la ansiedad ante la muerte se explica a partir de los pensamientos, creencias e interpretaciones que el individuo construye sobre la muerte. Aaron Beck (1976) señala que las distorsiones cognitivas y la interpretación de la muerte como una amenaza incrementan la respuesta ansiosa.

En este sentido, los esquemas cognitivos negativos y la anticipación de eventos catastróficos contribuyen al mantenimiento del miedo, mientras que las intervenciones se orientan a la reestructuración cognitiva y la regulación emocional.

3.3 Enfoque conductual

Desde el conductismo, la ansiedad es comprendida como una respuesta aprendida a través de procesos de condicionamiento. B. F. Skinner (1953) plantea que los estímulos asociados a la muerte pueden generar respuestas de miedo o evitación, las cuales se refuerzan negativamente con el tiempo.

3.4 Enfoque psicodinámico

El enfoque psicodinámico entiende la ansiedad ante la muerte como una manifestación de conflictos inconscientes y mecanismos de defensa. Desde esta perspectiva, el miedo a la muerte puede estar relacionado con angustias más profundas vinculadas a la pérdida, el abandono o la disolución del yo.

3.5 Enfoques contemporáneos

Entre los enfoques contemporáneos se destaca la Terror Management Theory (TMT), la cual propone que el ser humano desarrolla mecanismos psicológicos como la adhesión a creencias culturales para gestionar el terror que genera la conciencia de la muerte (Pyszczynski, Solomon & Greenberg, 2015).

Asimismo, la Teoría de la Gestión del Significado plantea que la construcción de sentido es un elemento fundamental para afrontar la ansiedad ante la muerte, permitiendo resignificar la finitud como parte del desarrollo humano.

4. Contexto evolutivo: juventud y adultez en el ámbito universitario

La comprensión de la ansiedad ante la muerte requiere considerar las características del momento evolutivo en el que se encuentran los individuos. En este sentido, tanto la juventud como la adultez constituyen etapas en las que pueden emerger cuestionamientos relacionados con la finitud, el sentido de la vida y la construcción de la identidad.

Particularmente, la adultez emergente conceptualizada por Jeffrey Arnett (2000) se caracteriza por la exploración identitaria, la inestabilidad y la toma de decisiones significativas en ámbitos personales, académicos y profesionales. Estas condiciones pueden intensificar la reflexión sobre la muerte y el propósito de vida.

No obstante, la ansiedad ante la muerte no se limita a esta etapa, sino que puede manifestarse a lo largo del ciclo vital, variando en función de factores contextuales, experiencias

personales y recursos psicológicos. En el contexto universitario, estas reflexiones pueden verse potenciadas por exigencias académicas, procesos de adaptación y experiencias de contacto con la enfermedad o la pérdida, especialmente en áreas de formación en salud.

5. Fenómenos asociados a la ansiedad ante la muerte

La literatura identifica diversos factores asociados al desarrollo de la ansiedad ante la muerte, entre los cuales se destacan:

- La conciencia de la finitud, que genera tensión entre el deseo de vivir y la inevitabilidad de la muerte (Yalom, 1980).
- La falta de sentido de vida, que incrementa la percepción de amenaza existencial (Frankl, 2004).
- La libertad y la responsabilidad, que implican la toma de decisiones en un tiempo limitado (May, 1983).
- El aislamiento existencial, entendido como la experiencia individual e intransferible de la muerte (Yalom, 1980).
- Las experiencias de pérdida o crisis vital, que activan la percepción de vulnerabilidad (Neimeyer, 2015).

Estos factores se articulan con procesos psicológicos propios de la adultez emergente, tales como la ansiedad existencial, el vacío existencial, las crisis vitales y la construcción de la identidad. Durante esta etapa, caracterizada por la exploración de roles, la inestabilidad y la toma de decisiones significativas, los individuos se enfrentan a escenarios como la elección de un proyecto de vida, la incertidumbre laboral, la independencia emocional y, en algunos casos, experiencias de pérdida o enfermedad (Arnett, 2000; Schwartz et al., 2013).

En este contexto, la conciencia de la finitud puede intensificar cuestionamientos sobre el propósito de la vida y el sentido de la existencia, favoreciendo la aparición de ansiedad existencial cuando no se cuenta con recursos adecuados de afrontamiento (Yalom, 1980; Frankl, 2004). Asimismo, el vacío existencial puede manifestarse ante la dificultad para consolidar una identidad y establecer metas claras, lo que incrementa la percepción de vulnerabilidad frente a la muerte (Frankl, 2004; Neimeyer, 2015).

De esta manera, la interacción entre estos factores y las condiciones propias de la adultez emergente configura escenarios en los que la ansiedad ante la muerte puede intensificarse o, por el contrario, transformarse en una oportunidad para la construcción de significado y el desarrollo personal (Wong, 2010).

Objetivos

Objetivo General:

Analizar la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, mediante una revisión narrativa de la literatura científica en Psicología, con el propósito de comprender sus principales eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones.

Objetivos Específicos

Identificar los principales eventos detonantes y factores predisponentes de la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, mediante la revisión de literatura científica.

Describir la sintomatología y la evolución de la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, a partir del análisis de estudios científicos.

Analizar las propuestas de intervención desde diferentes enfoques psicológicos orientadas al abordaje de la ansiedad ante la muerte, mediante la integración de estudios empíricos.

Diseño Metodológico

El presente apartado describe el diseño metodológico utilizado para el desarrollo de la monografía, la cual se orienta a analizar la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, desde la perspectiva de la psicología. Para ello, se realizó una revisión narrativa de la literatura científica con el propósito de identificar, analizar y sintetizar los principales aportes teóricos e investigativos relacionados con el fenómeno de estudio.

En este apartado se presentan el tipo de investigación, los criterios de inclusión y exclusión de los artículos seleccionados, así como el procedimiento utilizado para la búsqueda, selección y análisis de la información científica consultada.

Línea de investigación

El presente trabajo se enmarca en la línea de investigación Contexto, Acción y Salud Mental, la cual se orienta al análisis de los procesos psicológicos relacionados con el bienestar y el malestar emocional en diferentes contextos sociales y poblacionales.

En este sentido, la investigación aborda la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, desde la perspectiva de la psicología, centrándose en la comprensión de factores emocionales, cognitivos y existenciales que influyen en la salud mental.

Asimismo, el estudio analiza variables como los eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología e intervenciones psicológicas, lo cual se relaciona directamente con el estudio del bienestar psicológico y las estrategias de acompañamiento en contextos educativos.

Lo anterior, permite comprender la ansiedad ante la muerte como un fenómeno transversal que impacta distintos grupos etarios, con manifestaciones particulares en el ámbito universitario.

Tipo de investigación

El presente estudio se enmarca en una investigación de tipo documental, dado que se basa en la recopilación, análisis e interpretación de información proveniente de fuentes secundarias, principalmente artículos científicos y textos académicos previamente publicados. Este tipo de investigación permite construir conocimiento a partir del análisis crítico de la literatura existente sobre un fenómeno específico (Arias, 2012).

En cuanto al enfoque metodológico, la investigación se desarrolla desde un enfoque cualitativo, ya que busca comprender e interpretar el fenómeno de la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, desde una perspectiva teórica y contextual, sin recurrir a mediciones numéricas ni a la comprobación de hipótesis (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Este enfoque se orienta a la exploración de significados, experiencias y construcciones subjetivas.

