

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.3807>

Salud mental y emocional en estudiantes de la carrera de medicina

Mental and emotional health in medical students

Jerry Christopher Ortiz-Pérez

jerryop16@uniandes.edu.ec

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

<https://orcid.org/0009-0005-9791-3643>

Pablo Esteban Cazares-Muquinche

pablocm85@uniandes.edu.ec

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

<https://orcid.org/0009-0009-3467-5560>

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

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

RESUMEN

Objetivo: determinar la salud mental y sus factores asociados en los estudiantes universitarios de segundo semestre de medicina paralelo B de la Universidad Uniandes, Ambato – Ecuador. **Método:** Descriptiva observacional. **Resultados y conclusión:** Hay que cuidar la salud mental de los estudiantes, los cuales en gran parte presentan sobrecargos de trabajos, sintiéndose en ocasiones abrumación, así como depresión, llegando a estar desconectados de la realidad poniendo en riesgo su salud en general, pero en gran medida miran el lado positivo a los problemas. De los 24 estudiantes encuestados, 12 que representan la mayoría dijeron que se siente sobrecargados de estudios, en tanto que 11 indicaron que se siente tristes y abrumados, así como deprimidos, mientras que 12 indicaron que se sienten desconectados de la realidad y de los 24 indican que solo 8 de manera frecuente miran el lado positivo a los problemas, en el mismo grado en ocasiones.

Descriptores: Salud mental; crecimiento psicológico postraumático; competencia mental. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To determine mental health and its associated factors in second semester university students of medicine, parallel B, Universidad Uniandes, Ambato - Ecuador. **Method:** Descriptive observational. **Results and conclusion:** It is necessary to take care of the mental health of the students, most of whom are overloaded with work, sometimes feeling overwhelmed, as well as depressed, becoming disconnected from reality, putting their general health at risk, but to a great extent they look at the positive side of problems. Of the 24 students surveyed, 12 representing the majority said that they feel overloaded with studies, while 11 indicated that they feel sad and overwhelmed, as well as depressed, while 12 indicated that they feel disconnected from reality and of the 24 indicated that only 8 frequently look on the positive side of problems, to the same degree at times.

Descriptors: Mental health; posttraumatic growth, psychological; mental competency. (Source: DeCS).

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

INTRODUCCIÓN

Las personas que experimentan problemas de salud mental a menudo pueden sentirse aisladas, incomprendidas y estigmatizadas. Por eso es importante que se les brinde apoyo y recursos para buscar ayuda, existen diversas estrategias y tratamientos que pueden ayudar a mejorar la salud mental y emocional, incluyendo la terapia, la meditación, el ejercicio físico, la alimentación saludable y el cuidado personal, además, es importante que las personas aprendan a reconocer y manejar sus emociones de manera efectiva, lo que les permitirá desarrollar habilidades para la vida y mejorar su calidad de vida.^{1 2 3 4 5 6}

El desarrollo de las competencias en la educación obligatoria, concretamente las referidas al ámbito emocional, supone una oportunidad para integrar aquellos aprendizajes considerados imprescindibles. Se realizó un análisis descriptivo de los contenidos competenciales necesarios para desarrollar dichas competencias. Resultados: los resultados mostraron contenidos de carácter predominantemente informativo y preventivo, seguido de los de desarrollo personal, observándose menor presencia de aquellos relacionados con el entorno y el desarrollo social.^{7 8}

La ausencia de contenidos relacionados con habilidades para manejar el estrés, el asertividad y las estrategias de autocontrol, evidenciaron carencias para desarrollar competencias en salud mental y emocional. Destacó positivamente el enfoque de salud, más allá del exclusivamente biológico. La omisión de estos contenidos en los libros podría limitar al docente que utilice exclusivamente este recurso. Sería recomendable, por tanto, diseñar materiales complementarios que aborden dimensiones procedimentales y actitudinales para adquirir dichas competencias.^{9 10 11}

Se tiene por objetivo determinar la salud mental y sus factores asociados en los estudiantes universitarios de segundo semestre de medicina paralelo B de la Universidad Uniandes, Ambato – Ecuador.

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

MÉTODO

Descriptiva observacional.

La población fue de 24 estudiantes de segundo semestre de medicina paralelo B de la Universidad Uniandes.

RESULTADOS

Dado los resultados de la encuesta a los estudiantes del segundo semestre de medicina paralelo B de la Uniandes respecto al sexo tenemos una mayoría en el sexo femenino con 66.7% y la minoría en la población masculina con un 33.3%.

El 50% de los estudiantes se sienten frecuentemente afectados debido a la sobrecarga estudiantil presentada en la universidad, el 41.7% manifestó que siempre siente esta sobrecarga estudiantil debido a la universidad y el 8.3% nos dio a conocer que solo lo sienten en algunas ocasiones.

El 45.8% de los estudiantes siente que en varias ocasiones se sienten ansiosos en la universidad, el 25% manifestó que sienten ansiedad con bastante frecuencia mientras el 29.2% lo sienten de manera permanente.

El 41.7% dio una respuesta de que varias han sido las veces que sienten momentos de tristeza y depresión en el ámbito académico dentro de la universidad el 20.8% dio una respuesta tanto de frecuencia como de ausencia de depresión dentro de la institución y el 16.7% supo responder que ha sido constante su depresión y tristeza dentro de la institución académica.

El 50% de la población estudiantil dio una respuesta de que varias han sido las veces que no se sienten conectado con el resto de la sociedad tanto fuera y dentro del curso asignado el 20.8% a sentido esta desconexión social frecuentemente el 16.7% no lo ha sentido nunca mientras que el 12.5% lo ha sentido de manera constante.

