

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.3788>

Repercusión del estrés académico en estudiantes de medicina

Impact of academic stress on medical students

Sabrina Brigitte Achance-Chavez

sabrinaac29@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0009-0007-1073-8374>

Flor Leticia Gallardo-Donoso

florgd87@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-0527-0259>

Karen Iveth Yagloa-Saquina

karenys94@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0009-0006-6566-1952>

Iruma Alfonso-González

ua.irumaalfonso@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0001-6866-4944>

Recibido: 15 de octubre 2023

Revisado: 10 de diciembre 2023

Aprobado: 15 de enero 2024

Publicado: 01 de febrero 2024

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

RESUMEN

Objetivo: identificar el impacto del estrés académico, las manifestaciones emocionales, físicas y sociales asociadas en los estudiantes de medicina en su segundo semestre de los paralelos A y B de Uniandes. **Método:** Descriptiva observacional, la población estuvo conformada por 64 estudiantes de medicina en su segundo semestre de los paralelos A y B de Uniandes – Ambato. **Conclusión:** El estrés académico es un factor primordial en la afección física, psicológica y académica de los estudiantes de segundo semestre paralelos A y B, cuyo problema se da mediante el mal manejo de las situaciones académicas llevadas a cabo en la carrera universitaria.

Descriptores: Servicios de salud mental; técnicas psicológicas; pruebas psicológicas. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To identify the impact of academic stress, the emotional, physical and social manifestations associated with it in medical students in their second semester of the A and B parallels of Uniandes. **Method:** Descriptive observational study, the population consisted of 64 medical students in their second semester of the A and B parallel of Uniandes - Ambato. **Conclusion:** Academic stress is a primary factor in the physical, psychological and academic affection of second semester A and B parallel students, whose problem is caused by the poor management of academic situations carried out in the university career.

Descriptors: Mental health services; psychological techniques; psychological tests. (Source: DeCS).

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

INTRODUCCIÓN

El estrés forma parte un problema de salud muy frecuente en la actualidad, pues se determina como una respuesta emocional, conductual, fisiológica, intelectual frente a ciertos eventos. Es evidente que cada estudiante está sometido a dominar ciertas exigencias que demanda la educación, sin embargo, esta situación ha conllevado a sufrir agotamiento, experimentar falta de interés, nervios y falta de control en ciertas emociones. Por tal motivo, el conjunto de estos síntomas antes mencionados influye en el bajo rendimiento de los estudiantes, derivando ciertas problemáticas que lamentablemente se presentan en alteraciones que tienen impacto negativo tanto en el desempeño estudiantil como en aspiraciones profesionales a futuro.^{1 2 3 4 5}

La problemática del estrés académico que afecta a los jóvenes de segundo semestre de los paralelos, “A” y “B”, es debido a que se sienten fracasados y desmotivados. Esta es la razón de haber optado por tratar este tema en la presente investigación con el propósito buscar alternativas de solución que ayuden a la disminución de las brechas del crecimiento de este tipo de riesgo social.

El docente tiene la gran responsabilidad de asumir la tarea de cambio porque en sus manos está el proceso de aprendizaje que guía, orienta y va formando a los jóvenes, por ende el compromiso de los docentes es buscar soluciones, como son: aplicación de la pedagogía cooperativa colaborativa, los programas de refuerzo académico y el acercamiento de la familia a la institución con el objetivo de proporcionar, acompañamiento, seguimiento y motivación constante a los jóvenes para elevar su autoestima y el mejor rendimiento escolar.

Se tiene por objetivo identificar el impacto del estrés académico, las manifestaciones emocionales, físicas y sociales asociadas en los estudiantes de medicina en su segundo semestre de los paralelos A y B de Uniandes.

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

MÉTODO

Descriptiva observacional

La población estuvo conformada por 64 estudiantes de medicina en su segundo semestre de los paralelos A y B de Uniandes – Ambato.

Se aplicó encuesta y cuestionario.

Se procesaron los datos mediante estadística descriptiva.