En este sentido, el carácter cualitativo del estudio se evidencia en el análisis interpretativo de la información proveniente de los estudios seleccionados, permitiendo identificar categorías como eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones. Asimismo, se prioriza la comprensión profunda del fenómeno a partir de la integración de diferentes perspectivas teóricas, más que la cuantificación de variables, lo cual es coherente con el diseño de revisión narrativa adoptado en la investigación.

Respecto al diseño, el estudio corresponde a una revisión narrativa de la literatura, la cual permite integrar y analizar diferentes aportes teóricos y empíricos con el fin de comprender el

estado del conocimiento sobre un tema determinado. Este tipo de diseño se caracteriza por la flexibilidad en la selección de fuentes y por la posibilidad de realizar una interpretación crítica de los estudios revisados, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión definidos para esta investigación (Snyder, 2019).

En este sentido, la revisión narrativa resulta pertinente para analizar la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, ya que permite abordar el fenómeno desde múltiples perspectivas, identificar categorías de análisis como eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones, y reconocer vacíos o brechas en la literatura existente, manteniendo un énfasis en el contexto universitario.

Metodología

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo de carácter documental, con un diseño de revisión narrativa de la literatura, siguiendo lineamientos del protocolo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) con el fin de garantizar la trazabilidad y transparencia del proceso de búsqueda y selección de los estudios (Page et al., 2021).

A diferencia de las revisiones sistemáticas, la revisión narrativa permite una mayor flexibilidad en la integración de diferentes enfoques teóricos y metodológicos, lo cual resulta pertinente para el abordaje de la ansiedad ante la muerte, dado que se trata de un fenómeno complejo que involucra dimensiones subjetivas, psicológicas y existenciales.

El propósito de esta revisión es analizar la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, integrando hallazgos empíricos que permitan

comprender sus principales eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones.

Debido a la disponibilidad de la literatura científica, se adoptó un enfoque integrador que incluye estudios en población joven y adulta, manteniendo un énfasis en el contexto universitario cuando la evidencia lo permitió.

En cuanto a su alcance, la investigación es de tipo descriptivo–analítico, ya que no solo describe el fenómeno, sino que también interpreta críticamente los aportes de la literatura, identificando tendencias y vacíos investigativos.

Técnicas de recolección de información

Procedimiento

La revisión se desarrolló en cuatro fases, siguiendo lineamientos del protocolo **PRISMA**:

Fase 1: Identificación

Se identificaron un total de 200 registros a partir de la búsqueda en las bases de datos Scopus ($n = 63$) y Google Académico ($n = 137$), mediante el uso de palabras clave en español e inglés como: ansiedad ante la muerte, death anxiety, university students y términos relacionados.

Fase 2: Cribado (Screening)

Se eliminaron 15 registros duplicados, obteniendo un total de 185 estudios. Posteriormente, se realizó la revisión de títulos y resúmenes, excluyendo 157 artículos que no cumplieran con los criterios de inclusión, principalmente por no ser estudios empíricos o no abordar la ansiedad ante la muerte.

Fase 3: Elegibilidad

Se evaluaron 28 artículos a texto completo para verificar su pertinencia metodológica y temática. Se excluyeron 23 estudios por falta de acceso al documento completo o por no presentar información relevante para el análisis del fenómeno.

Fase 4: Inclusión

Finalmente, se incluyeron 5 estudios empíricos que cumplieron con los criterios establecidos y fueron analizados en profundidad.

Criterios de inclusión y exclusión

Para el presente trabajo se establecieron los siguientes criterios:

Criterios de inclusión:

- Estudios empíricos (cuantitativos, cualitativos o mixtos).
- Publicaciones entre 2011 y 2025.
- Artículos científicos revisados por pares.
- Población joven y adulta.
- Estudios que evalúen y/o aborden la ansiedad ante la muerte.
- Muestras universitarias o poblaciones comparables en contexto psicosocial.
- Publicaciones en inglés o español.
- Estudios en el área de la psicología.

Criterios de exclusión:

- Estudios centrados exclusivamente en población infantil o adolescente sin incluir población joven o adulta.
- Artículos teóricos o de reflexión sin análisis empírico de datos.
- Tesis, libros, capítulos de libros, blogs o literatura gris sin revisión por pares.
- Duplicados entre bases de datos.
- Estudios que no aborden de manera explícita la ansiedad ante la muerte como variable principal o asociada.
- Investigaciones centradas exclusivamente en contextos médicos o biológicos sin análisis desde la psicología.

Estrategias de búsqueda

Se realizó una búsqueda en la base de datos Scopus utilizando la ecuación:

“death anxiety” AND (“college students” OR “university students”)

Asimismo, se llevó a cabo una búsqueda complementaria en Google Académico empleando la ecuación

“death anxiety” AND (“college students” OR “university students”) AND (“psychology” OR “psychological study”)

La búsqueda se limitó a publicaciones entre 2015 y 2025, en idioma inglés y español. Las consultas se realizaron entre enero y marzo de 2026.

Técnicas de análisis de la información

Para el análisis de los estudios incluidos, se diseñó una matriz de sistematización en la que se registraron variables como autor, año, país, tipo de estudio, muestra, instrumentos y principales hallazgos.

La información fue organizada y analizada a partir de categorías previamente definidas: eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones, lo que permitió estructurar la interpretación de los resultados y facilitar la integración de los hallazgos.

Evaluación del riesgo de sesgo

Con el fin de garantizar la calidad de la evidencia, se realizó una evaluación cualitativa del riesgo de sesgo de los estudios incluidos, considerando criterios como la claridad metodológica, la coherencia de los resultados, el tamaño de la muestra y la pertinencia de los instrumentos utilizados.

Recursos y herramientas

Para el desarrollo del estudio se utilizaron los siguientes recursos:

Bases de datos científicas: Scopus, Google Académico y Dialnet.