El 33.3% supo responder que varias han sido las ocasiones en las que ha podido ver el lado positivo ante sus problemas y bajas emocionales de igual manera con un 33.3% los estudiantes nos dieron a notar que con frecuencia han logrado ver el lado positivo

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

ante tales bajas, el 20.8% siempre a tenido la constancia de ver esa positividad ante las adversidades presentadas y el 12.5% nunca suelen ver el lado positivo ante tales bajas emocionales.

DISCUSIÓN

Las variables sociodemográficas de los estudiantes de un instituto superior tecnológico, están en una edad 17 y 20 años de edad, coincidiendo con la edad investigada del segundo semestre, donde el género es femenino en gran cantidad, en su mayor parte son solteros, los cuales necesitan de un reconstituyente, porque en gran porcentaje sufren de agotamiento, sensación de enfermedad, cefalea, sensación de opresión, los cuales presentan calor o escalofríos, en otros caso sufren de insomnios, generando un dificultad extrema para mantener el sueño, produciendo agobio, tensión, mal humor en unos y entre otros hasta pánico.¹²

El sentimiento predominante, en los estudiantes es de miedo y a su vez de tristeza con un alto porcentaje de hasta el 36.6% cada opción, mientras que en la pregunta donde el sentimiento predominante, al tener que estudiar desde casa era de tristeza porque no podrían socializar entre estudiantes compañeros, así como de enojo¹³ en su mayor parte están sobrecargados, sintiendo abrumación, depresión, al punto de estar desconectados de la realidad y un poco trata de ver lo positivo del problema generado.

14 15

CONCLUSIONES

Hay que cuidar la salud mental de los estudiantes de segundo semestre de medicina paralelo B de la Universidad Uniandes, los cuales en gran parte presentan sobrecargos de trabajos, sintiéndose en ocasiones abrumación, así como depresión, llegando a estar desconectados de la realidad poniendo en riesgo su salud en general, pero en gran medida miran el lado positivo a los problemas. De los 24 estudiantes encuestados, 12 que representan la mayoría dijeron que se siente sobrecargados de estudios, en

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

tanto que 11 indicaron que se siente tristes y abrumados, así como deprimidos, mientras que 12 indicaron que se sienten desconectados de la realidad y de los 24 indican que solo 8 de manera frecuente miran el lado positivo a los problemas, en el mismo grado en ocasiones.

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. Thun-Hohenstein L, Höbinger-Ablasser C, Geyerhofer S, Lampert K, Schreuer M, Fritz C. Burnout in medical students. Burnout bei Medizinstudent*innen. Neuropsychiatr. 2021;35(1):17-27.
<https://doi.org/10.1007/s40211-020-00359-5>
2. Burnatowska E, Surma S, Olszanecka-Glinianowicz M. Relationship between Mental Health and Emotional Eating during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. Nutrients. 2022;14(19):3989.
<https://doi.org/10.3390/nu14193989>
3. Fukushima K, Fukushima N, Sato H, Yokota J, Uchida K. Association between nutritional level, menstrual-related symptoms, and mental health in female medical students. PLoS One. 2020;15(7):e0235909.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235909>

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

4. McKerrow I, Carney PA, Caretta-Weyer H, Furnari M, Miller Juve A. Trends in medical students' stress, physical, and emotional health throughout training. *Med Educ* Online. 2020;25(1):1709278. <https://doi.org/10.1080/10872981.2019.1709278>
5. Pérez T, Pardo MC, Cabellos Y, et al. Mental health and drug use in college students: Should we take action?. *J Affect Disord*. 2023;338:32-40. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.05.080>
6. Wilkes C, Lewis T, Brager N, et al. Wellbeing and mental health amongst medical students in Canada. *Int Rev Psychiatry*. 2019;31(7-8):584-587. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1675927>
7. Quek TT, Tam WW, Tran BX, et al. The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(15):2735. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152735>
8. Cheng J, Liao M, He Z, et al. Mental health and cognitive function among medical students after the COVID-19 pandemic in China. *Front Public Health*. 2023;11:1233975. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1233975>
9. Jestin M, Sharma S, Jhaveri D, et al. Mental health differences in medical students based on curriculum and gender. *BMC Med Educ*. 2023;23(1):971. <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04946-2>
10. Schad A, Layton RL, Ragland D, Cook JG. Mental health in medical and biomedical doctoral students during the 2020 COVID-19 pandemic and racial protests. *Elife*. 2022;11:e69960. <https://doi.org/10.7554/eLife.69960>
11. Masri R, Kadhum M, Farrell SM, Khamees A, Al-Taiar H, Molodynski A. Wellbeing and mental health amongst medical students in Jordan: a descriptive study. *Int Rev Psychiatry*. 2019;31(7-8):619-625. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1670402>
12. Arévalo S, Vega V. Comparacion de la salud mental de estudiantes de un instituto superior tecnologico durante la covid-19 [Comparison of the mental health of students of a technological high school during covid-19] *RP UNEMI*. 2022;6(10):96–111.

Jerry Christopher Ortiz-Pérez; Pablo Esteban Cazares-Muquinche; Iruma Alfonso-González

13. Colonnello V, Leonardi G, Farinelli M, Russo PM. The relationship of psychological health and primary emotional traits in medical students. *Med Teach*. 2023;45(7):717-723. <https://doi.org/10.1080/0142159X.2022.2152662>
14. Lee J, Solomon M, Stead T, Kwon B, Ganti L. Impact of COVID-19 on the mental health of US college students. *BMC Psychol*. 2021;9(1):95. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00598-3>
15. March-Amengual JM, Cambra Badii I, Casas-Baroy JC, et al. Psychological Distress, Burnout, and Academic Performance in First Year College Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(6):3356. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063356>

©2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).