



**UNIVERSIDAD DEL
SURESTE**

PROYECTO DE TESIS:

.

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

PRESENTA:

FREDDY IGNACIO LÓPEZ GUTIÉRREZ.

ASESOR:

MARÍA VERÓNICA ROMÁN CAMPOS

COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS, MEXICO

TITULO:

“SIGNOS Y SINTOMAS DE LA DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA DE MEDICINA HUMANA DEL PRIMER SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE”.

Objetivos

Objetivo general

“Identificar **Signos Y Síntomas De La Depresión En Estudiantes De La Licenciatura De Medicina Humana Del Primer Semestre De La Universidad Del Sureste**, con el fin de evaluar su prevalencia y los factores asociados que puedan estar influyendo en su aparición durante los primeros meses de su formación académica.”

Objetivos específicos

1. Determinar la prevalencia de signos y síntomas de depresión en los estudiantes de primer semestre de la Licenciatura de Medicina Humana de la Universidad del Sureste.
2. Analizar los factores académicos, sociales y personales que puedan estar relacionados con la aparición de síntomas depresivos en estos estudiantes.
3. Evaluar las diferencias en los signos y síntomas de la depresión según variables como género, edad y antecedentes familiares.
4. Proponer estrategias preventivas o intervenciones psicológicas basadas en los resultados obtenidos para mejorar el bienestar emocional de los estudiantes.

INTRODUCCIÓN:

La depresión es uno de los trastornos mentales más prevalentes y discapacitantes en la población mundial, y su incidencia en estudiantes universitarios ha despertado un creciente interés en los últimos años. Los estudiantes de medicina del primer semestre de la universidad del sureste han representado un grupo vulnerable debido a la presión académica, las exigencias emocionales y la naturaleza competitiva de su formación. Según un estudio analítico transversal realizado por EL INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL entre junio y julio de 2021 en estudiantes de medicina de primero a décimo semestre durante la educación virtual, la prevalencia de depresión fue de 37.8% y la de ansiedad 30.3%. Los estudiantes de años inferiores fueron los más afectados, es importante investigar esto después de 4 años ya que podemos ver un gran cambio en los. Estudios como el anterior han evidenciado la evolución de la problemática y como se desarrolla según las condiciones del entorno, lo que recalca el propósito de la presente investigación. Así mismo estos estudios han evidenciado que los estudiantes de medicina, especialmente aquellos que cursan los primeros semestres, pueden ser más susceptibles al desarrollo de signos y síntomas depresivos como resultado del estrés que implica adaptarse a un entorno académico altamente demandante.

Según la asociación llamada "Mayo Clinic" La depresión se caracteriza por una combinación de síntomas que incluyen tristeza persistente, pérdida de interés en actividades previamente placenteras, fatiga constante, dificultad para concentrarse y alteraciones del sueño, entre otros. Estos síntomas pueden afectar gravemente la vida diaria de los estudiantes, interfiriendo en su capacidad para estudiar y realizar sus actividades cotidianas. Según la OMS. Los daños a la salud mental son actualmente, uno de los problemas más relevantes en la sociedad, éstos muestran una importancia particular entre los jóvenes, en especial entre los universitarios y de forma específica en estudiantes de medicina, en los que la depresión, la ansiedad y la conducta suicida tienen especial interés. Por ejemplo, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS)¹, el suicidio es la segunda causa de mortalidad entre estudiantes universitarios de entre 19 y 25 años de edad, en donde representa el 8.5% del total de muertes en dicho grupo etáreo, como se sabe, la conducta suicida está

precedida por otros trastornos, particularmente ansiedad y depresión, abuso en el consumo de alcohol y otras drogas, así como entornos sociales estresantes. Por eso es importante abarcar este tema en el área de la salud ya que no se cuenta con la suficiente información necesaria, ni las encuestas.

En este contexto, la identificación temprana de signos y síntomas de la depresión resulta crucial para implementar estrategias de apoyo y prevención. Los estudiantes del primer semestre de la licenciatura en Medicina Humana se encuentran en una fase de transición que puede generar diversas reacciones emocionales, desde la ansiedad hasta la depresión, lo que puede afectar su rendimiento académico y bienestar general.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo analizar los signos y síntomas de la depresión en los estudiantes de primer semestre de la carrera de Medicina Humana, con el fin de proporcionar una comprensión más profunda de este problema y proponer posibles intervenciones que puedan mejorar la salud mental de los futuros profesionales de la salud.

