

Universidad Del Sureste

SALUD MENTAL: LOS NIVELES DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN
ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE EN LA CARRERA DE
MEDICINA HUMANA

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

VII SEMESTRE

GRUPO "B"

ALUMNA:

Nicole Yuliveth García Guzmán

PROFESORA:

Maria Veronica Roman Campos

Comitán de Domínguez Chiapas 15 de septiembre de 2024

INDÍCE

INTRODUCCIÓN.....	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
OBJETIVOS.....	10
OBJETIVO GENERAL.....	10
OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	10
JUSTIFICACIÓN	11
Pregunta de investigación	12
Hipótesis	13

INTRODUCCIÓN

La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS, 2013). En los últimos años el tema de salud mental ha cobrado una importante relevancia en torno a diversas áreas, puesto que hoy en día resulta fundamental encontrarse en un buen estado emocional debido a que en ocasiones el desarrollar ciertas emociones negativas como es el caso del enojo, ansiedad, tristeza, miedo, entre otras, pueden llegar a desencadenar problemas en el estado de salud e incluso en la manera en que se relaciona/interactúa con los demás, ya que cada una de ellas puede conllevar a desarrollar un trastorno como es el caso de la tristeza, la cual podría condicionar a desencadenar un estado de depresión en el cual se verá afectada gran parte de su vida diaria incluyendo sus actividades. Por lo que es indispensable comprender La depresión se presenta como un conjunto de síntomas de predominio afectivo (tristeza patológica, apatía, desesperanza, decaimiento, irritabilidad, sensación subjetiva de malestar e impotencia frente a las exigencias de la vida) aunque, en mayor o menor grado, también están presentes síntomas de tipo cognitivo, volitivo y somático, por lo que podría hablarse de una afectación global psíquica y física, haciendo especial énfasis en la esfera afectiva (National Collaborating Centre for Mental Health, 2010).

Enfocándonos en ese punto es importante recordar que el entrar a la universidad puede resultar como un factor a desarrollar cierta tendencia a experimentar un cambio de ánimo, ya que es considerado como una experiencia nueva en la cual se debe adaptar de acuerdo a las demandas o necesidades que requiera y exija la carrera a cursar, como es el caso de estudiantes en el área de la salud, puesto que resulta interesante el reconocer que la mayoría de estudiantes de dicha área cuenta con un índice más alto de problemas de salud mental, en especial en la carrera de medicina humana puesto que se ha demostrado que en diversos semestres los niveles de ansiedad son altos, ya que resulta interesante el reconocer que en el transcurso de la vida universitaria se puede llegar a experimentar la ansiedad, siendo vista como un estado o condición emocional transitoria, la cual esta

caracteriza por un sentimiento de tensión, aprensión difusa, un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo y desagradable, acompañado de síntomas como taquicardia e inquietud en su mayoría de cierta forma se encuentra relacionado con posibilidad de éxito o fracaso a lo largo de la carrera, lo cual nos indica que gran parte de los estudiantes llegaran sentir dicha sensación, es por ello que se debe de identificar cada uno de los factores de riesgo que conllevan a su desarrollo, con el fin de trata de disminuir los niveles de depresión y ansiedad en los estudiantes, se podría decir que es normal llegar a sentir alguno de estos “problemas” en algún punto de la carrera, puesto que cada caso se individualiza y se toma en cuenta que no todos afrontan los problemas o situaciones de la misma manera, por lo que no para todos será la misma experiencia, ya sea abarcada desde un punto vista bueno o malo. A su vez cada uno de los estudiantes puede manifestar diversos signos o síntomas relacionados a dichas emociones, aunque no en todos los casos ellos serán capaces de identificarlos, debido a que en ocasiones no se brinda la información concreta y certera en relación a la salud mental.

**SALUD MENTAL: NIVELES DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN
ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE EN LA
CARRERA DE MEDICINA HUMANA**

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En los últimos años, la salud mental ha cobrado una gran importancia en diversos ámbitos de la vida, puesto que hoy en día resulta importante el encontrarse en un buen estado mental, ya que aumentan el riesgo de adquirir otras enfermedades, enfocándonos en la depresión esta continúa ocupando la principal posición entre los trastornos mentales, y es dos veces más frecuentes en mujeres que hombres. Entre el 10 y 15% de las mujeres en países industrializados y entre el 20 y 40% de las mujeres en países en desarrollo, sufren de depresión durante el embarazo o el puerperio.

