



Mi Universidad

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

**“FACTORES QUE CAUSAN GASTRITIS POR ESTRÉS EN
ESTUDIANTES DE MEDICINA DE 6to C de UDS”**

Lizeth Pérez Aguilar

Epidemiología I

Cuarto parcial

Licenciatura en Medicina Humana

Segundo semestre grupo C.

Comitán de Domínguez, Chiapas a 4 de julio del 2025

FACTORES QUE CAUSAN GASTRITIS POR ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DEL 6to “C” DE UDS

INTRODUCCIÓN

Se pretende dar a conocer los diversos factores principales que producen gastritis en los jóvenes estudiantes de la UDS del sexto grado grupo “C” de la licenciatura en medicina humana, por lo tanto, se desarrollará y se dará a conocer las principales causas que producen gastritis en jóvenes y sus manifestaciones clínicas (signos y síntomas), comprenden desde formas asintomáticas hasta cuadros graves.

Por ello esta presente tiene como objetivo hallar la problemática de la enfermedad, partiendo de la descripción de la realidad y la formulación de esta, para poder esclarecer el ámbito problemático general y específico para que finalmente se pueda llegar a una conclusión.

En la actualidad los jóvenes estudiantes universitarios están expuestos a un ritmo de vida altamente estresante en donde la sobrecarga de estudio dentro de la universidad es frecuente, los conflictos existenciales típicos de la juventud, los malos hábitos alimenticios y las adicciones que pueden conducir al deterioro de su organismo.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La gastritis es una enfermedad caracterizada por la inflamación aguda o crónica del revestimiento del estómago en cuyo caso pudiera persistir

durante años o pudiera llegar a evolucionar en una enfermedad más grave.

¿Cuál es la causa más común de la gastritis en la población estudiantil universitario?

El consumo excesivo de alimentos dañinos son la principal causa de este problema entre estudiantes a la falta de tiempo recurren a la comida chatarra y comidas carbonadas, ocurriendo que aumenten el ácido estómacal, al estar bajo estrés por largos periodos de tiempo tienden a descuidar la alimentación como al no desayunar o ingieren alimentos a horas posteriores a lo común.

El estrés es la base fundamental en la gastritis causados por un sinfín de situaciones, en apego a este trabajo, academica.

OBJETIVO GENERAL:

- ✓ Identificar los principales factores que producen gastritis en los estudiantes de medicina por estrés en UDS del sexto grado grupo "C".

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- ✓ Investigar a los estudiantes y establecer la prevalencia para

determinar los factores que causan gastritis.

- ✓ Identificar si los síntomas de gastritis son mayores en hombres o mujeres viceversa.
- ✓ Asociar la mala alimentación como factor de riesgo para desarrollar gastritis en los estudiantes del 6to semestre grupo "C".

HIPÓTESIS:

A nivel universitario el estudiante cada día se enfrenta a nuevas experiencias, se considera que las carreras se desarrollan en un periodo de ciclo vital con ciertas etapas de la adolescencia y la adultez joven, existe una gran presión de cada universitario por parte de quienes saturan, es por ello que el consumo excesivo de alimentos dañinos es la principal causa debido a la falta de tiempo recurren a la comida chatarra y comidas carbonadas aumentando el ácido en el estómago; bajo estrés por largos periodos de tiempo descuidan la alimentación como al no desayunar o ingieren alimentos a horas posteriores a lo común.

JUSTIFICACIÓN

Para la realización de esta investigación percatamos casos de gastritis que se dan frecuentemente en estudiantes de medicina de la UDS del sexto grado grupo "C".

El presente tema nos mostrara las causas principales por las cuales los jóvenes adquieren gastritis actualmente. Los estudiantes por su rutina

de estudio no tienen adecuada alimentación, lamentablemente el uso inadecuado de comidas y bebidas no permite un adecuado fortalecimiento de conocimientos, teniendo así complicaciones a mediano y largo plazo. Por consiguiente, los alumnos se encuentran expuestos a gastritis a consecuencia del estrés causado por la escuela y no solamente, sino también en casa, con los amigos, con la pareja o familiares y el posible bajo nivel socioeconómico por la razón de no tener una hora fija de alimentación.