Planteamiento del Problema

La depresión es uno de los trastornos mentales más prevalentes a nivel mundial y representa una de las principales causas de discapacidad, afectando gravemente el bienestar emocional, social y físico de quienes la padecen.

Se caracteriza por la presencia persistente de síntomas como tristeza, desesperanza, pérdida de interés en actividades cotidianas, fatiga, dificultades de concentración, y, en casos severos, pensamientos suicidas. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de 300 millones de personas sufren de depresión, y el grupo etario más vulnerable a padecer este trastorno incluye a los jóvenes adultos, particularmente aquellos que enfrentan transiciones significativas en sus vidas. La depresión se define como un trastorno mental común. Implica un estado de ánimo deprimido o la pérdida del placer o el interés por actividades durante largos períodos de tiempo. La depresión es distinta de los cambios habituales del estado de ánimo y los sentimientos sobre el día a día. Puede afectar a todos los ámbitos de la vida, incluidas las relaciones familiares, de amistad y las comunitarias. Puede deberse a problemas en la escuela y laborales o causarlos. Los signos y síntomas de este trastorno son sentimientos de tristeza, ganas de llorar, vacío o desesperanza, arrebatos de enojo, irritabilidad o frustración, incluso por asuntos de poca importancia, pérdida de interés o placer por la mayoría de las actividades habituales o todas, como las relaciones sexuales, los pasatiempos o los deportes, alteraciones del sueño, como insomnio o dormir demasiado, cansancio y falta de energía, por lo que incluso las tareas pequeñas requieren un esfuerzo mayor, falta de apetito y adelgazamiento, o más antojos de comida y aumento de peso, Ansiedad, agitación o inquietud, lentitud para razonar, hablar y hacer movimientos corporales, sentimientos de inutilidad o culpa, fijación en fracasos del pasado o autorreproches, dificultad para pensar, concentrarse, tomar decisiones y recordar cosas, pensamientos frecuentes o recurrentes sobre la muerte, pensamientos suicidas, intentos suicidas o suicidio, problemas físicos inexplicables, como dolor de espalda o de cabeza. Los criterios para diagnosticar la depresión son cinco o más de los siguientes síntomas deben estar presentes casi todos los días durante un período de 2 semanas: Síntomas principales (>= 1 requerido para el diagnóstico). Muchos de los

factores que influyen en la depresión (como la inactividad física o el uso nocivo del alcohol) también son factores de riesgo conocidos para enfermedades como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la diabetes y las enfermedades respiratorias. La depresión podemos prevenirla: Hacer ejercicios: el deporte provoca la liberación de endorfinas, hormonas indispensables para el bienestar, Comer saludablemente: la alimentación es clave para una vida saludable. Bien lo dice el dicho: “Mente sana en cuerpo sano”, Tener hobbies y vida social: tener seres con quienes compartir nuestras experiencias y dar y recibir afecto es básico. Los vínculos afectivos, son indispensables para ser felices y desarrollar nuestras distintas facetas y talentos, resulta crucial para crecer como personas, Perdonarse a sí mismo: algunas veces somos nuestros peores jueces. La rigidez puede generar dolor.

Los estudiantes universitarios, y en especial los de carreras altamente demandantes como la medicina, se encuentran dentro de este grupo vulnerable. Diversos estudios han mostrado que los estudiantes de medicina son más propensos a desarrollar depresión y otros trastornos psicológicos en comparación con estudiantes de otras disciplinas.

La presión académica, las largas jornadas de estudio, el constante temor al fracaso, y la responsabilidad que implica su futura labor profesional en la salud pública, se erigen como factores de estrés que pueden afectar su estabilidad emocional desde los primeros años de su formación.

- America / Latam: En América Latina, el porcentaje de la población afectada por depresión se estima en alrededor del 5%. Sin embargo, entre un 60% y 65% de las personas que necesitan tratamiento no lo reciben, lo que evidencia una grave falta de acceso a servicios de salud mental en la región. Las barreras principales incluyen la falta de recursos y la estigmatización social relacionada con los trastornos mentales.

