

TESIS
ANSIEDAD Y SU RELACION CON LA INSIDENCIA DE GASTRITIS
EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

PRESENTA:
JOSÉ MANUEL LÓPEZ CRUZ

ASESOR
LIC. MARIA VERONICA ROMAN CAMPOS

COMITAN DE DOMIGUEZ, CHIAPAS, MEXICO

Introducción

En el siguiente trabajo se hablará acerca de la gastritis y la ansiedad en Latinoamérica, en donde daré a conocer de qué manera se empieza a desarrollar estas enfermedades, también hablaremos sobre su desarrollo, su evolución, las características, las causas y lo más importantes como es que podemos evitarlo.

Hoy en día dentro de la sociedad se caracteriza problemas de salud como la gastritis y la ansiedad que es más común en adolescentes y jóvenes ya que cada día ocurre muy constantemente el desarrollo de dichas enfermedades.

En los últimos años, se ha podido observar que la gastritis y ansiedad día a día está incrementando grandes enfermedades con el trastorno, el sistema digestivo y la salud mental en diversas regiones del mundo, y Latinoamérica no es la excepción.

La gastritis y la ansiedad son dos factores de grandes riesgos que, a pesar de afectar diferentes sistemas del cuerpo, tienen un notable vínculo en su aparición y desarrollo.

Es decir; En Latinoamérica, este fenómeno es sumamente preocupante debido a una serie de factores sociales, económicos y culturales que incrementan el riesgo de padecer ambas afecciones. Para comprender mejor este tema, es necesario analizar detalladamente los factores de riesgo que prevalecen en la región, ponerle la importancia que se debe a estos temas.

Factores de riesgo

- **Alimentación y hábitos de vida:**

Uno de los principales factores que influyen en el desarrollo de la gastritis es la mala alimentación, es decir; En muchos países latinoamericanos, la alimentación no lo llevan como debe de ser, por ejemplo, las dietas tienden a ser altas en grasas, especias y alimentos procesados, lo que aumenta el riesgo de irritación del revestimiento gástrico.

- El consumir exagerado el café y bebidas alcohólicas, tener el mal hábito de fumar, son otros factores que incrementan el riesgo de padecer gastritis. Estos mismos hábitos no solo afectan el sistema digestivo, sino que también pueden desencadenar o agravar la ansiedad, ya que el consumo de estimulantes y sustancias adictivas puede alterar el equilibrio emocional y agravar el estrés.

En áreas urbanas de Latinoamérica, en donde no tienen buena disciplina en su salud, es decir; logran tener la falta de actividad física lo cual contribuye tanto al desarrollo de problemas digestivos como al empeoramiento de trastornos mentales como la ansiedad.

El sedentarismo no solo afecta la salud física, sino que también interfiere con la liberación de endorfinas y otros neurotransmisores que ayudan a regular el estado de ánimo.

Estrés y condiciones laborales:

El estrés es otro factor que lleva a desarrollar dichas enfermedades como la gastritis y la ansiedad.

En muchas regiones de Latinoamérica, las condiciones laborales pueden ser extremadamente demandantes, con largas horas de trabajo, salarios bajos y poca seguridad laboral. Este ambiente de alta presión y estrés crónico incrementa la producción de ácido en el estómago, lo que puede llevar a la gastritis, y a su vez, el estrés emocional puede derivar en ansiedad. Además, el miedo a perder el empleo o las dificultades económicas agudizan esta situación, creando un círculo vicioso donde el estrés alimenta la ansiedad, y esta, a su vez, empeora los síntomas físicos.

Acceso limitado a servicios de salud:

En muchos países de la región, el acceso a servicios de salud adecuados es limitado.

Es decir; Los sistemas de salud pública suelen estar sobrecargados, lo que implica largas esperas para recibir una buena atención, y muchos individuos no tienen acceso a seguros médicos privados. Esta falta de atención oportuna significa que tanto la gastritis como la ansiedad pueden pasar desapercibidos o no ser tratados correctamente, lo que agrava los síntomas y complica el tratamiento a largo plazo. La automedicación es una práctica común, y muchas personas recurren a antiácidos o tranquilizantes sin la supervisión de un profesional, lo que puede desarrollar los síntomas sin abordar las causas subyacentes.