Este proyecto de investigación es de vital importancia porque brindara conocimientos necesarios sobre la sintomatología que puede presentar esta enfermedad y el riesgo de que llegue a desarrollarse.

Por ello se plantea la idea de desarrollar este estudio con la finalidad de determinar si los alumnos de la universidad conocen sobre la gastritis por estrés. La importancia del diagnóstico temprano y un adecuado tratamiento ayudaría a tener mejores resultados en la salud de los alumnos.

MARCO METODOLÓGICO:

Como alumnos de Medicina Humana de la universidad UDS, una vez elegido el tema de factores que causan la gastritis, decidimos realizar encuestas a los alumnos del 6-B, quienes de igual manera se encuentran en el área de medicina humana.

Nos dispusimos a entrevistarlos, con preguntas cerradas con inciso a, b, c y d, para poder saber cuántas personas han llegado a tener estos factores o presentan síntomas de gastritis, con la finalidad de poderlos ayudar a tratar estas afecciones y así poder recaudar la mayor cantidad de datos para nuestro proyecto.

ESTADO DE LA CUESTIÓN:

Esta investigación es diferente a otras investigaciones que hablan acerca de la gastritis pues la mayoría de las investigaciones se centran principalmente en sus síntomas físicos que presenta el paciente y lo que caracteriza esta investigación es que no solo nos centraremos en lo común sino que veremos cómo influyen el estrés y qué factores influyen en presentar síntomas de gastritis en los estudiantes de medicina del grupo 6to "C" de la universidad del sureste.

MARCO TEÓRICO:

La gastritis es considerada una inflamación del revestimiento de la mucosa gástrica en respuesta a una lesión, la cual puede ser aguda con infiltración de neutrófilos o crónica con linfocitos, células plasmáticas o ambos. Puede ser causada por factores exógenos o endógenos que producen síntomas dispépticos, la sospecha de su presencia inicia desde su clínica, se le observa endoscópicamente y requiere confirmación histológica.

Cuando el infiltrado compromete la zona superficial de lámina propia entre las criptas de las foveolas hasta los cuellos glandulares, sin compromiso de las glándulas gástricas, se denomina como gastritis crónica superficial

y si el infiltrado compromete la lámina propia en toda su extensión se les denomina como gastritis crónica.

Se considera que la gastritis crónica es una enfermedad frecuente en países con alta prevalencia y alta mortalidad por cáncer gástrico, su frecuencia aumenta con la edad en especial después de los 60 años dado que se origina un adelgazamiento y pérdida de muchas células productoras de ácido y enzimas, lo cual predispone a padecer múltiples enfermedades digestivas. Otra variante es para el sexo masculino en adultos mayores se puede presentar con mayor frecuencia enfermedades digestivas porque un 15 a 30% de ellos puede tener aclorhidria. (Marrero, Martín Bosch, Ulloa, & González, 2014)

En general la prevalencia de gastritis crónica es de 40 a 80%, siendo la gastritis autoinmune el 20%, la no atrófica con el 70%. La principal causa de esta enfermedad es la *Helicobacter Pylori* (HP) la cual tiene una prevalencia mundial del 20 -50% en adultos de países desarrollados.

(Rodríguez, Boffil, Rodríguez, Losada, & Barrietos, 2019)

Entre los diversos factores de riesgo están los malos hábitos alimenticios, infecciones digestivas por HP, medicamentos gastrotóxicos, antecedentes familiares de úlceras gastritis, antecedentes personales de coagulopatías, quemaduras extensas, daño cerebral, disfunción hepática, politraumas extensos, uremia, cirugía mayor.

Al contrario de lo que sucede en la gastritis aguda, los síntomas asociados a la gastritis crónica son normalmente menos intensos, pero más

persistentes, puede haber náuseas y molestias abdominales altas, a veces con vómitos, pero la hematemesis es infrecuente. Además de la HP como otras causas se pueden encontrar el estrés psicológico, la cafeína o el consumo de alcohol y tabaco. (Correa, y otros, 2016)

La gastritis crónica al exponer el epitelio al daño por radicales libre relacionados con la inflamación y a los factores que estimulan la proliferación, con el tiempo, esta combinación de factores estresantes provoca la acumulación de alteraciones genéticas que dan lugar a un carcinoma. (Robbins & Cotran, 2010)

