



Mi Universidad

TESIS

Nombre del Alumno: Nicole Penagos Armas y Marco Antonio Méndez Ventura

Nombre del tema

Parcial: 3

Nombre de la Materia: seminario de tesis

Nombre del profesor: María Antonieta

Nombre de la Licenciatura: psicología general

Cuatrimestre: 8

DEDICATORIA

- A nuestros padres:

Les agradecemos incansablemente por el apoyo incondicional, que tuvimos a lo largo de estos tres años que duró nuestra licenciatura, es importante recalcar el apoyo obtenido que se presentó ante cualquier diversidad.

- A nuestros familiares:

Por siempre creer en nosotros, y tener la confianza intacta en que seremos buenos psicólogos.

- A todas las personas que hemos atendido en terapia:

Gracias por la confianza, brindada, y permitirnos ser sus acompañantes en los procesos terapéuticos, y asimismo haber adquirido conocimiento y experiencia a través del contacto terapéutico compartido entre cada uno de ustedes

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos enormemente al contador Víctor Manuel Albores Alcázar, rector de mi institución Universidad Del Sureste, por brindarles seguridad y apoyo en el curso universitario. Como también a todos los directivos de la institución por siempre brindarnos apoyarnos con cualquier dificultad, y claro a todos los maestros que hemos tenido durante el proceso de formación en psicología.

Agradecemos a María Antonieta López León, asesora de Tesis por guiar y enseñar este proceso que fue la tesis.

ÍNDICE

	Pág.
Introducción	5
Preguntas de investigación	6
Marco teórico referencial, conceptual	8
Hipótesis	20
Objetivos (General y específicos)	21
Justificación	22
Metodología	24
CAPÍTULO II	
ANTECEDENTES	28
2.1.Prevalencia del TEPT	32
2.2 Comorbidad del TEPT	33
BASES TEÓRICAS	35
2.3 Afectación del TEPT	35
2.4 Desinformación del TEPT	40
2.5 Desinformación del TEPT en estudiantes	40
2.6 Posibles causas	42
2.7 Factores de riesgo	43

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN	46
3.1. Tipos de investigación	50
3.2. Nivel de investigación	51
3.3 Diseño de investigación	52
3.4 Técnicas y recolección de datos	54
3.5 Aspectos éticos	55
3.6 Finalidad de investigación	56
3.7 Área de objeto de estudio	58
Formato de encuesta	63

CAPÍTULO IV

4.1 Análisis y resultados TEPT (Gráfico 1).....	65
4.2 Identificación TEPT (Gráfico 2)	69
4.3 Alcancé (Gráfico 3)	72
4.4 Cálculo de estrés (Gráfico 4)	74
4.5 Escala de estrés (Gráfico 5)	77
4.6 Análisis de causas (Gráfico 6)	80
SUGERENCIAS	82
PROPUESTAS	83
CONCLUSIÓN	85
PLAN DE INTERPRETACIÓN	86
TRATAMIENTO	87
ANEXOS	91

Diagrama de actividades	91
Glosario	92

INTRODUCCIÓN

El trastorno de estrés postraumático es una enfermedad de salud mental, causada por una situación de estrés o aterradora, ya sea que se haya vivido o presenciado, los síntomas pueden incluir revivencias, pesadillas, y angustia grave así como pensamientos incontrolables sobre la situación.

A través de esta investigación se indaga sobre las características, síntomas y posibles trastornos dado, que el trastorno de estrés postraumático, se caracteriza por la imposibilidad de recuperarse después de experimentar un evento traumático.

El trastorno puede durar desde dos meses hasta años, lo más recurrente y doloroso que suele suceder en este trastorno son los episodios que recurren el trauma y causa intensos, reacciones tanto emocionales como físicas.

Entre los síntomas se encuentran tener pesadillas, recuerdos, repentinos, evitar la situaciones que recuerden al trauma y reaccionar, angustiadamente a los estímulos y sufrir ansiedad o depresión, generalmente es el trastorno más grave y duradero si el episodio traumático es más intenso y es producto de la

obra del ser humano, se genera de un accidente o desastre natural. Al respecto, algunos autores que las agresiones sexuales o secuestros, son eventos que ocasionan el el trastorno con mucho más frecuencia, mientras otros, como los terremotos y accidentes de tráfico, lo producen en ocasionalmente.

La intervención psicológica del estrés postraumático implica una adecuada evaluación del trastorno, para lo cual diversos autores han elaborado gran cantidad de entrevistas, estructuradas y semi estructuradas, escalas y cuestionarios, que sean utilizado para realizar el diagnóstico y mototorizacion de los signos y síntomas del trastorno.