RESULTADOS

En este caso referente a la pregunta de la utilización de técnicas de relajación al momento de presentar signos de estrés a causa de la universidad, se puede visualizar que 10 personas, representando a un 16,6% utilizan la técnica de meditación, mientras que 28 personas, es decir un 46,6 % prefieren musicoterapia, y por último tenemos a 22 personas que se inclinan por salir a caminar dando como resultado un 36.6%

En cuanto a la manifestación de problemas de concentración en clases o en cualquier actividad de su vida Universitaria, tenemos que 38 personas responden que, si presentan problemas de concentración, representando la mayor parte del porcentaje con un 63,3%, mientras que solo 5 personas argumentan que no tienen este tipo de problemas dando como resultado un 8,33% y por último tenemos que 7 personas sostienen que solo a veces presentan estas complicaciones teniendo un porcentaje del 11,66%

De acuerdo con los encuestados la mayoría de las personas (35) con un porcentaje de 58.3% si manifiestan fatiga durante el periodo de estudio académico, ya que la fatiga es uno de los principales síntomas del estrés, mientras que 25 personas que representan al 41.7% no presentan fatiga al momento de estudiar, pero tienen otros síntomas de estrés como dolor corporal.

En cuanto a la pregunta de que si el estudiante manifiesta dolor corporal o achaques frecuentes tenemos lo siguiente resultados, ya que la mayoría no presenta achaques frecuentes, porque solo 37 personas manifiestan que si representando un 61,6% de la

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

población total, lo que indica que este padecimiento se presenta más de manera psicológica, mientras que 23 personas dando como resultado 38,3% manifiestan que, si presentan estos síntomas, manifestando que el estrés sobrepasa la barrea psicológica.

DISCUSIÓN

Los resultados coinciden con el estudio de ² donde se indica que los síntomas de depresión y ansiedad se presentaron en 7 de cada 10 estudiantes y el estrés en 6 de cada 10. Entre los factores asociados a la presencia de ansiedad, depresión y estrés se encuentran el trastorno de la conducta alimentaria y la falta de ejercicio físico regular. Se requieren evaluaciones periódicas de la sintomatología mental y se debe promover el asesoramiento en las facultades de medicina.

En los estudiantes de medicina experimentaron una incertidumbre significativa relacionada con sus habilidades e identidades profesionales como futuros médicos y enfrentaron muchos dilemas para afrontar el estrés y gestionar la incertidumbre, principalmente relacionados con la información y el apoyo social. ³

Los jóvenes son altamente vulnerables al estrés, ya que la mayoría de las enfermedades están relacionadas con él. Se ha observado que el estrés en los jóvenes se manifiesta a través de diversas respuestas de afrontamiento, como ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o medicamentos, trastornos del sueño y cambios en los patrones de alimentación. Esta tendencia es especialmente evidente en estudiantes, quienes experimentan el fenómeno conocido como estrés académico. ^{4 5 6 7 8}

La forma en que cada estudiante enfrenta los desafíos académicos está determinada por su capacidad de adaptación al estrés. Aquellos que logran adaptarse de manera positiva a los cambios del entorno estudiantil podrán aprender y crecer personalmente, considerando estos cambios como oportunidades. Sin embargo, en situaciones opuestas, los estudiantes que no pueden manejar adecuadamente estas demandas experimentarán insatisfacción y desgaste personal, lo que resulta en estrés académico.

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

el estrés académico puede tener un impacto en varias áreas de la vida de los estudiantes, como su estado emocional, salud física y relaciones interpersonales. Estos efectos pueden variar de una persona a otra, ya que cada estudiante experimenta cambios en su estilo de vida durante períodos de estrés académico. Estos cambios pueden llevar a adoptar conductas poco saludables, como el consumo excesivo de cafeína, tabaco y sustancias estimulantes, así como el uso de tranquilizantes, estas conductas pueden dar lugar a problemas de salud a largo plazo.^{12 13 14 15}

CONCLUSIONES

El estrés académico es un factor primordial en la afección física, psicológica y académica de los estudiantes de segundo semestre paralelos A y B, cuyo problema se da mediante el mal manejo de las situaciones académicas llevadas a cabo en la carrera universitaria.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los actores sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS

1. Gebru HT, Verstegen D. (2023). Assessing predictors of students' academic performance in Ethiopian new medical schools: a concurrent mixed-method study. *BMC medical education*, 23(1):448. <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04372-4>