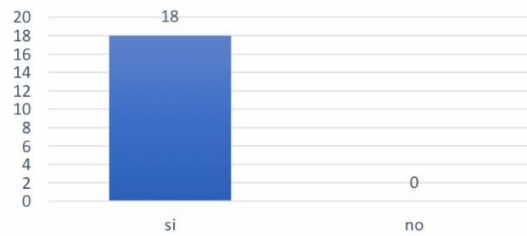
DESARROLLO:

Para iniciar con nuestro proyecto, pensamos en identificar la problemática, en este caso encontramos los factores de riesgo para gastritis, decidimos investigar y obtener mayor información sobre el tema, así logrando encontrar lo que algunos autores relevantes mencionan y lo que la ciencia dice sobre gastritis, después en relación a eso elaboramos nuestra encuesta que aplicamos a los alumnos del 6to C de nuestra universidad; la encuesta la elaboramos mediante una plataforma digital y la aplicamos personalmente a los alumnos, proporcionándole cada uno el formato y la petición de responderla.

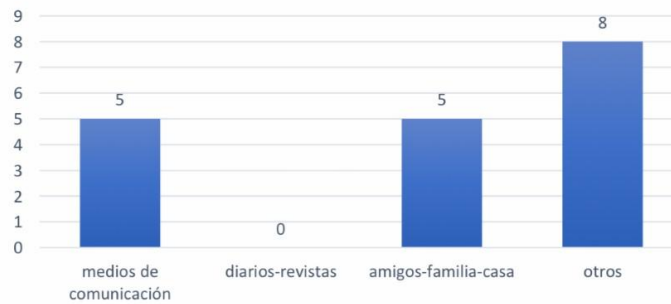
Obtuvimos las respuestas de la encuesta, organizamos los resultados de la misma por opciones en cada pregunta para plasmarlas en gráficas y así visualizar más fácil los resultados.

“Gráficas”

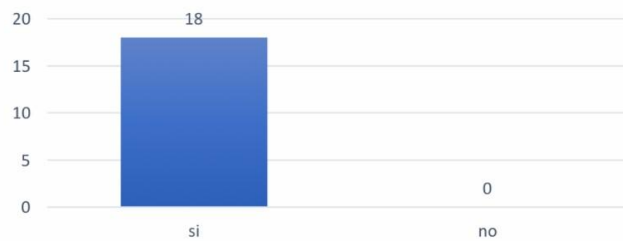
1. ¿Sabe usted qué es la gastritis?



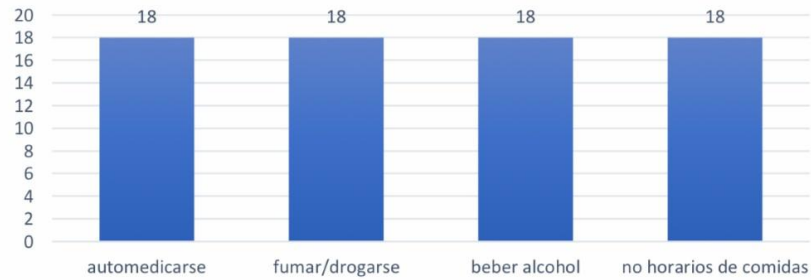
2. ¿Mencione como obtuvo la información?



3. ¿Sabía usted que si no se trata la gastritis a tiempo puede complicarse a úlcera gástrica, cáncer?



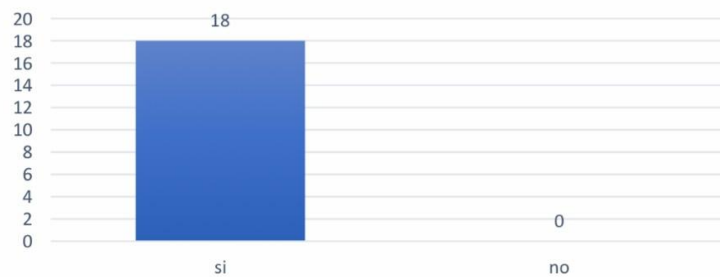
4. ¿Señale cuál de las siguientes puede ser la causa de gastritis?