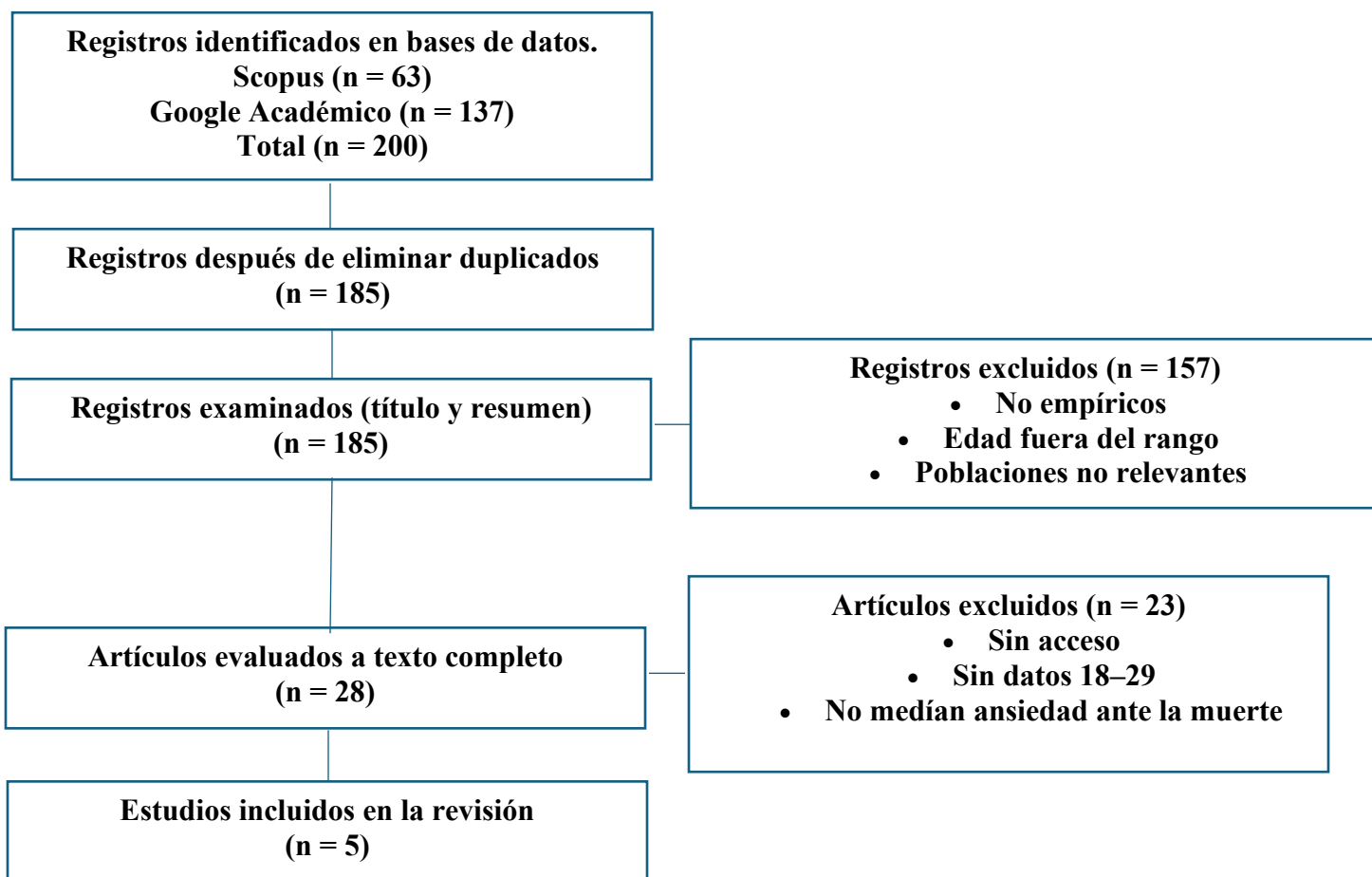
Matrices de análisis en Excel para la organización de la información.

Artículos científicos en formato PDF.

Diagrama de Flujo PRISMA

Este esquema resume todo el proceso de búsqueda y filtrado que realizamos:

Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA del proceso de selección de estudios.



El proceso de selección de los estudios, representado en la Figura 1 mediante el diagrama de flujo PRISMA, permitió identificar y depurar los artículos que cumplieran con los criterios establecidos para la presente revisión. A partir de este proceso, se conformó el conjunto de estudios incluidos, los cuales fueron analizados de manera sistemática. En este sentido, la tabla de hallazgos presenta la matriz de análisis de los estudios seleccionados, en la que se sintetizan sus principales características metodológicas y hallazgos relevantes en relación con la ansiedad ante la muerte.

2. Tabla de Hallazgos

MATRIZ DE ANÁLISIS					
AUTOR Y AÑO	Calkin et al. (2025)	Limonero (2015)	Armas et al. (2018)	Moral y Miaja (2011)	Boceta et al. (2016)
PAIS DE ESTUDIO	Nueva Zelanda	España	España	México	España
BASE DE DATOS	Scopus	Dialnet / Google Académico	Google Académico	Google Académico	Scopus
MARCO TEÓRICO	Teoría del Manejo del Terror (TMT; Greenberg et al., 1986); Teoría del Manejo del Sentido (MMT; Wong, 2007); Enseñanzas Budistas	Enfoque cognitivo-conductual; Teoría del estrés y afrontamiento (Lazarus y Folkman, 1984)	Psicología Positiva (Seligman); Logoterapia y Análisis Existencial (Frankl)	Teorías psicoanalíticas (Freud), del desarrollo (Erikson), cognitiva y existencial	Concepto multidimensional del miedo a la muerte (Collett y Lester, 1969).
OBJETIVO DEL ESTUDIO	Investigar asociaciones entre miedo a la muerte, malestar psicológico, mindfulness, compasión, sentido de la vida y autoestima mediante análisis de redes	Analizar la ansiedad ante la muerte y determinar si la experiencia vicaria y las reflexiones sobre la propia muerte la modulan	Analizar la fiabilidad y validez del inventario PIL (Purpose in Life) en una muestra clínica con ansiedad y depresión	Comparar ansiedad ante la muerte en seropositivos vs. población general e identificar factores de riesgo y protección (afrontamiento y sociodemográficos)	Conocer el grado de ansiedad ante la muerte en estudiantes de medicina y analizar la influencia de factores sociodemográficos.
DISEÑO DEL ESTUDIO	Enfoque: Cuantitativo. Tipo: Transversal. Técnicas: Encuesta online, Análisis de Redes Bayesianas	Enfoque: Cuantitativo. Tipo: Descriptivo y transversal. Técnicas: Aplicación de cuestionarios autoinformados.	Enfoque: cuantitativo tipo Descriptivo, comparativo, correlacional y analítico; no	Enfoque: Cuantitativo. Tipo: Comparativo y correlacional; transversal. Técnicas: Muestreo no	Enfoque: Cuantitativo. Tipo: Observacional, descriptivo y transversal. Técnicas: Cuestionarios autoadministrados.

			experimental y transversal.	probabilístico por cuotas	
(N) TAMAÑO MUESTRA	486 participantes finales	317 estudiantes	400 sujetos (200 con ansiedad, 200 con depresión)	600 sujetos (300 seropositivos, 300 población general)	175 estudiantes.
PARTICIPANTES	Población general con presencia de estudiantes universitarios (69%); rango amplio de edad (17–86 años), lo que permite analizar el fenómeno en distintos momentos del ciclo vital.	Estudiantes de Psicología; edad promedio 21 años; 82.3% mujeres	Muestra clínica, incluida por su aporte al análisis del sentido de vida como variable clave en la ansiedad ante la muerte.	Población clínica y general adulta, lo que permite comparar la ansiedad ante la muerte en distintos contextos de salud.	Estudiantes de medicina de 5° curso; 64.6% mujeres; edad 21–34 años.
CRITERIOS DE INCLUSIÓN	No reportado en el estudio (más allá del consentimiento)	No reportado en el estudio (voluntariedad)	Diagnóstico psiquiátrico y derivación a psicoterapia.	Ser mayor de edad; seropositivos (clínica) o residentes de Nuevo León sin VIH (general)	Estudiantes matriculados en Geriatria y Cuidados Paliativos.
CRITERIOS DE EXCLUSIÓN	Encuesta < 5 min; completar < 50% de la encuesta	No especificado explícitamente por los autores.	No especificado explícitamente por los autores.	Déficit cognitivo, fatiga excesiva, negativa a participar; en general, portar VIH (para grupo control)	No detallado en el apartado metodológico del estudio.
VARIABLES PRINCIPALES	Miedo a la muerte/morir (propio/otros), mindfulness, distrés, inmunidad, compasión, espiritualidad, sentido de vida, autoestima	Ansiedad ante la muerte, experiencia vicaria, reflexión sobre la muerte, variables demográficas (sexo, edad, religión)	Sentido de la vida, ansiedad, depresión, fiabilidad y validez psicométrica	Ansiedad ante la muerte (APM, AAM, EPM), estilos de afrontamiento (EAP, EAN), escolaridad, sexo, estado civil	Ansiedad ante la muerte (4 subescalas), religión, sexo, experiencias previas con la muerte.