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

2. Valladares-Garrido D, Quiroga-Castañeda PP, Berrios-Villegas I, Zila-Velasque JP, Anchay-Zuloeta C, Chumán-Sánchez M, Vera-Ponce VJ, Pereira-Victorio, C. J., Failoc-Rojas, V. E., Díaz-Vélez, C., Valladares-Garrido, M. J. (2023). Depression, anxiety, and stress in medical students in Peru: a cross-sectional study. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1268872. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1268872>
3. Kerr AM, Spaeth LD, Gerome, J. M. (2023). Medical Students' Stress and Uncertainty During the COVID-19 Pandemic. *Health communication*, 38(10):2247-2257. <https://doi.org/10.1080/10410236.2022.2062826>
4. Liebig L, Bergmann A, Voigt K, Balogh E, Birkas B, Faubl N, Kraft T, Schöniger K, Riemenschneider H. (2023). Screen time and sleep among medical students in Germany. *Scientific reports*, 13(1):15462. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-42039-8>
5. Broks VMA, Stegers-Jager KM, Fikrat-Wevers S, Van den Broek WW, Woltman AM. (2023). The association between how medical students were selected and their perceived stress levels in Year-1 of medical school. *BMC medical education*, 23(1):443. <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04411-0>
6. Viegas da Cunha Gentil Martins MH, Martins Lobo V, Dos Santos Florenciano MS, Benjamim Morais MA, & Barbosa M. (2023). Burnout in medical students: A longitudinal study in a Portuguese medical school. *Global mental health (Cambridge, England)*, 10,e72. <https://doi.org/10.1017/gmh.2023.61>
7. Park M, Hong J, Park J, Chung S. (2023). Impact of Resilience and Viral Anxiety on Psychological Well-Being, Intrinsic Motivation, and Academic Stress in Medical Students During the COVID-19 Pandemic. *Psychiatry investigation*, 20(6):524-530. <https://doi.org/10.30773/pi.2023.0019>
8. Wurth S, Sader J, Cerutti B, Broers B, Bajwa NM, Carballo S, Escher M, Galetto-Lacour A, Groscurin O, Lavallard V, Savoldelli G, Serratrice J, Nendaz M, Audétat-Voirol MC. (2021). Medical students' perceptions and coping strategies during the first wave of the COVID-19 pandemic: studies, clinical implication, and professional identity. *BMC medical education*, 21(1):620. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-03053-4>

Sabrina Achance; Flor Leticia Gallardo-Donoso; Karen Iveth Yagloa-Saquina; Iruma Alfonso-González

9. Yeo S, Choi E, Kim J, Won S. (2023). The mental health of medical students in Daegu during the 2020 COVID-19 pandemic. *Korean journal of medical education*, 35(2):125-141. <https://doi.org/10.3946/kjme.2023.254>
10. Melca IA, Teixeira EK, Nardi AE, Spear AL. (2023). Association of Internet Addiction and Mental Disorders in Medical Students: A Systematic Review. *The primary care companion for CNS disorders*, 25(3):22r03384. <https://doi.org/10.4088/PCC.22r03384>
11. Al-Shahrani MM, Alasmri BS, Al-Shahrani RM, Al-Moalwi NM, Al Qahtani AA, & Siddiqui AF. (2023). The Prevalence and Associated Factors of Academic Stress among Medical Students of King Khalid University: An Analytical Cross-Sectional Study. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 11(14):2029. <https://doi.org/10.3390/healthcare11142029>
12. Rao R, Naik BN, Shekhar S, Nirala SK, Singh CM, Verma M, Ramalingam A. (2023). Level of happiness among medical students in Bihar-An online survey. *Journal of education and health promotion*, 12:305. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1806_22
13. Al-Awad FA. (2024). Academic Burnout, Stress, and the Role of Resilience in a Sample of Saudi Arabian Medical Students. *Medical archives (Sarajevo, Bosnia and Herzegovina)*, 78(1):39-43. <https://doi.org/10.5455/medarh.2024.78.39-43>
14. Nebhinani N, Kuppili PP, Mamta B. (2024). Feasibility and effectiveness of stress management skill training in medical students. *Medical journal, Armed Forces India*, 80(2):140-144. <https://doi.org/10.1016/j.mjafi.2021.10.007>
15. Wathelet M, Duhem S, Vaiva G, Baubet T, Habran E, Veerapa E, Debien C, Molenda S, Horn M, Grandgenèvre P, Notredame CE, D'Hondt F. (2020). Factors Associated With Mental Health Disorders Among University Students in France Confined During the COVID-19 Pandemic. *JAMA network open*, 3(10):e2025591. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.25591>