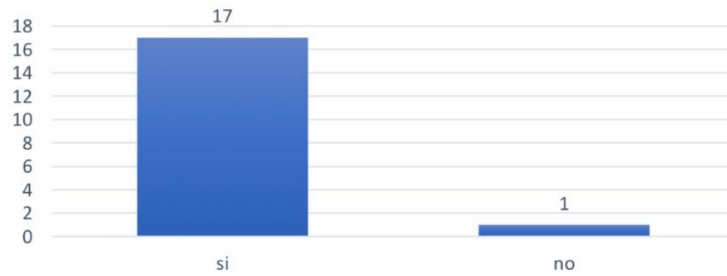
5. ¿Usted cree que prevenir gastritis es necesario una alimentación balanceada?



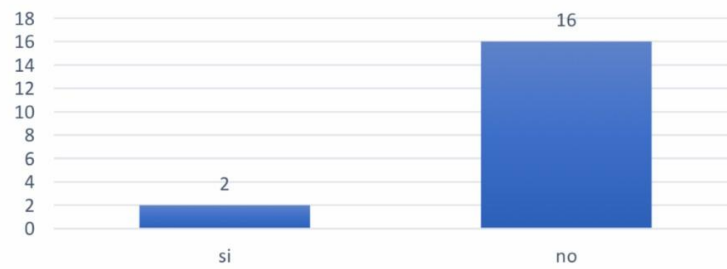
5.1. Establecer horarios para comer



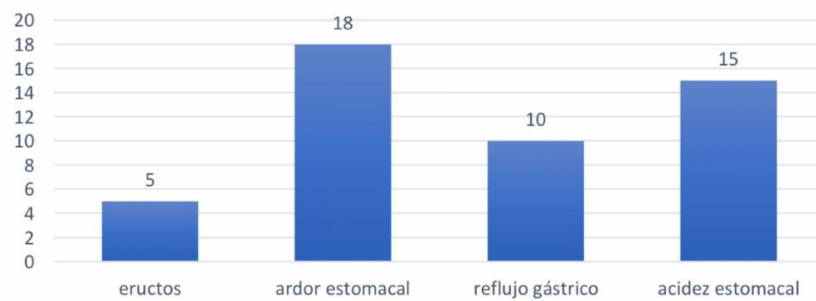
6. ¿Alguna vez ha sufrido ácida estomacal y reflujo estomacal?



7. ¿Cumple con los horarios puntuales de alimentación?



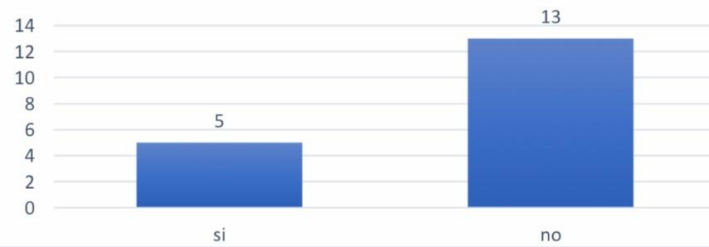
8. ¿Actualmente presenta alguno de los siguientes síntomas?



9. ¿Alguna vez tuvo que ausentarse en la universidad a causa de las molestias relacionadas a gastritis?



10. ¿Ha acudido al médico para confirmar que tiene gastritis?



11. ¿Alguna vez te has medicado al presentar síntomas relacionados con la gastritis?



11.1. ¿Qué medicamento consumes?



ANÁLISIS:

Factores que causan gastritis por estrés en estudiantes de Medicina del 6to 'C' de UDS” aborda un problema de salud frecuente en la población universitaria, especialmente en alumnos de medicina: la gastritis inducida por estrés. A través de una estructura académica que incluye introducción, planteamiento del problema, objetivos, hipótesis, justificación, metodología, estado de la cuestión y marco teórico, se desarrolla un análisis integral sobre los factores psicosociales, alimenticios y académicos que influyen en la aparición de esta patología gastrointestinal.

Desde la introducción se plantea que los estudiantes enfrentan una combinación de altas exigencias académicas, presión social, malos hábitos alimenticios y estrés constante, lo cual contribuye al deterioro progresivo de su salud digestiva. La investigación se enfoca en estudiantes del sexto semestre grupo “C” de medicina humana de la Universidad del Sureste (UDS), destacando que muchos de ellos presentan manifestaciones clínicas de gastritis, que van desde cuadros leves y asintomáticos hasta situaciones más graves.

