

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.3800>

Impacto de la salud mental en los estudiantes de la carrera de medicina

Impact of mental health on medical school students

Frank Salvador Llerena-Pico

franklp20@uniandes.edu.ec

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

<https://orcid.org/0009-0005-9810-1276>

Wendy Madeline Martínez-Rea

wendymr22@uniandes.edu.ec

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

<https://orcid.org/0009-0008-6489-9779>

Ronald Andrés Sani-Balseca

ronaldb51@uniandes.edu.ec

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

<https://orcid.org/0009-0009-4079-067X>

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

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

RESUMEN

Objetivo: evaluar el estado de salud mental en los estudiantes de segundo semestre de medicina paralelo "F". **Método:** Descriptiva observacional. **Resultados y conclusión:** A partir de los datos estadísticos recopilados en la encuesta realizada a los 26 estudiantes de segundo semestre de medicina paralelo "F" UNIANDES se ha evidenciado que enfrentan desafíos y factores de riesgo que pueden afectar su salud mental, como la complejidad de los estudios, la adaptabilidad a un nuevo entorno y las experiencias emocionales intensas debido a la separación de su zona de confort. Se espera que los resultados de esta investigación proporcionen herramientas importantes para el médico ocupacional, los docentes y las autoridades de UNIANDES, a fin de tomar decisiones informadas sobre el manejo y la prevención de la salud mental en los estudiantes de medicina.

Descriptores: Salud mental; resiliencia psicológica; competencia mental. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: to evaluate the state of mental health in second semester students of parallel medicine "F". **Method:** Descriptive observational. **Results and conclusion:** From the statistical data collected in the survey conducted on the 26 second semester students of parallel medicine "F" UNIANDES it has been evidenced that they face challenges and risk factors that may affect their mental health, such as the complexity of studies, adaptability to a new environment and intense emotional experiences due to the separation from their comfort zone. It is hoped that the results of this research will provide important tools for the occupational physician, teachers and authorities of UNIANDES, in order to make informed decisions about the management and prevention of mental health in medical students.

Descriptors: Mental health; resilience psychological; mental competency. (Source: DeCS).

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

INTRODUCCIÓN

La salud mental de los estudiantes universitarios es un aspecto fundamental en la educación superior, y las instituciones tienen la responsabilidad de promover un entorno saludable, proporcionar servicios de apoyo y tomar medidas preventivas para garantizar una trayectoria académica exitosa. Los estudiantes universitarios se enfrentan a factores de riesgo como la complejidad de sus estudios, la adaptabilidad a un nuevo entorno, la competencia con sus compañeros y experiencias emocionales intensas. Al mismo tiempo, utilizan factores de protección como su vocación, el apoyo familiar y las amistades que desarrollan en la universidad. Estos recursos pueden no ser suficientes para prevenir la depresión, la ansiedad, y el abuso de sustancias, que pueden manifestarse con mayor intensidad en los estudiantes universitarios. La depresión y las conductas suicidas también son una realidad innegable en muchas comunidades estudiantiles.^{1 2 3 4 5}

Las enfermedades y trastornos mentales, al hacer énfasis en sus definiciones el trastorno mental es más amplio ya que abarca un conjunto de enfermedades, sin embargo, ambas se aplican a cualquier alteración genérica de salud mental. Afectan la forma de cómo una persona piensa, se siente, su comportamiento y se relaciona con los demás; se consideran tan comunes, ya que en algún momento de nuestras vidas hemos experimentado sentimientos de tristeza, estrés, cansancio, ansiedad, insomnio u otros síntomas que de no saberlo llevar o tratarlo de la mejor manera sin generar ningún daño físico ni mental a quien lo padezca.^{6 7 8 9 10}

Las enfermedades y trastornos mentales en los estudiantes universitarios es un tema que viene siendo cada vez más relevante y tema de discusión en el campo de la salud-educación, considerando el impacto directo en la salud del estudiante tanto física como psicológica. La mayoría de los universitarios del área de salud se alejan de su entorno social habitual y se les exige un cambio metodológico de estudio colegio-universidad

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

que puede repercutir negativamente en su salud, contribuyendo a una mayor vulnerabilidad en el desarrollo de enfermedades y trastornos mentales.^{9 10 11}

El objetivo de la investigación es evaluar el estado de salud mental en los estudiantes de segundo semestre de medicina paralelo "F".

MÉTODO

Descriptiva observacional.

El tamaño de la muestra fue de 26 encuestados, de los cuales 11 fueron hombres y 15 mujeres.

Se aplicó encuesta y cuestionario estructurado.

Se aplicó estadística descriptiva.