INSTRUMENTOS	FODS (Lester & Abdel-Khalek, 2003); FFMQ (Baer et al., 2006); DASS-21 (Lovibond & Lovibond, 1995); ISQ (Wilod Versprille et al., 2019); SCBC (Hwang et al., 2008); RFQ (King et al., 2001); MLQ (Steger et al., 2006); RSES (Rosenberg, 1965)	Death Anxiety Scale (DAS; Templer, 1970); Cuestionario ad-hoc sobre aspectos de la muerte (Limonero, 1997)	Purpose in Life (PIL; Crumbaugh y Maholick, 1964; adapt. Noblejas, 1994, 2011)	EAM (Osadolor, 2005); CAE (Sandín y Chorot, 2003)	Escala de miedo a la muerte de Collett-Lester (CLFDS; Collett-Lester, 1969; adapt. Tomás-sábado, 2007); Cuestionario sociodemográfico.
DIMENSIONES ANALIZADAS	Red de asociaciones interconectadas; dirección de influencias (DAG); predictibilidad de nodos	Nivel de ansiedad (bajo, medio, alto); dimensiones de la DAS	Estructura trifactorial: Valor de vida, Capacidad de significado, Responsabilidad y sentido	APM (Posterior a la muerte), AAM (Antecede a la muerte), EPM (Evitar pensar); EAP (Positivo), EAN (Negativo)	Nivel moderado de ansiedad. El sexo femenino y la creencia religiosa aumentan significativamente el miedo a morir.
HALLAZGO PRINCIPAL	El miedo a la muerte de otros es el nodo central de la red. Influye directamente en el sentido de la vida, la espiritualidad y la inmunidad física.	1. Experiencia vicaria: Quienes han visto morir a alguien tienen menor ansiedad. 2. Género: Las mujeres reportan mayor ansiedad. 3. Religión: Los creyentes puntúan más alto.	El PIL es un instrumento fiable y válido para medir el sentido de vida en pacientes clínicos en España. El sentido de la vida (medido por el PIL) es un potente predictor de salud mental y es evaluable de forma fiable en pacientes con ansiedad y depresión	El afrontamiento negativo (auto focalización y evitación) es el principal factor de riesgo. La escolaridad alta actúa como factor protector	En estudiantes de medicina, el miedo a la muerte de otros supera al miedo a la propia muerte. Las mujeres y creyentes muestran niveles superiores de ansiedad
INTERPRETACIÓN Y JUSTIFICACIÓN	Efecto de Despertar: Ver la finitud en otros actúa como un catalizador (basado en enseñanzas budistas) que obliga al sujeto a confrontar la impermanencia, generando crecimiento	1. Desmitificación: El contacto real elimina el miedo a lo "misterioso e ignoto", centrando el temor en aspectos concretos (dolor) que son más procesables. 2. Expresividad: Socialmente se permite a la mujer	Resiliencia Existencial: Un alto propósito vital permite reelaborar el sufrimiento. La búsqueda de metas y valores (Logoterapia) actúa como factor protector que evita que el	Recursos Cognitivos: Una mayor educación brinda herramientas intelectuales para procesar la idea de la muerte. Por el contrario, la auto focalización negativa atrapa al sujeto en un	Empatía y Pérdida: Lo que más angustia no es el fin propio, sino la soledad, la pérdida de comunicación con el ser querido y ver el sufrimiento ajeno (dolor) 2. Estereotipos de Género: Se espera que el varón

	existencial y búsqueda de significado en lugar de solo patología.	expresar miedos más libremente; el hombre suele reprimir la emoción por expectativa cultural 3. Refugio: Las personas con alta ansiedad previa buscan la religión para intentar minimizar su malestar	individuo caiga en el vacío existencial que alimenta la psicopatología	sesgo obsesivo de amenaza constante que impide la adaptación	controle sus miedos, mientras que las mujeres tienden a aumentar respuestas compasivas que las conectan más con la ansiedad.
RESULTADOS ESTADÍSTICOS	Análisis de red (BGGM y DAG): Conexión fuerte miedo muerte otros -> morir otros (fuerza 1.0, 81%). t-tests: Usuarios de psicodélicos menor ansiedad ($p < .05$, d grande en miedo muerte)	t-Student: Mujeres ($M=8.5$) > Hombres ($M=6.8$; $p<0.005$). Ver morir ($M=7.7$) < No ver ($M=8.5$; $p<0.05$). ANOVA: Reflexión frecuente ($M=9.4$) > Nunca ($M=5.2$; $p<0.001$)	Alpha de Cronbach: .90 (sin ítem 15). AFE: 3 factores explican 53.75% varianza. KMO: .897. Prueba Bartlett: $p=.000$	Regresión logística: Auto focalización negativa ($OR=1.14$), escolaridad ($OR=0.69$), hombre ($OR=0.49$). Escolaridad inversa con ansiedad	t-Student: Mujeres > hombres en morir propio ($p=0.011$) y muerte otros ($p=0.044$). Creyentes > no creyentes en morir propio ($p=0.039$) y morir otros ($p=0.048$).
EVENTOS DETONANTES	La conciencia de la muerte de otros y experiencias de vulnerabilidad actúan como posibles activadores del malestar.	Presencia de enfermedad grave, ver morir a un ser querido, visión de cadáver, noticia de fallecimiento	Circunstancias adversas, sufrimiento vivido	Infección por VIH; situaciones de cambio o duelo; recibir diagnóstico de cáncer en un hijo	Contacto intenso y frecuente con la muerte en prácticas clínicas; presencia en el morir de alguien.
FACTORES PREDISPONENTES	Falta de mindfulness; baja autoestima (aunque no se halló asociación directa en la red).	Ser mujer; tener creencias religiosas; reflexionar frecuentemente sobre la propia muerte	Vacío existencial; falta de metas u objetivos; disconformidad con el sentido de vida	Estilo de afrontamiento negativo (auto focalización negativa, evitación); baja escolaridad; sexo femenino	Sexo femenino; creencias religiosas; origen geográfico (solo para miedo propia muerte).
SINTOMAS O MANIFESTACIONES	Malestar psicológico (ansiedad, depresión, estrés); reducción de inmunidad.	Ansiedad, miedo y depresión ante la incertidumbre del morir	Ansiedad y depresión clínica	Angustia, incapacidad funcional, obsesión con la muerte, pérdida de peso, insomnio, ataques de pánico	Estrés significativo en la formación académica; ansiedad ante la contemplación del fin.