En el planteamiento del problema, se hace énfasis en el estilo de vida acelerado que adoptan los estudiantes universitarios, lo que los lleva a consumir comida chatarra, saltarse comidas y exponerse a períodos prolongados de estrés emocional. Estas prácticas resultan en un aumento de la secreción de ácido gástrico, principal desencadenante de la gastritis. Se señala además que el estrés no solo es generado por la carga académica, sino también por problemas personales y económicos.

Los objetivos del estudio se centran en identificar los principales factores que provocan gastritis por estrés en este grupo de estudiantes, determinar si existe una diferencia por sexo en cuanto a síntomas y evaluar la relación entre la mala alimentación y el desarrollo de la enfermedad. La hipótesis refuerza la idea de que la alimentación inadecuada y el estrés prolongado son las principales causas del padecimiento, en el contexto universitario.

En la justificación, se argumenta que este estudio es pertinente porque los casos de gastritis en estudiantes son cada vez más frecuentes, y muchas veces no se les da la importancia adecuada. Se propone que un diagnóstico temprano, acompañado de estrategias de manejo del estrés y educación alimentaria, podría prevenir complicaciones mayores y mejorar el rendimiento académico y la calidad de vida de los alumnos.

La metodología consiste en encuestas aplicadas a estudiantes del grupo 6-C como muestra representativa, utilizando preguntas cerradas para recolectar datos sobre hábitos alimenticios, síntomas y niveles de estrés. Este enfoque pretende obtener una visión clara de la prevalencia del problema y sus factores relacionados.

En el estado de la cuestión, se destaca que, a diferencia de otros estudios centrados exclusivamente en los síntomas físicos de la gastritis, esta investigación también aborda los factores emocionales y sociales como elementos fundamentales en su aparición, lo cual le otorga un carácter más holístico.

El marco teórico proporciona un sustento científico al problema abordado, describiendo la gastritis como una inflamación de la mucosa gástrica, de carácter agudo o crónico, provocada por diversos factores como la infección por *Helicobacter pylori*, consumo de alcohol, tabaco, ciertos medicamentos y estrés crónico. Se presentan datos relevantes sobre la prevalencia mundial, la progresión de la enfermedad y su relación con el cáncer gástrico.

Asimismo, se explican las diferencias clínicas entre gastritis aguda y crónica, subrayando que los síntomas en esta última suelen ser persistentes pero menos evidentes, lo cual dificulta su detección oportuna.

En conclusión, este análisis evidencia cómo la presión académica, el descuido alimenticio y el estrés sostenido son factores estrechamente vinculados a la aparición de gastritis en los estudiantes de medicina. El trabajo resalta la necesidad de generar conciencia, implementar estrategias preventivas y fomentar un estilo de vida saludable en el entorno universitario para mitigar el impacto de esta condición en la salud física y mental de los jóvenes.

CONCLUSIÓN:

La presente investigación permitió identificar que la gastritis en estudiantes universitarios, particularmente del sexto semestre grupo “C” de la carrera de Medicina en la UDS, está fuertemente asociada al estrés académico y a los malos hábitos alimenticios derivados de su ritmo de vida. Factores como el consumo frecuente de comida chatarra, saltarse comidas, la presión académica constante, la falta de descanso adecuado y el desorden

emocional son elementos que inciden directamente en la aparición y agravamiento de síntomas gástricos.

A través del planteamiento del problema, la hipótesis y el desarrollo teórico, se comprendió que el estrés psicológico no solo tiene consecuencias mentales, sino también fisiológicas, afectando directamente la mucosa gástrica y contribuyendo a cuadros de gastritis, tanto aguda como crónica. La revisión bibliográfica respalda que el estrés y los hábitos poco saludables pueden actuar como factores detonantes o agravantes, junto con otros agentes como la *Helicobacter pylori* y medicamentos gastro tóxicos.

A la hora de recopilar los datos de las encuestas nos podemos dar cuenta que los 18 alumnos que respondieron la encuesta saben que es la gastritis de los cuales, 5 se enteraron a través de medios de comunicación, 5 a través de amigos, familia y en su hogar y 8 personas a través de otros medios y la mayoría de estos saben que si no se trata a tiempo puede complicarse a ulcera gástrica o a un más grave cáncer de estómago.