Se considera que investigar sobre la ansiedad, depresión y estrés es de suma importancia, debido a que estudios realizados en países asiáticos solamente sobre la ansiedad reportaron una prevalencia superior al 20% con diferencias de ocupación y género, siendo la población estudiantil la más afectada teniendo entre las principales consecuencias el impacto psicológico crítico que genera incertidumbre y se relaciona con la disminución de habilidades interpersonales

La Organización Mundial de la Salud (OMS) publica en su examen más completo sobre la salud mental menciona que existen factores de vulnerabilidad que hacen que algunos individuos vivan un mayor estrés. Como es el caso de los estudiantes de educación superior, en 2019 casi mil millones de personas entre ellas un 14% de los adolescentes de todo el mundo estaban afectadas por un trastorno mental. Los suicidios representaban más de una de cada 100 muertes y el 58% de ellos ocurrían antes de los 50 años de edad, los trastornos mentales son considerados como la principal causa de discapacidad y son responsables de uno de cada seis años vividos con discapacidad. Las personas con trastornos mentales graves mueren de media de 10 a 20 años antes que la población general, la mayoría de las veces por enfermedades físicas prevenibles, tomando en cuenta ciertos factores como desigualdades sociales y económicas, las emergencias de salud pública, las guerras y las crisis climáticas se encuentran entre las amenazas estructurales para la salud mental presentes en todo el mundo. La depresión y la ansiedad aumentaron más de un 24% en el primer año de la pandemia solamente.

Como se ha estudiado, se entiende por salud mental al fenómeno complejo determinado por múltiples factores sociales, ambientales, biológicos y psicológicos, e incluye padecimientos como la depresión, ansiedad, epilepsia, demencias, esquizofrenia y trastornos del desarrollo en la infancia, algunos de los cuales se han agravado en los últimos tiempos. Dentro de los trastornos comúnmente denominados depresivos incluyen un conjunto de entidades clínicas relacionadas con problemas de mayor o menor intensidad y duración, tales como el episodio de depresión mayor (edm) y la distimia (D) que, de acuerdo con el dsm-5, son trastornos del estado de ánimo, por lo que corresponde el director general de la OMS Doctor Tedros Adhanom Ghebreyesus señaló “todos conocemos a alguien afectado por trastornos mentales. La buena salud mental se traduce en buena salud física y este nuevo informe presenta argumentos convincentes para el cambio. Los vínculos indisolubles entre la salud pública y mental, por lo que la salud mental es una inversión en una vida y un futuro mejor para todos”

Alrededor de mas del 22% de los latinoamericanos sufren de dolencias mentales como la depresión y ansiedad severa, desde otro punto de vista se dice que la sociedad latinoamericana aparentemente se ve alegre, sonriente y trabajadora, incluso en tiempos difíciles.

La depresión es el trastorno mental mas común a nivel mundial, en América latina el 5% de la población adulta padece de ella, pero la mayoría no busca ayuda o informarse acerca de ella, en el peor de los casos, la depresión puede conducir al suicidio, estas enfermedades impactan el día a día de las personas, desde su trabajo, hasta cualquier actividad cognitiva, estudiar, actividades familiares, sociales (Dr. Jose miguel Uribe).

Los trastornos mentales son uno de las principales causas de perdida de productividad a nivel nacional (al menos en el caso particular de Colombia) y a nivel mundial, por lo que se opta por implementar la difusión de la problemática para tratar de disminuir si tasa de afectación en trabajadores y/o estudiantes, debido a que dicha perdida de productividad genera que no cumplan con sus actividades diarias e incluso pueden llegar a impedir su realización trayendo consigo aspectos negativos en la vida de los demás.

Diversos estudios reportan una mayor prevalencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de las áreas de la salud. Por lo que es importante determinar la prevalencia de depresión y ansiedad en estudiantes de primer ingreso a la licenciatura de Medicina.