EVOLUCION DEL FENOMENO	El miedo a la muerte de otros puede catalizar el crecimiento existencial y despertar espiritual.	Puede ser ansiedad normal (biológica) o patológica (desadaptativa)	Puede transformarse mediante la resiliencia y la búsqueda de sentido	Varía con la edad (curva en U); disminuye con la maduración o aumenta con la proximidad del fin	El nivel tiende a ser estable durante la carrera, pero influye en actitudes hacia paliativos.
TIPO DE INTERVENCIÓN	Mindfulness; Meditación; Uso de psicodélicos (analizados como variables secundarias).	Educación sobre la muerte (mencionado en discusión); apoyo social	Establecimiento de metas, desarrollo de valores, optimización de bienestar y resiliencia	Logoterapia (mencionada como efectiva en estudios previos); reducción de afrontamiento negativo	Programas de formación en habilidades emocionales y autoconciencia de actitudes.
EFFECTIVIDAD DE INTERVENCIÓN	Meditadores y usuarios de psicodélicos reportaron menor ansiedad ante la muerte.	El estudio no evalúa directamente la efectividad de intervenciones, dado su diseño transversal.	No reportado en el estudio (estudio de validación).	No reportado en el estudio (menciona que la logoterapia mejora el sentido en otros estudios).	No reportado en el estudio (propone incluirlas en el currículo).
PRINCIPALES APORTES	Teórico: Expande TMT integrando MMT. Metodológico: Uso de análisis de redes para mapear relaciones recíprocas.	Teórico: Identifica la experiencia vicaria como modulador negativo de la ansiedad.	Metodológico: Validación del PIL para contextos clínicos de salud mental en España.	Teórico: Determina que la situación vital de enfermedad crónica define el peso del afrontamiento.	Teórico: Confirma la influencia del sexo y religión en la ansiedad específica de futuros médicos.
LIMITACIONES	Muestra predominantemente neozelandesa y femenina; diseño transversal (no causalidad); sesgo en el ítem 10 del MLQ.	Muestra reducida a estudiantes (poca variabilidad edad); escala dicotómica (DAS) limita discriminación.	Muestra comunitaria restringida a Canarias; diseño transversal; ítem 15 del PIL fue eliminado por baja correlación.	Muestra no probabilística (no paramétrica); basada solo en autoinforme.	Muestra de un solo centro y curso concreto; tamaño muestral reducido; no incluye ansiedad general.
NIVEL DE EVIDENCIA	Nivel IV: Estudio observacional transversal (Análisis de redes).	Nivel IV: Estudio observacional transversal (Descriptivo).	Nivel IV: Estudio metodológico de validación (Transversal).	Nivel IV: Estudio observacional transversal comparativo.	Nivel IV: Estudio observacional transversal (Descriptivo).

Técnicas de análisis de información

Evaluación del riesgo de sesgo:

La evaluación metodológica de los estudios incluidos fue realizada por una única investigadora, quien llevó a cabo un proceso de revisión crítica independiente orientado a valorar la calidad de la evidencia. Para ello, se consideraron criterios como la claridad en el diseño de investigación, el tamaño y las características de la muestra, la validez y pertinencia de los instrumentos utilizados para medir la ansiedad ante la muerte, la transparencia en el reporte de resultados y la coherencia entre los objetivos planteados y los hallazgos obtenidos.

Si bien no se emplearon escalas estandarizadas formales para la evaluación del riesgo de sesgo, se realizó un análisis cualitativo riguroso que permitió identificar fortalezas, limitaciones y posibles fuentes de sesgo en cada estudio. Este análisis tuvo en cuenta, además, las técnicas de recolección de información utilizadas (instrumentos psicométricos, cuestionarios autoadministrados, entre otros), con el fin de reconocer convergencias y divergencias en los resultados en función de los métodos empleados.

Preparación de datos para el análisis:

La información de los estudios seleccionados fue organizada en una matriz de análisis que incluyó variables como autor, año, país, tipo de diseño, tamaño de muestra, instrumentos de medición de la ansiedad ante la muerte, variables asociadas, principales resultados, limitaciones y aportes relevantes.

Posteriormente, los hallazgos fueron sistematizados mediante un proceso de categorización temática, dando lugar a categorías de análisis como eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones. Este procedimiento permitió

estructurar la información de manera coherente y facilitar su interpretación desde una perspectiva integradora.

Técnicas de análisis de la información

Se realizó un análisis temático de carácter descriptivo–interpretativo de los estudios incluidos, orientado a identificar patrones recurrentes, similitudes y divergencias en los resultados reportados. Este tipo de análisis permitió organizar la evidencia de manera sistemática y facilitar su comprensión desde una perspectiva integradora.

Los hallazgos fueron agrupados en categorías de análisis previamente definidas, en coherencia con los objetivos de la investigación: eventos detonantes, factores predisponentes, sintomatología, evolución e intervenciones psicológicas. Esta categorización permitió estructurar la información de forma clara y analizar el fenómeno de la ansiedad ante la muerte desde diferentes dimensiones.

La síntesis de la información se desarrolló mediante un enfoque narrativo, integrando los resultados empíricos con los aportes teóricos provenientes de distintas perspectivas de la psicología, con especial énfasis en la comprensión existencial del fenómeno. Asimismo, se realizó un análisis comparativo entre los estudios, identificando puntos de convergencia y divergencia en función del tipo de población, contexto y enfoque teórico.

Consideraciones éticas

El presente estudio, al corresponder a una revisión narrativa de la literatura, no implicó la participación directa de seres humanos ni la recolección de datos primarios. No obstante, se desarrolló conforme a los principios éticos fundamentales de la investigación científica, orientados a garantizar la integridad académica y el respeto por la producción intelectual.

En primer lugar, se respetaron los principios de honestidad, rigor y transparencia científica, mediante la selección, análisis e interpretación objetiva de la información, evitando la manipulación de los resultados o la inclusión de datos no verificables. De igual manera, se aseguró la trazabilidad del proceso investigativo a través de la descripción clara de los criterios de inclusión y exclusión, así como de las fases de búsqueda y selección de los estudios, en concordancia con los lineamientos del protocolo PRISMA (Page et al., 2021).

En segundo lugar, se garantizó el respeto por la propiedad intelectual, mediante la adecuada citación y referenciación de los autores consultados, evitando cualquier forma de plagio o uso indebido de la información, de acuerdo con las normas establecidas por la American Psychological Association (APA, 2020).

Adicionalmente, se tuvieron en cuenta los principios éticos de la investigación en psicología, tales como el respeto por la dignidad humana, la responsabilidad y la integridad profesional, establecidos en la Ley 1090 de 2006, código deontológico del psicólogo en Colombia. Aunque el estudio no involucró participantes, estos principios orientaron el manejo responsable de la información y la interpretación de los hallazgos.

Finalmente, se procuró una presentación fiel y equilibrada de los resultados, reconociendo las limitaciones de la evidencia analizada y evitando sesgos intencionales, con el fin de contribuir de manera ética y rigurosa al conocimiento científico en el campo de la psicología.

Resultados y análisis

Eventos detonantes de la ansiedad ante la muerte

Los estudios analizados evidencian que la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta, con énfasis en el contexto universitario, se activa principalmente a partir de situaciones que incrementan la conciencia de la finitud y la percepción de vulnerabilidad personal.

En términos comparativos, se identifican dos tipos de detonantes. Por un lado, los eventos experienciales directos, como la exposición a la muerte de otros, enfermedades graves o el contacto con escenarios de sufrimiento, los cuales han sido documentados en contextos clínicos y académicos. En este sentido, Boceta et al. (2016) señalan que el contacto frecuente con la muerte en estudiantes de medicina actúa como un detonante significativo, especialmente al confrontar al individuo con el sufrimiento ajeno.

Por otro lado, se encuentran los detonantes cognitivos y simbólicos, relacionados con pensamientos recurrentes sobre la muerte, noticias de fallecimientos o reflexiones sobre la propia finitud. Limonero (2015) identifica que estos elementos incrementan la activación emocional, aunque también señala que la experiencia vicaria puede, en algunos casos, disminuir la ansiedad al desmitificar la muerte ($p < 0,05$).

Adicionalmente, los contextos de incertidumbre y estrés psicológico potencian la activación de la ansiedad ante la muerte. Calkin et al. (2025) evidencian que los recordatorios de la mortalidad (mortalidad saliente) se asocian con mayores niveles de distrés emocional y con la necesidad de construir sentido de vida.