Aspectos culturales y sociales:

Los aspectos culturales también juegan un papel importante en la relación entre la gastritis y la ansiedad. En muchos contextos latinoamericanos, hablar sobre problemas de salud mental sigue siendo un tema sin importancia, lo que lleva a muchas personas a ignorar o minimizar los síntomas de ansiedad. Esta falta de atención a la salud mental puede agravar los síntomas físicos de trastornos como la gastritis, ya que la ansiedad no tratada puede manifestarse en el cuerpo, afectando el sistema digestivo y otros órganos.

Uno de los temas más importantes, son los eventos traumáticos o situaciones de violencia que viven algunas comunidades, sumados a las preocupaciones económicas y sociales, crean un ambiente propenso para el desarrollo de estos trastornos.

El estrés postraumático y las preocupaciones diarias contribuyen a un estado constante de tensión, lo que afecta tanto la mente como el cuerpo.

Por lo tanto, la pobreza y la violencia en algunas zonas de Latinoamérica contribuyen al desarrollo de trastornos psicológicos como la ansiedad

Objetivos Generales

- Encontrar las causas de ansiedad en los estudiantes de medicina y cuántos de ellos padecen de problemas gastrointestinales (gastritis)

Específicos

- Saber el porcentaje de alumnos que padecen gastritis.
- Identificar la relación de gastritis y ansiedad.
- Identificar factores que influyen en padecer alguna de estas dos enfermedades.

Planteamiento del problema

El problema de la gastritis y la ansiedad en Latinoamérica es multifacético, reflejando tanto factores de salud física como mental.

La gastritis, es una inflamación del revestimiento del estómago, se empieza a desarrollar esta enfermedad debido a malos hábitos alimenticios, el consumo elevado de alimentos irritantes como el café, el alcohol y las comidas picantes, además de infecciones bacterianas como la causada por el *Helicobacter pylori*. Sin embargo, un factor que contribuye cada vez más a la prevalencia de la gastritis es la ansiedad, una condición de salud mental que afecta a millones de personas en Latinoamérica.

La región está marcada por tensiones sociales, económicas y políticas que, junto con las crecientes demandas laborales y familiares, generan altos niveles de estrés. Este estrés prolongado puede desencadenar o agravar síntomas de ansiedad, los cuales, a su vez, afectan el sistema digestivo, provocando problemas gástricos como la gastritis. Así, el ciclo entre la ansiedad y los problemas estomacales se retroalimenta, creando una doble carga de enfermedad en las personas.

Por lo tanto, la gastritis y la ansiedad en Latinoamérica es un gran desafío complejo, que combina factores económicos, sociales y de salud pública, lo cual demanda una estrategia integral de prevención y tratamiento que aborde tanto el bienestar físico como el mental.

Planteamiento A Nivel Mundial

El problema de la gastritis y la ansiedad en Latinoamérica tiene implicaciones a nivel mundial debido a la creciente globalización y los flujos migratorios, así como al impacto que las condiciones de salud en la región pueden tener en la economía global. La gastritis, junto con la ansiedad, no solo afecta a los individuos a nivel local, sino que también representa un desafío en términos de costos de salud pública y productividad laboral que pueden repercutir internacionalmente.

La migración de millones de latinoamericanos a diferentes partes del mundo, en busca de mejores oportunidades, a menudo se ve acompañada de un aumento en los niveles de ansiedad debido al estrés de adaptación y las dificultades económicas. Esto puede agravar los problemas de salud, como la gastritis, entre las poblaciones migrantes, lo que supone un reto para los sistemas de salud de los países receptores. Por otro lado, las empresas multinacionales que operan en Latinoamérica también experimentan el impacto de estas condiciones de salud, ya que los empleados afectados por la gastritis y la ansiedad tienden a tener menores niveles de rendimiento y mayor ausentismo.

Además, el estrés relacionado con la inestabilidad económica y política en varios países de la región puede influir en la salud mental y física de millones de personas, lo que refuerza la necesidad de soluciones globales y cooperación internacional para mejorar el bienestar en la región.

Aunque el problema de la gastritis y la ansiedad afecta directamente a Latinoamérica, su alcance trasciende fronteras, creando un desafío de salud pública con consecuencias globales que requieren una atención internacional coordinada.