Como sabemos la depresión representa un importante problema de salud pública, en el mundo es la cuarta causa de discapacidad en cuanto a la pérdida de años de vida saludables; se estima que globalmente afecta a 350 millones de personas, con prevalencias entre 3.3 y 21.4%. Los resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica (enep) señalaron que 9.2% de los mexicanos sufrió un trastorno afectivo en algún momento de su vida y 4.8% doce meses previos al estudio, por lo regular ocurre con mayor frecuencia entre mujeres (10.4%) que entre hombres (5.4%). Los análisis recientes, realizados en México, muestran que la depresión produce mayor discapacidad que otras condiciones crónicas como la diabetes, los trastornos respiratorios, las enfermedades cardíacas o la artritis; por ejemplo, las personas con depresión pierden hasta 2.7 más días de trabajo que aquellas con otro tipo de enfermedades crónicas. Es la principal causa de pérdida de años de vida ajustados por discapacidad para las mujeres y la novena para los hombres.

La edad de inicio de la mayoría de los trastornos psiquiátricos se ubica en las primeras décadas de la vida, por lo que alrededor de 50% de los adultos que han sufrido un trastorno mental lo empezaron a padecer antes de cumplir 21 años; cuando los trastornos depresivos se presentan antes de los 18 años el curso de la enfermedad es más crónico y de mayor duración.

La salud mental se ha convertido en un tema de preocupación creciente en Chiapas, especialmente durante la pandemia de COVID-19, que ha exacerbado las condiciones de ansiedad y depresión en la población. Según datos de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que, hasta el año en curso, el 3.8% de la población de Chiapas experimenta depresión, con un 5% en adultos (4% en hombres y 6% en mujeres) y un alarmante 5.7% en adultos mayores de 60 años. Por lo general el tema de salud mental cobro relevancia durante el primer año de la pandemia de COVID-19, la prevalencia mundial de ansiedad y depresión aumento en un 25%, como lo indica informe científico publicado por la OMS. La preocupación por el apoyo psicosocial en sus planes de respuesta a COVID-19 y post COVID-19, (Dr.Tedros Adhanom Ghebreyesus). En el contexto de Chiapas, la situación es preocupante, según el ultimo reporte de 2021, se estimo una prevalencia de depresión del 25.5% y de ansiedad del 20.5% en personas de 18 años, en particular la población adolescente mexicana, la prevalencia de síntomas depresivos alcanzo el 7.8%, cifra que podría ser aun mayor si se incluyen los caso de abuso de sustancias y la ideación suicida, en cuestión a Chiapas en el mismo año se obtuvieron datos en donde el 20.6% de los jóvenes presento síntomas depresivos y un 31% experimentó ansiedad, siendo mas frecuentes estos problemas en mujeres que en hombres.

Ante esta situación la unidad de atención a la salud mental “San Agustín” en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, ha tenido una alta demanda de pacientes, en promedio atiende a 10,000 personas anualmente, quienes llegan por diversas razones, como comportamientos antisociales, problemas conductuales y sugerencias de atención psicológica o psiquiátrica recibidas a través de rede sociales o vecinos preocupados. Además, reciben pacientes remitidos por instituciones como el sistema para el desarrollo integral de la familia (DIF), centros estatales de reinserción social, así como mujeres o menos víctimas de violencia. Según el director de la unidad, Hugo Enríquez Sánchez se atienden diversas enfermedades mentales, siendo las mas recurrentes a la esquizofrenia, los trastornos de ansiedad y la depresión, no obstante, también se presentan casos de trastorno obsesivo compulsivo, problemas de ansiedad debido a situaciones como la violencia intrafamiliar, el tratamiento es principalmente farmacológico, aunque en algunos casos se recalca la importancia de un buen seguimiento psicológico, ya que este es necesario para prevenir recaídas.

Otro punto importante son las creencias culturales, puesto que en Chiapas se observa un pensamiento místico en relación con la salud mental, ya que la familia lleva a los pacientes a recibir atención médica si notan comportamientos extraños, como hablar solos, caminar durante horas o argumentar que están poseídos por un demonio, es interesante que al tener esa ideología algunos pacientes han buscado “limpias” sin éxito antes de llegar a la atención profesional.

En la década pasada el común de la gente tenía la idea irracional que consultar con un psicólogo y asistir a una psicoterapia significaba estar “loco” o que la persona que lo hacía era un “enfermo mental”, por lo que en ocasiones muchos no toman en cuenta la importancia de acudir con ellos, por lo regular hay temor a demostrar nuestras incapacidad o limitaciones, nos resistimos a que otros conozcan “nuestros secretos” o por la resistencia al cambio y las defensas que utilizamos al adaptarnos a situaciones nuevas o diferentes o por temor e ignorancia de la labor que cumplen estos profesionales.