En conjunto, estos hallazgos permiten establecer que la ansiedad ante la muerte no se origina exclusivamente en experiencias directas, sino en la interacción entre factores contextuales, cognitivos y emocionales, lo que confirma su carácter multidimensional.

Factores predisponentes

Los estudios analizados evidencian que la ansiedad ante la muerte está influenciada por un conjunto de variables psicológicas, cognitivas y sociodemográficas que aumentan la vulnerabilidad del individuo frente a la finitud.

En primer lugar, uno de los factores más relevantes es el sentido de vida. Armas et al. (2018) identifican que niveles bajos de significado vital se asocian con mayores niveles de ansiedad y malestar psicológico, mientras que la presencia de metas y propósito actúa como un factor protector. Este hallazgo se relaciona con la noción de “vacío existencial”, el cual incrementa la susceptibilidad a la angustia frente a la muerte.

En segundo lugar, se destacan variables de tipo cognitivo y emocional. Limonero (2015) señala que la ansiedad general y la percepción de vulnerabilidad intensifican el miedo a la muerte. De manera complementaria, Moral y Miaja (2015) evidencian que estilos de afrontamiento negativos, especialmente la autofocalización negativa, incrementan significativamente el riesgo ($OR=1.14$), mientras que mayores niveles de escolaridad actúan como factor protector ($OR=0.69$), al facilitar una mejor elaboración cognitiva del fenómeno.

Por otra parte, se identifican factores sociodemográficos que modulan la experiencia de ansiedad. Diversos estudios coinciden en que el sexo femenino presenta niveles más altos de

ansiedad ante la muerte, así como las personas con creencias religiosas, quienes tienden a reportar mayor preocupación frente a la finitud (Limonero, 2015; Boceta et al., 2016).

Finalmente, variables relacionadas con el apoyo emocional y las estrategias de afrontamiento también cumplen un papel importante. Boceta et al. (2016) señalan que la ausencia de recursos de afrontamiento adecuados y el bajo apoyo social incrementan la intensidad de la ansiedad, especialmente en contextos académicos exigentes.

En conjunto, estos hallazgos permiten comprender que la ansiedad ante la muerte no depende de un único factor, sino de la interacción entre dimensiones existenciales, cognitivas, emocionales y contextuales, lo que refuerza su carácter multidimensional.

Sintomatología

La sintomatología de la ansiedad ante la muerte en la población analizada se caracteriza por manifestaciones de tipo cognitivo, emocional y conductual, las cuales reflejan un estado general de distrés psicológico frente a la percepción de la finitud.

En el plano cognitivo, se identifican pensamientos intrusivos y recurrentes relacionados con la muerte, así como preocupación constante por la propia vulnerabilidad y el futuro. Limonero (2015) señala que estas cogniciones tienden a ser persistentes y difíciles de controlar, lo que contribuye al mantenimiento del malestar.

A nivel emocional, predominan estados de angustia, miedo e inseguridad. Calkin et al. (2025) evidencian que este malestar emocional puede asociarse incluso con una disminución de la

inmunidad autopercebida, lo que sugiere una relación entre la ansiedad ante la muerte y el bienestar general. De forma más intensa, Moral y Miaja (2015) reportan manifestaciones como ataques de pánico, incapacidad funcional y elevados niveles de ansiedad en contextos específicos.

En el plano conductual, se observan principalmente estrategias de evitación frente a estímulos o situaciones relacionadas con la muerte. Boceta et al. (2016) indican que esta evitación puede incluir desde el rechazo a hablar del tema hasta la evasión de contextos clínicos o experiencias asociadas al sufrimiento y la pérdida.

Un hallazgo relevante en el contexto universitario, especialmente en estudiantes del área de la salud, es que la ansiedad ante la muerte se expresa con mayor intensidad en relación con el miedo al sufrimiento y la pérdida de otros, más que con la propia muerte. Esto evidencia un componente relacional y empático central en la experiencia de ansiedad (Boceta et al., 2016).

En conjunto, la sintomatología refleja una interacción entre procesos cognitivos, emocionales y conductuales que configuran una respuesta compleja frente a la muerte, confirmando el carácter multidimensional del fenómeno.

Tabla 2

Sintomatología y factores protectores.

Sintomatología Identificada (Moral y Miaja, 2011)	Factores Protectores / Variables de Inmunidad
Manifestaciones somáticas: insomnio, ataques de pánico y pérdida de peso.	Sentido de Vida: Predictor central de salud mental que otorga capacidad de significado (Armas et al., 2018).
Manifestaciones Cognitivas: Obsesión con la muerte, pensamientos intrusivos y auto focalización negativa.	Recursos Intelectuales: La escolaridad alta reduce el riesgo de ansiedad desadaptativa (Moral y Miaja, 2011).
Manifestaciones Conductuales: Incapacidad funcional, evitación persistente del tema y aislamiento.	Mindfulness y Espiritualidad: Meditadores y usuarios de psicodélicos reportan menor ansiedad (Calkin et al., 2025; $p < .05$).
Manifestaciones Emocionales: Angustia intensa, miedo a la incertidumbre y desesperanza existencial.	Experiencia Vicaria: El contacto real con la muerte desmitifica lo desconocido y reduce el miedo (Limonero, 1997).

Evolución del fenómeno

Los estudios analizados evidencian que la ansiedad ante la muerte presenta un carácter dinámico y no lineal, cuya evolución depende principalmente de los recursos psicológicos, cognitivos y existenciales del individuo.

En términos generales, se identifican dos posibles trayectorias. Por un lado, la ansiedad puede intensificarse en contextos de estrés, incertidumbre o crisis vital, aumentando el distrés psicológico y la percepción de vulnerabilidad, tal como lo señalan Calkin et al. (2025). Por otro lado, cuando el individuo cuenta con recursos adecuados, la ansiedad puede transformarse en una oportunidad de reelaboración psicológica y crecimiento personal.

En este sentido, Armas et al. (2018) plantean que el fortalecimiento del sentido de vida favorece una disminución progresiva de la ansiedad, al permitir una reinterpretación del sufrimiento y la construcción de significado. Este proceso ha sido conceptualizado como resiliencia existencial, en la medida en que el individuo logra integrar la finitud como parte de su experiencia vital.

Asimismo, algunos hallazgos sugieren que la confrontación con la muerte puede actuar como un catalizador de procesos de reflexión profunda o “despertar existencial”, promoviendo cambios en la percepción de la vida y en la jerarquización de valores (Calkin et al., 2025).

En el contexto universitario, se observa que la ansiedad ante la muerte tiende a mantenerse relativamente estable durante la formación académica; sin embargo, su evolución está mediada por el desarrollo de recursos cognitivos, emocionales y estrategias de afrontamiento.

En conjunto, estos hallazgos permiten concluir que la evolución de la ansiedad ante la muerte no es estática, sino que depende de la capacidad del individuo para afrontar, resignificar e integrar la experiencia de la finitud.

Intervenciones desde la psicología

En relación con las intervenciones, los estudios analizados coinciden en que el abordaje de la ansiedad ante la muerte debe centrarse en el fortalecimiento de recursos psicológicos, emocionales y existenciales, más que en la eliminación de la conciencia de la finitud.