RESULTADOS

Entre la muestra encuestada se encontró que la mayoría con el 84,6% tenía entre 18-21 años, seguidos por un 7,7% el cual su rango de edad están tanto los menores a 18 años y los que están entre 22-25 años.

Al preguntar a la muestra sobre la incidencia de síntomas relacionadas a algún trastorno mental, hemos obtenido cifras alarmantes que superan el 50% de la muestra que han experimentando síntomas relacionados con los trastornos mentales dentro de la universidad UNIANDES con una incidencia del 84,6%, mientras que el otro 15,4% de la muestra afortunadamente no ha presentado ningún síntoma relacionado con los trastornos mentales.

Se preguntó a la muestra el tipo de ayuda o apoyo que ha buscado para el manejo del trastorno mental, y se obtuvo que la mayoría de la muestra con un 73,1% no ha buscado ayuda, lo cual generó gran preocupación ya que los trastornos mentales deben ser tratados o al menos tener una fuente de apoyo para el estudiante. Mientras que la

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

minoría de la muestra con un 26,9% ha buscado ayuda en médico ocupacional y apoyo familiar o amigos.

Con una prevalencia del 84,6% el exceso en la carga académica ha sido su factor de deterioro para su salud mental. Un 38,5% de la muestra, su factor de deterioro han sido los problemas familiares. Con un 38,4% los problemas socioeconómicos y la ausencia del núcleo familiar han sido el factor de deterioro en la salud mental de los estudiantes.

DISCUSIÓN

Existen estudios similares a este en los cuales hablan de la salud mental como factor importante en el desempeño académico de los estudiantes en el área de la salud, en el más reciente según Micin y Bagladi indican incidencias consistentemente altas en poblaciones universitarias extranjeras con tasas significativas para trastornos adaptativos ligadas a ansiedad y depresión con antecedentes de conductas suicidas que acuden a un servicio de salud estudiantil; en comparación con el presente estudio que indica mayor incidencia de estudiantes universitarios con trastornos de ansiedad, estrés y depresión que no acuden a ningún tipo de apoyo o estrategia para minimizar el impacto de dichos trastornos en su salud tanto física como mental. ¹²

En el estudio presentado por Sánchez y Benítez, se concluye que las enfermedades mentales no tienen una mayor incidencia en los estudiantes en comparación con el resto de la población. Mientras que nuestro estudio destaca que los trastornos mentales son más frecuentes en estudiantes de ramas de ciencias de la salud y la importancia de contar con una red de apoyo familiar sólida y un sistema de apoyo institucional efectivo en la universidad. Así también como la importancia de la salud mental para el bienestar completo de los estudiantes y su conexión intrínseca con el bienestar general. Enfatizando que la salud mental va más allá de la ausencia de enfermedad y es influenciada por múltiples factores biológicos, económicos, sociales y ambientales.

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

Además, la capacidad de la salud mental para afrontar desafíos, relacionarse con los demás y disfrutar de una vida plena. ¹³

En el estudio presentado por Velastegui y Mayorga, se realiza un análisis descriptivo de los resultados de una evaluación sobre el estado de ánimo y la conducta de ansiedad y depresión. Se observa que la alegría es el estado de ánimo más predominante entre los participantes, mientras que la ira-hostilidad es la menos prevalente. Los estados de tristeza-depresión, ansiedad e ira-hostilidad se encuentran por debajo del punto de corte, lo que indica que no son ampliamente generalizados. Desde el punto de vista de nuestro estudio, este estudio proporciona información relevante sobre la distribución de los estados de ánimo y las conductas emocionales en la muestra analizada. Resultados unánimes que resaltan la importancia de abordar la salud mental en el contexto educativo y promover un entorno saludable para los estudiantes universitarios. ¹⁴

En el estudio presentado por Neponuceno, Macedo y Cerqueira nos presenta un análisis de resultados para los trastornos mentales comunes TMC en los estudiantes de medicina por el exceso de trabajo y las pocas horas de descanso que tienen muchos de ellos sumado a que un cuarto de estos no buscaba ayuda profesional estos escenarios demostraban un efecto nocivo en la vida de los estudiantes. Se asemeja con los resultados obtenidos por parte de nuestra investigación que señala el exceso de carga académica como un factor del deterioro mental en estudiantes siendo este en su mayoría la respuesta más frecuente como causa del deterioro de su salud mental y sumado a que más del 70% de estudiantes no han buscado ayuda profesional. ¹⁵

CONCLUSIONES

A partir de los datos estadísticos recopilados en la encuesta realizada a los 26 estudiantes de segundo semestre de medicina paralelo "F" UNIANDES se ha evidenciado que enfrentan desafíos y factores de riesgo que pueden afectar su salud mental, como la complejidad de los estudios, la adaptabilidad a un nuevo entorno y las

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

experiencias emocionales intensas debido a la separación de su zona de confort. Se espera que los resultados de esta investigación proporcionen herramientas importantes para el médico ocupacional, los docentes y las autoridades de UNIANDES, a fin de tomar decisiones informadas sobre el manejo y la prevención de la salud mental en los estudiantes de medicina.