Los avances de la ciencia y de la tecnología, además de los estudios que se han realizado demuestran un conocimiento cada día más profundo del ser humano y de sus manifestaciones, ya que no solo se enfoca o abarca el estado físico, sino también involucra la esfera psicológica (emocional, cognitiva, espiritual), de la persona y es necesario prevenir y solucionar las problemáticas fundamentales que afectan dicha esfera de la salud del ser humano para la mejora en su funcionamiento biopsicosocial, por lo que en la actualidad el DIF Comitán se ha comprometido a brindar atención de calidad a los usuarios del Departamento de Psicología, poniendo a su disposición tres espacios físicos de atención, y cada uno de estos, a cargo de psicólogas con funciones y responsabilidades específicas con la finalidad de llegar a más personas y proporcionar un mejor servicio, siendo esto muy importante ya que de esa manera se facilita que los ciudadanos de Comitán de Domínguez, Chiapas, tengan la facilidad de acudir a un psicólogo con el fin de mantener o mejorar su estado salud e incluso sentirse comprendidos y que de esa manera no se vea afectaciones en el desarrollo de su vida diaria.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Analizar los niveles de ansiedad y depresión los estudiantes de medicina humana a lo largo de la carrera pueden llegar a presentar un problema de salud mental siendo la ansiedad y la depresión los mas prevalentes en la carrera.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Identificar los signos, síntomas de la depresión y ansiedad y cómo evolucionan a lo largo de la carrera.
2. Analizar los factores de riesgo que conllevan al estudiante de medicina a desencadenar un problema de salud mental.
3. Examinar los resultados obtenidos por medio de las encuestas realizadas y dar a conocer estrategias para disminuir la incidencia de los problemas de salud mental.

Conclusión del estudio

Medidas de prevención

Tipo de estudio cuantitativo y comparativo

JUSTIFICACIÓN

El problema que se investiga en este estudio es la salud mental, enfocándose en los niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de la Universidad Del Sureste en la carrera de medicina humana.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son los niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de la universidad del sureste en la carrera de medicina humana?

Hipótesis

La salud mental es un tema de importancia puesto que desde años pasados en se ha demostrado un incremento en el interés de profundizar más en él, debido a la demanda de problemas de emocionales, en donde destaca la ansiedad y la depresión, enfocándonos en carreras del área de la salud, la carrera de medicina humana ha sido catalogada como una en la cual se demuestra una alta prevalencia en tener alumnos con alguno de los dos padecimientos anteriormente mencionas a lo largo de la carrera.

A nivel personal y profesional debemos comprender que el encontrarse en un buen estado de animo trae consigo un sinfín de cosas buenas a nuestro día a día, puesto que de esa manera se afrontan de gran manera cada una de las vivencias recorridas. El profundizar temas en relación a la universidades suele presentar cierta complejidad puesto que en ocasiones se contara con diversos datos e ideologías, al igual que hacer un enfoque específico en ciertas carreras, como es el caso de la carrera de medicina humana puesto que al hablar sobre ella muchos tienen en cuenta la gran prevalencia de problemáticas en el aspecto de la salud mental desde el estar cursando los primeros cuatros años en la universidad hasta el siguiente año en el cual los estudiantes se enfrentaran al internado ¿, lugar donde adquirirán mucha experiencia como médicos en formación y a su vez se tendrán que acoplar a las reglas de cada hospital, en donde se sabe que no toso los doctores brindan un buen trata a los estudiantes, por lo que el sentir mucha presión los condicionara al incremento de problemas en los cuales su salud mental se vera afectada, desde la universidad la mayoría de estudiantes alguna vez en su vida o en algún semestre ha experimentado algún problema, pero en la actualidad los mas reconocidos son la ansiedad y la depresión, todo esto se puede asociar con la presión social o incluso la que cada estudiante se antepone así mismo, desde el ámbito de las calificaciones, las horas de estudio relacionadas con las pocas horas de descanso, el no poder realizar las actividades que antes les apasionaba e incluso las salidas con amigos, por lo que es de suma importancia identificar cual es motivo que causa dicha afección a la salud y de esa manera contribuir a desarrollar estrategias para logara disminuirlas, con el fin de evitar continuar con el deterioro de la salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

World Health Organization: WHO. (2022, 17 junio). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta.*

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>