En primer lugar, se destaca el fortalecimiento del sentido de vida como eje central de intervención. Desde la logoterapia, Armas et al. (2018) plantean que la construcción de metas, valores y propósito vital permite reducir la ansiedad al contrarrestar el vacío existencial. De manera complementaria, Moral y Miaja (2015) sugieren que este enfoque contribuye a disminuir estilos de afrontamiento negativos.

En segundo lugar, se identifican estrategias orientadas a la regulación emocional y la atención plena. Calkin et al. (2025) destacan el mindfulness y la meditación como herramientas que favorecen la aceptación de la finitud, reducen la autofocalización negativa y promueven una relación más adaptativa con la ansiedad ante la muerte.

En tercer lugar, se resalta la importancia de la educación emocional y la formación en habilidades psicológicas, especialmente en contextos universitarios. Boceta et al. (2016) y Limonero (2015) coinciden en la necesidad de implementar programas que faciliten la reflexión sobre la muerte, el desarrollo de la autoconciencia y el fortalecimiento de estrategias de afrontamiento, particularmente en estudiantes de áreas de la salud.

En conjunto, los hallazgos sugieren que las intervenciones más efectivas son aquellas que integran dimensiones cognitivas, emocionales y existenciales, orientándose al desarrollo del significado vital y a la regulación del malestar psicológico.

Discusión:

Los hallazgos de la presente revisión permiten comprender la ansiedad ante la muerte como un fenómeno complejo y multidimensional, cuya configuración en población joven y

adulta, con énfasis en el contexto universitario, se encuentra mediada por la interacción entre factores cognitivos, emocionales y existenciales.

En relación con el primer objetivo, orientado a identificar los eventos detonantes y factores predisponentes, los resultados evidencian que la ansiedad ante la muerte se activa principalmente en situaciones que incrementan la conciencia de la finitud, como experiencias de pérdida, contextos de enfermedad o escenarios de incertidumbre. Este hallazgo es coherente con lo planteado por Irvin D. Yalom (1980), quien señala que la confrontación con la muerte emerge con mayor intensidad ante eventos que desestabilizan la percepción de control y seguridad del individuo.

Asimismo, los factores predisponentes identificados, como el bajo sentido de vida, las creencias negativas y los estilos de afrontamiento desadaptativos, refuerzan la idea de que la ansiedad ante la muerte no surge únicamente de estímulos externos, sino de la manera en que el individuo interpreta su existencia. En este sentido, los resultados se articulan con la propuesta de Viktor Frankl (2004), quien plantea que la ausencia de significado constituye un elemento central en la génesis del malestar existencial.

En relación con el segundo objetivo, enfocado en la sintomatología y evolución del fenómeno, los hallazgos evidencian que la ansiedad ante la muerte se manifiesta a través de componentes cognitivos, emocionales y conductuales, tales como pensamientos intrusivos, angustia persistente y conductas de evitación. Esta multidimensionalidad coincide con los planteamientos de Rollo May (1983), quien concibe la ansiedad como una respuesta inherente a la condición humana, que puede oscilar entre formas adaptativas y desadaptativas.

Respecto a la evolución, los resultados indican que la ansiedad ante la muerte no sigue un curso lineal, sino que puede intensificarse en contextos de crisis o, por el contrario, transformarse en una oportunidad de crecimiento psicológico cuando el individuo logra construir significado. Este hallazgo permite vincular la evidencia empírica con el concepto de “ser-para-la-muerte” propuesto por Martin Heidegger, en el cual la conciencia de la finitud puede favorecer una vida más auténtica cuando es integrada de manera consciente.

En relación con el tercer objetivo, orientado a las intervenciones psicológicas, los resultados muestran que los enfoques más efectivos son aquellos que combinan estrategias de regulación emocional con la construcción de sentido de vida. Si bien se identifican aportes desde modelos cognitivo-conductuales y técnicas como el mindfulness, los hallazgos también respaldan la relevancia de intervenciones con base existencial, en las cuales no se busca eliminar la ansiedad, sino resignificarla como parte de la experiencia humana.

No obstante, es importante señalar que, aunque el estudio se planteó inicialmente desde la psicología existencial, la evidencia empírica disponible muestra una predominancia de enfoques cognitivo-conductuales y modelos integrativos. Esta situación evidencia una limitación en la producción científica específica desde el enfoque existencial en población universitaria, lo cual refuerza la necesidad de continuar investigando el fenómeno desde esta perspectiva.

En conjunto, los hallazgos permiten afirmar que la ansiedad ante la muerte debe ser comprendida desde un enfoque integrador que articule diferentes marcos teóricos, reconociendo el papel central del sentido de vida como eje transversal tanto en su comprensión como en su abordaje.

Limitaciones

La presente revisión presenta limitaciones asociadas tanto a la evidencia disponible en la literatura como al diseño metodológico adoptado.

En primer lugar, en relación con la literatura previa, se identificó un número reducido de estudios empíricos incluidos ($n = 5$), lo cual restringe el alcance interpretativo de los hallazgos. Asimismo, se evidenció una heterogeneidad metodológica entre los estudios, particularmente en términos de diseño, instrumentos y características de las muestras, lo que dificulta la comparación directa de resultados. De igual forma, se observa una limitada producción científica centrada específicamente en población universitaria joven, lo que representa una brecha relevante en el campo de estudio.

Adicionalmente, se identificó un predominio de enfoques cuantitativos, lo cual puede restringir la comprensión profunda del fenómeno en términos subjetivos, experienciales y existenciales, dimensiones clave para el abordaje de la ansiedad ante la muerte.

En segundo lugar, respecto al enfoque teórico, aunque el estudio se planteó inicialmente desde la psicología existencial, se evidenció una escasa disponibilidad de investigaciones empíricas que aborden el fenómeno desde esta perspectiva en población universitaria. En consecuencia, se adoptó una perspectiva integradora que incorpora diferentes enfoques psicológicos. Si bien esto amplía la comprensión del fenómeno, también puede diluir el análisis específico desde el marco existencial.

En tercer lugar, en cuanto a las limitaciones metodológicas del presente estudio, el uso de una revisión narrativa implica un mayor grado de interpretación por parte de la investigadora, lo que puede introducir sesgos en la selección, análisis e integración de la información. Asimismo, la evaluación del riesgo de sesgo se realizó sin el uso de herramientas estandarizadas, lo cual puede afectar la rigurosidad en la valoración de la calidad de los estudios incluidos.

En conjunto, estas limitaciones sugieren la necesidad de fortalecer futuras investigaciones mediante diseños más homogéneos, mayor diversidad metodológica y un desarrollo más amplio de estudios empíricos desde enfoques existenciales en población universitaria.

Recomendaciones

A partir de los hallazgos y limitaciones identificadas, se plantean las siguientes recomendaciones para futuras investigaciones y para el ámbito aplicado en psicología:

En primer lugar, se recomienda el desarrollo de estudios que aborden la ansiedad ante la muerte mediante enfoques metodológicos diversos, especialmente desde metodologías cualitativas, con el fin de profundizar en la experiencia subjetiva y existencial del fenómeno, la cual no se logra captar completamente desde diseños cuantitativos.

En segundo lugar, se sugiere ampliar la diversidad de las muestras poblacionales, incorporando variables como género, contexto sociocultural, edad y áreas de formación académica, lo que permitiría obtener resultados más representativos y comparables entre diferentes grupos.

En tercer lugar, se recomienda fortalecer la producción científica desde la psicología existencial, dado que se evidenció una limitada disponibilidad de estudios empíricos desde este enfoque en población universitaria, lo cual constituye una oportunidad de desarrollo investigativo.