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. Wiljer D, Shi J, Lo B, et al. Effects of a Mobile and Web App (Thought Spot) on Mental Health Help-Seeking Among College and University Students: Randomized Controlled Trial. *J Med Internet Res.* 2020;22(10):e20790. <https://doi.org/10.2196/20790>
2. Lattie EG, Adkins EC, Winquist N, Stiles-Shields C, Wafford QE, Graham AK. Digital Mental Health Interventions for Depression, Anxiety, and Enhancement of Psychological Well-Being Among College Students: Systematic Review. *J Med Internet Res.* 2019;21(7):e12869. <https://doi.org/10.2196/12869>
3. Herbert C. Enhancing Mental Health, Well-Being and Active Lifestyles of University Students by Means of Physical Activity and Exercise Research Programs. *Front Public Health.* 2022;10:849093. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.849093>

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

4. Harith S, Backhaus I, Mohbin N, Ngo HT, Khoo S. Effectiveness of digital mental health interventions for university students: an umbrella review. PeerJ. 2022;10:e13111. <https://doi.org/10.7717/peerj.13111>
5. Sheldon E, Simmonds-Buckley M, Bone C, et al. Prevalence and risk factors for mental health problems in university undergraduate students: A systematic review with meta-analysis. J Affect Disord. 2021;287:282-292. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.03.054>
6. Gardani M, Bradford DRR, Russell K, et al. A systematic review and meta-analysis of poor sleep, insomnia symptoms and stress in undergraduate students. Sleep Med Rev. 2022;61:101565. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101565>
7. Antonopoulou M, Mantzorou M, Serdari A, et al. Evaluating Mediterranean diet adherence in university student populations: Does this dietary pattern affect students' academic performance and mental health?. Int J Health Plann Manage. 2020;35(1):5-21. <https://doi.org/10.1002/hpm.2881>
8. Kang HK, Rhodes C, Rivers E, Thornton CP, Rodney T. Prevalence of Mental Health Disorders Among Undergraduate University Students in the United States: A Review. J Psychosoc Nurs Ment Health Serv. 2021;59(2):17-24. <https://doi.org/10.3928/02793695-20201104-03>
9. Reis AC, Saheb R, Moyo T, Smith C, Sperandei S. The Impact of Mental Health Literacy Training Programs on the Mental Health Literacy of University Students: a Systematic Review. Prev Sci. 2022;23(4):648-662. <https://doi.org/10.1007/s11121-021-01283-y>
10. Howard AL, Barker ET. Mental Health of Students Reporting Food Insecurity during the Transition to University. Can J Diet Pract Res. 2021;82(3):125-130. <https://doi.org/10.3148/cjdpr-2021-008>
11. Egan KP. Supporting Mental Health and Well-being Among Student-Athletes. Clin Sports Med. 2019;38(4):537-544. <https://doi.org/10.1016/j.csm.2019.05.003>
12. Micin S, Bagladi V. Salud Mental en Estudiantes Universitarios: Incidencia de Psicopatología y Antecedentes de Conducta Suicida en Población que Acude a un Servicio de Salud Estudiantil [Mental Health in University Students: Incidence

Frank Salvador Llerena-Pico; Wendy Madeline Martínez-Rea; Ronald Andrés Sani-Balseca; Iruma Alfonso-González

of Psychopathology and History of Suicidal Behavior in Population Attending a Student Health Service]. *Ter psicológica*. 2021; 29(1): 53–64.

13. Sánchez JI, Benítez EI. Estudio de la salud mental en estudiantes universitarios de la rama socio-sanitaria [Study of mental health in university students of the socio-health branch]. *Rev INFAD Psicología*. 2021;1(1):27-40.
14. Velastegui D, Mayorga M. Estados de ánimo, ansiedad y depresión en estudiantes de medicina durante la crisis sanitaria Covid-19 [Mood, anxiety and depression in medical students during the health crisis Covid-19]. *Rev Psicol Unemi*. 2021;5(9):10-20.
15. Neponuceno HDJ, Macedo BD, Cerqueira NMB. Trastornos mentales comunes en estudiantes de medicina [Common mental disorders in medical students]. *Rev Bioét*. 2019;27(3):465-469.