En Estados Unidos, entre los latinos/hispanos, el 34% de los adultos que sufren de problemas de salud mental reciben tratamiento, una cifra inferior al promedio del país, que es del 45%. Esto refleja las dificultades adicionales que enfrenta esta población en cuanto a acceso y calidad de

los servicios, así como barreras culturales y lingüísticas que impiden un diagnóstico y tratamiento adecuados.

- México: Un metaanálisis reciente realizado durante la pandemia reveló que aproximadamente el 31% de los estudiantes de medicina muestran síntomas de depresión. Este porcentaje es elevado en comparación con otros grupos de estudiantes universitarios, lo que refleja la alta presión académica y emocional que enfrentan estos estudiantes.
- Chiapas: El porcentaje de depresión en estudiantes de medicina en Chiapas no está ampliamente documentado de manera específica, pero se pueden extrapolar datos de estudios nacionales e internacionales. En México, en general, la prevalencia de síntomas depresivos en estudiantes de medicina varía entre el 23% y el 30%, dependiendo del estudio y el contexto.

Los estudiantes de medicina en México enfrentan una serie de factores que contribuyen al desarrollo de la depresión. Entre los principales se encuentran:

Carga académica y presión: La carrera de medicina es altamente demandante en términos de tiempo, estudio y compromiso. Los estudiantes se enfrentan a largas jornadas de clases, prácticas clínicas y estudios intensivos, lo que genera estrés crónico.

Falta de apoyo emocional y social: Muchos estudiantes de medicina reportan sentir aislamiento o falta de redes de apoyo adecuadas, tanto dentro como fuera de la universidad.

Exposición a situaciones traumáticas: A medida que los estudiantes avanzan en su formación, están expuestos a situaciones clínicas difíciles, como la muerte de pacientes o enfermedades graves, sin tener siempre un entrenamiento adecuado para lidiar con el impacto emocional que esto conlleva confinamiento por la pandemia de COVID-19.

Estrés financiero: Los costos asociados con la carrera de medicina pueden ser elevados, especialmente en instituciones privadas o en estudiantes que provienen de familias con recursos limitados. Esto genera un estrés financiero adicional que contribuye a la depresión.

Alteraciones en el ciclo del sueño: La exigencia académica, combinada con las prácticas clínicas, puede llevar a alteraciones importantes en los patrones de sueño. Los estudiantes frecuentemente reportan insomnio o tener que sacrificar horas de descanso para cumplir con sus obligaciones, lo cual afecta su salud mental.

En el caso específico de los estudiantes de la Licenciatura en Medicina Humana del primer semestre de la Universidad del Sureste, el escenario es aún más complejo. Estos estudiantes enfrentan la transición desde la educación media superior a un entorno universitario caracterizado por una alta competitividad y una carga académica considerablemente mayor.

Este periodo de ajuste está acompañado de expectativas académicas muy elevadas, así como una responsabilidad anticipada por la importancia de los conocimientos que se impartirán para su futura práctica profesional en la medicina.

Esta presión no solo proviene del entorno académico, sino también de expectativas familiares y personales sobre el éxito y el rendimiento, lo cual incrementa la carga emocional en estos jóvenes.

Además, los estudiantes de primer semestre, en su mayoría, aún están en una etapa de consolidación de habilidades de autocuidado y gestión del tiempo. La falta de habilidades adecuadas para manejar el estrés, sumada a las presiones de una carrera tan exigente, puede facilitar la aparición de síntomas depresivos, que en muchos casos pasan desapercibidos o son subestimados.

Estudios realizados en distintos contextos educativos revelan que los síntomas de depresión pueden manifestarse en etapas tempranas de la formación médica, y que, si no son atendidos oportunamente, pueden afectar de manera crítica tanto la salud mental del estudiante como su desempeño académico y profesional.

A pesar de la evidencia internacional sobre la alta prevalencia de trastornos depresivos en estudiantes de medicina, en el contexto local no se han realizado suficientes estudios que examinen a fondo los signos y síntomas específicos de

depresión en estudiantes del primer semestre de la Licenciatura en Medicina Humana de la Universidad del Sureste. Esta falta de información impide un diagnóstico temprano que permita intervenciones oportunas.

En consecuencia, muchos estudiantes podrían estar cursando sus estudios bajo condiciones psicológicas adversas, lo cual afecta no solo su bienestar, sino también la calidad de su aprendizaje y, a largo plazo, su capacidad para enfrentar las responsabilidades inherentes a su futura profesión.