Desde el ámbito aplicado, se propone el diseño e implementación de programas de intervención psicológica en contextos universitarios, orientados al fortalecimiento del sentido de vida, la regulación emocional y el desarrollo de estrategias de afrontamiento frente a la ansiedad ante la muerte.

Finalmente, se sugiere promover enfoques de investigación que integren diferentes perspectivas teóricas, con el fin de avanzar hacia una comprensión más articulada e integral del fenómeno.

Sesgos

Sesgos en la evidencia analizada

El análisis de los estudios incluidos permitió identificar diversos sesgos en la literatura revisada que pueden influir en la interpretación de los resultados.

En primer lugar, se evidencia un sesgo de género, dado que la mayoría de las muestras están compuestas predominantemente por mujeres, lo cual puede afectar la generalización de los hallazgos y sobrerrepresentar determinadas formas de expresión emocional asociadas a la ansiedad ante la muerte.

En segundo lugar, se identifica un sesgo de contexto académico, ya que varios estudios se desarrollan en poblaciones pertenecientes a áreas de ciencias de la salud. Esto limita la extrapolación de los resultados a estudiantes de otras disciplinas, cuyas experiencias frente a la muerte pueden diferir significativamente.

En tercer lugar, se observa un sesgo metodológico, caracterizado por el predominio de estudios cuantitativos y diseños transversales, lo cual restringe la comprensión longitudinal del fenómeno y la exploración profunda de sus dimensiones subjetivas y existenciales.

Asimismo, se identifican posibles sesgos de autoinforme, dado que la mayoría de los estudios utilizan instrumentos psicométricos, lo que puede implicar respuestas influenciadas por la deseabilidad social o la percepción individual del participante.

En conjunto, estos sesgos evidencian la necesidad de desarrollar investigaciones más diversas, tanto en términos metodológicos como poblacionales, que permitan una comprensión más amplia, crítica y representativa de la ansiedad ante la muerte.

Conclusiones

Naturaleza multidimensional del fenómeno

Se concluye que la ansiedad ante la muerte en población joven y adulta con énfasis en el contexto universitario se configura como un fenómeno multidimensional, en tanto involucra componentes cognitivos, emocionales y existenciales. Esto se debe a que la experiencia de la finitud no se limita a una respuesta emocional aislada, sino que integra pensamientos, creencias y significados construidos por el individuo frente a la muerte (Yalom, 1980; Beck, 1976).

Eventos detonantes y contexto

Se concluye que los principales eventos detonantes de la ansiedad ante la muerte están asociados a la conciencia de la mortalidad, la percepción de vulnerabilidad y la exposición a contextos de crisis o estrés. Esto ocurre porque dichas situaciones confrontan al individuo con la finitud de manera directa, activando cuestionamientos sobre el sentido de la vida y el futuro (Yalom, 1980; Neimeyer, 2015).

Factores predisponentes y papel del sentido de vida

Se identifica el sentido de vida como el principal factor protector frente a la ansiedad ante la muerte, evidenciando una relación inversa entre ambas variables. Esto se explica porque la construcción de un propósito vital permite integrar la finitud dentro de un marco de significado, reduciendo la percepción de amenaza y favoreciendo el bienestar psicológico (Frankl, 2004; Wong, 2010).

Influencia de factores cognitivos y educativos

Se concluye que la educación y el desarrollo de recursos cognitivos favorecen la comprensión e integración de la muerte como parte del ciclo vital. Esto se debe a que el acceso a información, así como la capacidad reflexiva, facilitan la resignificación del fenómeno, disminuyendo su carácter amenazante (Moral & Miaja, 2015).

Sintomatología del fenómeno

La ansiedad ante la muerte se manifiesta a través de pensamientos intrusivos, angustia emocional y conductas de evitación. Estas respuestas se presentan debido a que la muerte es percibida como una amenaza incierta e incontrolable, lo que genera intentos de anticipación o evitación frente al malestar psicológico (Beck, 1976; Neimeyer, 2015).

Evolución del fenómeno

Se concluye que la evolución de la ansiedad ante la muerte depende de los recursos psicológicos del individuo, especialmente de su capacidad para construir significado y afrontar la incertidumbre. Esto implica que la ansiedad puede intensificarse o disminuir según la forma en que la persona procese la experiencia de la finitud (Frankl, 2004; Yalom, 1980).

Dimensión relacional de la ansiedad ante la muerte

Se identifica que la ansiedad ante la muerte presenta un componente relacional significativo, dado que el miedo a la pérdida de otros y al sufrimiento ajeno puede ser más intenso que el temor a la propia muerte. Esto se explica por la relevancia de los vínculos afectivos y sociales en estas etapas del desarrollo (Calkin et al., 2025; Boceta et al., 2016).

Intervenciones psicológicas

Se concluye que las intervenciones más pertinentes son aquellas que integran estrategias de afrontamiento emocional con el fortalecimiento del sentido de vida. Esto se debe a que un abordaje exclusivamente centrado en síntomas resulta limitado, mientras que la integración del significado permite una comprensión más profunda y una regulación más efectiva de la ansiedad ante la muerte (Beck, 1976; Frankl, 2004).

Referencias

- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). Author.
- Armas Arráez, M., García, J., & de la Rubia, J. (2018). Análisis de la confiabilidad y validez del inventario PIL (Purpose in Life) en una muestra clínica con ansiedad y depresión. *Revista de Psicología*.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Boceta, J., Galán, S., & otros. (2016). Ansiedad ante la muerte en estudiantes de medicina: Influencia de factores sociodemográficos. *Medicina Paliativa*.
- Calkin, E., et al. (2025). Investigating associations between fear of death, psychological distress, mindfulness, and meaning in life: A network analysis. *Scientific Reports*.
- Collett, L. J., & Lester, D. (1969). The fear of death and the fear of dying. *Journal of Psychology*.
- Congreso de la República de Colombia. (2006). *Ley 1090 de 2006: Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Diario Oficial No. 46.383.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. Norton.
- Frankl, V. E. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Herder.
- Freud, S. (1920). *Más allá del principio del placer*.

- Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (1986). The causes and consequences of a need for self-esteem: A terror management theory. En R. F. Baumeister (Ed.), *Public self and private self* (pp. 189–212). Springer.
- Heidegger, M. (2003). *Ser y tiempo*. Trotta.
- Kierkegaard, S. (1844). *El concepto de la angustia*.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Limonero, J. T. (1997). Ansiedad ante la muerte y experiencia vicaria en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología de la Salud*.
- May, R. (1983). *El descubrimiento del ser*. W. W. Norton.
- Moral de la Rubia, J., & Miaja, M. (2011). Ansiedad ante la muerte, estilos de afrontamiento y escolaridad: Un estudio comparativo. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*.
- Neimeyer, R. A. (2015). Meaning reconstruction in the wake of loss: Evolution of a research program. *Behaviour Change*, 32(2), 65–79.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pyszczynski, T., Solomon, S., & Greenberg, J. (2015). Thirty years of terror management theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 52, 1–70.
- Sartre, J.-P. (1943). *El ser y la nada*.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness*. Free Press.

Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. Free Press.

Tomer, A., & Eliason, G. (1996). Toward a comprehensive model of death anxiety. *Death Studies*.

Wong, P. T. P. (2007). Meaning management theory and death acceptance. En A. Tomer, G.

Eliason & P. T. P. Wong (Eds.), *Existential and spiritual issues in death attitudes*.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.