Planteamiento A Nivel de tu Continente

En el contexto de América, el problema de la gastritis y la ansiedad en Latinoamérica afecta de manera significativa no solo a la región, sino también al continente en general. La conexión entre la salud mental y los trastornos digestivos se agrava en Latinoamérica debido a las dificultades económicas, la inseguridad alimentaria y el estrés social, lo que genera un aumento en casos de ansiedad que terminan afectando la salud física, como la gastritis.

A nivel continental, esta problemática tiene implicaciones tanto en los sistemas de salud como en la economía. En muchos países latinoamericanos, los recursos para tratar adecuadamente la ansiedad y sus consecuencias físicas, como la gastritis, son limitados. Esto resulta en una carga creciente para los sistemas de salud, que deben lidiar con enfermedades crónicas mal tratadas o no diagnosticadas a tiempo.

En países vecinos de Norteamérica y el Caribe, donde muchas personas migran en busca de mejores condiciones, este problema se traslada y contribuye a aumentar la demanda de atención médica, creando tensiones adicionales en estos sistemas. Además, la interdependencia económica y comercial entre los países del continente también se ve afectada.

La productividad en sectores clave puede verse disminuida por el impacto de estos problemas de salud en la fuerza laboral, lo que genera una repercusión en el desarrollo económico de la región. La ansiedad relacionada con el estrés laboral y las malas condiciones de vida no solo aumenta los casos de gastritis, sino que afecta la estabilidad general de las comunidades.

Es decir; en mi país, el problema de la gastritis y la ansiedad refleja la intersección de problemas de salud mental y física en un contexto de tensiones sociales y económicas, lo que exige soluciones integrales que aborden tanto las causas subyacentes como los síntomas de estas condiciones.

Planteamiento A Nivel de tu País

En mi país, el problema de la gastritis y la ansiedad, que afecta a gran parte de Latinoamérica, se refleja en el aumento de casos de ambas condiciones debido a factores socioeconómicos y culturales. La gastritis, comúnmente provocada por malos hábitos alimenticios, estrés crónico y la falta de acceso a una atención médica adecuada, se ha convertido en un trastorno frecuente en nuestra población. A esto se suma la creciente incidencia de trastornos de ansiedad, que están directamente relacionados con las tensiones económicas, la inseguridad y las presiones laborales y familiares que muchas personas enfrentan diariamente.

El vínculo entre la gastritis y la ansiedad es particularmente problemático, ya que la ansiedad no solo afecta la salud mental, sino que también puede exacerbar síntomas físicos como los trastornos digestivos. En un país donde el acceso a tratamientos psicológicos y de salud mental sigue siendo limitado, muchos ciudadanos no reciben el apoyo necesario para gestionar sus niveles de ansiedad, lo que deriva en complicaciones físicas como la gastritis. Además, los tratamientos para la gastritis a menudo se centran en aliviar los síntomas sin abordar la raíz del problema, que a menudo es el estrés o la ansiedad crónica.

Este problema no solo impacta la salud de los individuos, sino también el sistema de salud pública, que enfrenta una creciente demanda para atender estas condiciones. La combinación de la gastritis y la ansiedad reduce la productividad laboral, afecta la calidad de vida y, en última instancia, impone una carga económica significativa para las familias y el estado.

Planteamiento a Nivel de tu Región

Desde la perspectiva de la religión en Latinoamérica, el problema de la gastritis y la ansiedad puede verse influenciado por creencias y prácticas culturales que afectan la salud y el bienestar emocional de las personas. En muchas tradiciones religiosas de la región, la fe juega un papel crucial en la forma en que se perciben y manejan las enfermedades. La ansiedad, a menudo relacionada con el estrés y las preocupaciones diarias, puede ser interpretada en el contexto religioso como una prueba o un desafío que debe ser superado a través de la oración, la meditación y la búsqueda de apoyo espiritual.

Sin embargo, esta visión puede llevar a que algunas personas desestimen la necesidad de atención médica profesional, creyendo que su fe es suficiente para resolver problemas de salud, como la gastritis. La combinación de creencias religiosas y el estigma en torno a los problemas de salud mental puede dificultar que los individuos busquen la ayuda necesaria para enfrentar tanto la ansiedad como las complicaciones físicas que de ella derivan.