El presente estudio se propone identificar y analizar los signos y síntomas de depresión en los estudiantes de primer semestre de la Licenciatura en Medicina Humana de la Universidad del Sureste, con el objetivo de generar información relevante que permita a las instituciones educativas diseñar programas de prevención e intervención dirigidos a este grupo vulnerable.

Al abordar esta problemática, se busca no solo mejorar el bienestar emocional de los estudiantes, sino también prevenir el abandono escolar, mejorar el rendimiento académico, y contribuir a la formación de profesionales de la salud mentalmente más saludables y, por ende, más preparados para enfrentar los desafíos de su carrera.

La identificación de los síntomas depresivos en etapas tempranas de la formación médica es crucial para implementar estrategias de apoyo emocional y psicológico dentro de las universidades.

Si no se detectan a tiempo, estos síntomas pueden evolucionar hacia formas más severas de depresión, lo cual compromete tanto la salud del estudiante como su futuro profesional. Asimismo, es fundamental comprender los factores específicos que influyen en la aparición de estos síntomas en el primer semestre, ya que las intervenciones tempranas y focalizadas pueden tener un impacto significativo en la trayectoria académica y personal de los estudiantes.

En este contexto, el presente estudio cobra relevancia al ofrecer una visión integral de los factores emocionales y psicológicos que afectan a los estudiantes de primer semestre de Medicina Humana de la Universidad del Sureste.

La información obtenida puede ser utilizada para la creación de programas de apoyo emocional en las universidades, que no solo atiendan los problemas cuando ya se han desarrollado, sino que busquen prevenir su aparición mediante la promoción del bienestar mental desde los primeros días de la vida universitaria.

Justificación

1. ¿Cuál es el problema que se investiga? El problema que se investiga es la presencia de signos y síntomas de depresión en estudiantes de la licenciatura de medicina humana del primer semestre de la universidad del sureste. Estos estudiantes están expuestos a altos niveles de estrés académico, presión y adaptación a un entorno universitario exigente, lo que puede desencadenar o agravar síntomas depresivos. La falta de identificación temprana de estos síntomas puede afectar tanto su rendimiento académico como su bienestar emocional.

2. ¿Cuál es la "emergencia" del problema de estudio? La "emergencia" del problema radica en que la depresión en estudiantes universitarios, especialmente en carreras exigentes como medicina, es una condición subdiagnosticada. Esto puede llevar a un deterioro en su salud mental, abandono escolar, y en casos más graves, a conductas autodestructivas o suicidas. La identificación temprana de síntomas puede ser clave para implementar medidas preventivas y brindar apoyo psicológico adecuado.

3. ¿Qué tan viable es la realización de la investigación? La investigación es viable debido a que se enfoca en un grupo específico y accesible: estudiantes de primer semestre de una universidad particular. Además, existen herramientas estandarizadas para evaluar síntomas depresivos, como el Inventario de Depresión de Beck (BDI), que pueden aplicarse de manera eficiente. El apoyo institucional, en cuanto a la disposición de los estudiantes y la disponibilidad de recursos, también hace factible la realización del estudio.

4. ¿A qué segmento de la población beneficia el estudio? El estudio permitirá la recolección de datos empíricos sobre la prevalencia y características de los síntomas depresivos en una población estudiantil específica. Esto puede servir de base para estudios futuros y ayudar a validar o comparar instrumentos de medición de la depresión en este contexto. Además, puede proponer intervenciones que mejoren la detección temprana de la depresión en estudiantes de medicina.

5. ¿Qué beneficios metodológicos tiene el estudio? El estudio permitirá la recolección de datos empíricos sobre la prevalencia y características de los síntomas depresivos en una población estudiantil específica. Esto puede servir de base para estudios futuros y ayudar a validar o comparar instrumentos de medición de la depresión en este contexto. Además, puede proponer intervenciones que mejoren la detección temprana de la depresión en estudiantes de medicina.

6. ¿Qué beneficio personal, profesional o disciplinario se obtendrá al realizar estudios? A nivel personal y profesional, el estudio proporcionará habilidades valiosas en investigación científica, como la recolección y análisis de datos, y la identificación de problemas de salud mental en contextos educativos. A nivel disciplinario, puede aportar al campo de la salud mental estudiantil, generando evidencia para la implementación de programas de apoyo psicológico en universidades. Además, ayuda a los futuros médicos a desarrollar una mayor conciencia sobre su propia salud mental y la de sus compañeros.