Finalmente, esta investigación evidencia la necesidad de implementar medidas de prevención y educación en salud entre los estudiantes universitarios, promoviendo una alimentación balanceada, el manejo adecuado del estrés y el diagnóstico temprano. Mejorar estos aspectos contribuiría a la salud integral del estudiante y a su rendimiento académico, disminuyendo el riesgo de complicaciones gastrointestinales a largo plazo.

BIBLIOGRAFÍAS:

- Ayala, D. B. (20 de octubre de 2021). Saber Vivir Tve. Obtenido de Saber Vivir Tve.
- Clinic, M. (2021). Gastritis. Arizona-Florida: Foundation for Medical Education and Research.
- Clinic, M. (2022). Gastritis. SW Rochester: Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER).
- Clinic, M. (2022). Gastritis. SW Rochester: Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER).
- Epidemiológica, C. E. (2019). padresygastritis. Estado de Mexico : Secretaría de Salud.
- Gil, M. (2018). Helicobacter pylori. mexico: lifeder .
- Health, A. (15 de marzo de 2022). Ada Health. Obtenido de Ada Health: europa
- Internacional, C. (2017). Que es la gastritis y consejos para prevenirla. Peru : Clinica Internacional .
- Laboratorio, M. (2019). como se contagia la Helicobacter Pylori. Ecuador: MEDLIFE.
- Médicos, E. d. (2022). Gastritis crónica. Kreuzberg, Berlín: Ada Health GmbH-Ada.
- MEDLIFE. (2019). Medicina de Laboratorio. Ecuador: MEDLIFE - Medicina de Laboratorio - Ecuador.
- MedlinePlus. (2022). Gastritis. EE. UU.: National Library of Medicine.
- MedlinePlus. (2022). Gastritis. EE. UU: Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU.
- Navarra, C. U. (2020). Gastritis Cronica. España: Clinica Universidad de Navarra.
- NAVARRA, C. U. (2020). GASTRITIS CRONICA. NAVARRA: CLINICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA.
- NAVARRA, C. U. (2020). Gastritis crónica. NAVARRA: CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA.
- UNAM. (2011). CARACTERÍSTICAS DE H. pylori. Delegación Coyoacán, México D.F: Depto. de Bioquímica, Facultad de Medicina

Cuestionario:

Gastritis por estrés en jóvenes universitarios.

Rellena y marca lo que se te pide con (x) las repuestas que selecciones:

Fecha: _____ Edad: _____
Sexo: Femenino _____ Masculino _____ Nombre:: _____

1. ¿Sabe usted que es la gastritis?

Sí _____ No _____

2. ¿Mencione como obtuvo la información?

Medios de comunicación. _____

Diarios-Revistas. _____

Amigos-Familia-Casa. _____

Otros _____

3. ¿Sabía usted que si no se trata la gastritis a tiempo puede complicarse a úlcera gástrica, cáncer?

Sí _____ No _____

4. ¿Señale cuál de las siguientes puede ser causa de gastritis?

Automedicarse. _____

Fumar/drogarse. _____

Beber alcohol. _____

No tener horarios de comida. _____

5. ¿Usted cree que para prevenir gastritis es necesarios una alimentación balanceada?

Sí _____ No _____

Establecer horarios para comer. Sí _____ No _____

Otros: _____

6. ¿Alguna vez ha sufrido acidez estomacal y reflujo estomacal?

Sí _____ No _____

7. ¿Cumple con los horarios puntuales de alimentación?

Sí _____ No _____

8. ¿Actualmente presenta alguno de los siguientes síntomas?

Eructos. _____

Ardor estomacal (sin explicación). _____

Reflujo gástrico. _____

Acidez estomacal. _____

9. ¿Alguna vez tuvo que ausentarse en la universidad a causa de las molestias relacionadas a gastritis?

Sí ____ No ____

10. ¿Ha acudido al médico para confirmar si tiene gastritis? Si ____ No ____

11. ¿Alguna vez te has medicado al presentar síntomas relacionados con gastritis? Si ____

No ____ ¿Qué medicamento consumes