Además, en comunidades donde la religión tiene un papel central, los vínculos sociales y familiares pueden ser fuertes, lo que ofrece una red de apoyo, pero también puede crear presión para mantener ciertas apariencias y comportamientos. Esto puede llevar a que las personas oculten sus luchas con la ansiedad y los problemas digestivos, evitando buscar ayuda y tratamiento adecuado.

Por lo tanto, el problema de la gastritis y la ansiedad en el contexto religioso de Latinoamérica es complejo y multifacético. Es crucial reconocer cómo las creencias y prácticas religiosas pueden influir en la percepción y manejo de estas condiciones, promoviendo un enfoque que integre la atención médica con el apoyo espiritual y comunitario. Esto permitirá a las personas abordar de manera más efectiva tanto su salud física como mental, y contribuir a un bienestar más holístico.

Justificación

La dispepsia puede afectar hasta al 40% de la población en algún momento de su vida. Además, es un motivo de consulta muy frecuente en atención primaria y atención especializada. Llega a ser el 8% de los motivos de visita en la consulta de atención primaria.

varios autores no consideran correcto llamar gastritis aguda a las lesiones erosivas o hemorrágicas o ambas inclusive que se producen por el uso de antiinflamatorios no esteroideos, alcohol, estrés, sino denominarlas gastropatías, ya que no se encuentran signos histológicos de inflamación significativos, ni en los márgenes de la erosión ni en las zonas adyacente.

- En primer lugar, ambos trastornos son comunes en la región y están interrelacionados, lo que agrava los síntomas y complica los tratamientos.
- El estrés y la ansiedad asociados a las condiciones socioeconómicas, como la pobreza, la inestabilidad laboral y la inseguridad, son factores que afectan a gran parte de la población y agravan los casos de gastritis.

Desde una perspectiva de salud pública, la coexistencia de gastritis y ansiedad incrementa la demanda de servicios médicos, generando costos adicionales en tratamientos y hospitalizaciones. Si no se aborda de manera oportuna, puede provocar complicaciones más graves como úlceras gástricas, problemas digestivos crónicos e incluso trastornos de salud mental de mayor complejidad, lo que puede deteriorar aún más el bienestar general de la población.

Además, este problema tiene implicaciones laborales, ya que las personas afectadas tienden a sufrir de fatiga, malestar físico y emocional, lo que reduce su productividad. Por tanto, intervenir en la

prevención y tratamiento de estas enfermedades no solo mejoraría la salud individual, sino que también contribuiría a una mayor estabilidad económica y social.

Por lo tanto, es importante ponerle importancia a estos temas por qué día a día se va desarrollando más estas enfermedades, el tratarlo a tiempo nos podemos evitar muchas complicaciones más adelante , ya que el tratar de manera integral el vínculo entre la gastritis y la ansiedad en Latinoamérica para mitigar sus efectos adversos, reducir los costos para los sistemas de salud y mejorar la calidad de vida de millones de personas.

Referencias

Alemán, G. (2005). Factores psicosociales en pacientes con gastritis crónica y úlcera péptica. *Revista de Salud Mental*, 28(4), 233-239.
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72711415.pdf>

Mayo Clinic. (s.f.). Gastritis: Síntomas y causas.
<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/gastritis/symptoms-causes/syc-20355807>

MSD Manual. (s.f.). Gastritis.
<https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornosgastrointestinales/gastritis-y-úlceragastroduodenal/gastritis?ruleredirectid=750>

MedlinePlus. (s.f.). Gastritis.
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001150.htm#:~:text=Las%20causas%20más%20comunes%20de,una%20bacteria%20llamada%20Helicobacter%20pylori>

San Pablo. (s.f.). Síntomas de la gastritis nerviosa.
<https://www.sanpablo.com.pe/sintomas-de-gastritis/#:~:text=La%20gastritis%20nerviosa%20o%20emotiva,afectar%20a%20tu%20estado%20mental>

Torres, C. (2011). Gastritis y dispepsia funcional: Diagnóstico clínico y endoscópico. *Revista de Gastroenterología del Perú*, 31(1), 38-45.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1022-51292011000100008#:~:text=Gastritis%20es%20una%20enfermedad%20inflamatoria,y%20que%20requiere%20confirmación%20histológica

World Health Organization. (s.f.). Trastornos de ansiedad.
<https://www.who.int>