Hipótesis

Los estudiantes de la licenciatura de medicina humana del primer semestre de la Universidad del Sureste presentan una prevalencia significativa de signos y síntomas de depresión en comparación con otros grupos de estudiantes universitarios de la misma institución. Esta mayor prevalencia está relacionada con factores específicos asociados a la carrera de medicina, tales como las altas exigencias académicas, la carga de trabajo, el estrés psicológico derivado de la responsabilidad percibida en la formación médica, y la adaptación a un entorno competitivo y de alto rendimiento desde las etapas iniciales de la carrera.

Además, se espera que estos signos y síntomas de depresión estén influidos por variables como el nivel de apoyo social, la capacidad de manejo del estrés, y la posible presencia de antecedentes personales o familiares de trastornos afectivos. La detección temprana de estos síntomas es crucial para evitar su progresión y establecer medidas preventivas y de intervención oportuna que promuevan el bienestar emocional de los estudiantes y su éxito académico a lo largo de la carrera.

Esta hipótesis plantea que el ambiente académico en la formación médica, junto con factores individuales, incrementa el riesgo de desarrollar depresión, lo que subraya la importancia de una atención integral a la salud mental en este grupo de estudiantes.

Bibliografía:

- Mayo Clinic. (2022, 14 octubre). Depresión (trastorno depresivo mayor) - Síntomas y causas. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>
- Villagómez-López, A. M., Cepeda-Reza, T. F., Torres-Balarezo, P. I., Calderón-Vivanco, J. M., Villota-Acosta, C. A., Balarezo-Díaz, T. F., Simbaña-Guaycha, F. C., Vallejo-Suárez, C. N., Rueda-Benalcazar, D. M., Vaca-Salazar, J. C., Chinin-Moreno, D. E., Terán-Bracho, I. G., Endara-Mina, J. V., Casco-Toapanta, D. S., & Rojas-Velasco, G. W. (2023). Depression and anxiety among medical students in virtual education during COVID-19 pandemic. *Zenodo (CERN European Organization For Nuclear Research)*, 61(5), 559-566. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8316418>
- Cosme, J. A. G. (2020). Depresión, ansiedad y conducta suicida en la formación médica en una universidad en México. *Investigación En Educación Médica*, 9(35), 65-74. <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20224>
- Koob, G. F., & Volkow, N. D. (2016). Neurobiology of addiction: A neurocircuitry analysis. *The Lancet Psychiatry*, 3(8), 760-773.
- Goldstein, R. Z., & Volkow, N. D. (2011). Dysfunction of the prefrontal cortex in addiction: Neuroimaging findings and clinical implications. *Nature Reviews Neuroscience*, 12(11), 652-669.
- World Health Organization: WHO & World Health Organization: WHO. (2023, 31 marzo). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/depression>
- *Depresión (trastorno depresivo mayor) - Síntomas y causas - Mayo Clinic*. (s. f.). <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>
- Organization Panamericana de la Salud (OPS). Informe sobre la salud mental en las Américas. Disponible en: <https://www.paho.org>

- Global Burden of Disease Study 2019. Depressive Disorders in Latin America. The Lancet. Disponible en: <https://www.thelancet.com>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). Datos y estadísticas sobre salud mental. Disponible en: <https://www.who.int>
- Anxiety and Depression Association of America (ADAA). Latinx/Hispanic Communities and Mental Health. Disponible en: <https://adaa.org>
- Pacheco, J. P., Giacomini, H. T., Tam, W. W., et al. (2017). "Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis." Revista Brasileira de Psiquiatria. Este estudio abarca temas sobre la prevalencia de depresión y factores asociados en estudiantes de medicina en América Latina.
- Gómez-Rodríguez, I. S., et al. (2022). "Prevalencia de depresión y ansiedad en estudiantes de medicina en una universidad pública de México". Medicina Universitaria. Este artículo analiza las tasas de depresión en estudiantes de una universidad pública mexicana y discute las principales causas, como la presión académica y las situaciones clínicas estresantes.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). "Salud mental: fortalecer nuestra respuesta." Este informe analiza el impacto de la depresión en poblaciones vulnerables, incluyendo a estudiantes, y las recomendaciones para abordarlo en contextos educativos.