En el estrés postraumático el objetivo será reducir la evitación y negación del problema, así como facilitar que la persona optimice sus propios recursos y genere estrategias y afrontamiento.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

- 1- ¿Cuál es el motivo que causa el Trastorno de Estrés Postraumático?
- 2- ¿Cuáles son los posibles síntomas?
- 3- ¿Cuál es la prevalencia?
- 4- ¿Cuáles son los posibles tratamientos?
- 5- ¿Cuál es la diferencia en el TEPT un Trauma?
- 6- ¿Qué relación puede haber en el TEPT y la ansiedad?

AFECTACIÓN A CAUSA DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO EN LOS ALUMNOS DE LA UNIVERDIDAD DEL SURESTE.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El interés principal, por el cual se realiza esta investigación, es la afectación de la problemática a la sociedad, por la que tiene un impacto emocional en la persona , puesto que las causas provienen sobre una cosa específica o lo que conlleva como resultado de un efecto emocional. A lo cual se reduce al trastorno de estrés postraumático Es una afectación de salud mental, que algunas personas desarrollan tras experimentar o al ver algún evento traumático.

Se ha comprobado científicamente que el experimentar con acontecimiento traumático, puede impactar a la totalidad del individuo, a su funcionalidad fisiológica, psicológica y conductual, el cual tiene como repercusión en todas las áreas de la vida de la persona, y además tiene conexión con otros trastornos Tales, como la depresión, la ansiedad y en otros casos extremos, llegar a un posible suicidio.

MARCO CONCEPTUAL

La preocupación por la cual se realiza esta investigación, es para prevenir más casos y las personas estén conscientes de la gravedad, por lo que consta de experimentar flashbacks, o revivir mentalmente el acontecimiento traumático una y otra vez, incluso acompañado de síntomas físicos como palpitaciones o sudoración. Tener recuerdos o sueños recurrentes relacionados con el acontecimiento. Tener pensamientos angustiantes. Presentar indicios físicos de estrés.

Por lo que resulta muy importante dar una atención psicológica adecuada a las personas afectadas, el trastorno de estrés postraumático tiene raíces en la psiquiatría a finales del siglo XIX y principios del siglo XX. A lo qué largo de la historia, las investigaciones acerca del trastorno psicológico produzcan cambios importantes en el sistema nervioso central

Durante la historia han tenido que lidiar con eventos traumáticos y con consecuencias emocionales, que de ello se deriva. Por causas, como son las guerras, abusos sexuales y catástrofes naturales, que provocan un intenso impacto emocional que puede modificar a las personas en sus aspectos psicológicos, biológicos y sociales.

Todo lo que los recuerdos de acontecimiento traumático, es dañar, es capaz de dañar la vida psíquica de la persona, llegando incluso alterar la capacidad de percibir la realidad que lo rodea de una forma adecuada.

Cazabat (2002), refiere que Herbert Page fue un médico británico que defendió la propuesta de que el origen del trauma era psicológico. Este autor lo llamó “ shock, nervioso” a la sintomatología postraumática, atribuyendo su etimología al terror experimentado, y no al daño orgánico, creencias de la época.

Estudios de la última tendencia se realizó del neurólogo alemán Hernann Oppenheim, quién acuñó el término “neurosis traumática” en 1889. Se atribuyó la sintomatología postraumática a cambios musculares muy útiles en el sistema nervioso central. Sin embargo Van Der Kolk Welsaeth y Van Der Hart (1996).

Refieren a la alta frecuencia de los síntomas, aparentemente relacionados con el corazón , como la taquicardia y las palpitaciones, ocasional, provocó que, durante mucho tiempo, la llamara neurosis traumática, se asociará al grupo de “neurosis cardiaca ”.

Charcot, en sus estudios realizados, notó la relación de la histeria y los traumas sufridos y para la explicación y tratamiento. Desarrolla un modelo etiológico que derivó del origen traumático, es decir, propone que en un sistema nervioso, con predisposición hereditaria, un choque nervioso o miedo, inducen a un estado sinóptico, volviendo a una víctima, susceptible de sugestión.

Pierre Janet sugirió la línea de investigación, propuesta por Charcot, en relación entre la histeria y los traumas previos, haciendo del trauma subconsciente para referirse a un conjunto de recuerdos que construyen un esquema mental y dirigen las relaciones de la persona con su entorno.

El objetivo principal de esta investigación es dar a conocer puntos importantes sobre el estrés postraumático. Es importante relacionar que el 3.9% de la población mundial sufre estrés postraumático y en México está diagnosticado 1.19% de la población. ¿Nos hemos dado cuenta de la afectación que tiene ese tema?. Será importante mencionar la gran cantidad de personas que no saben que sufren estrés postraumático.

Esto es debido a la desinformación que existe, algunos contactan que sólo es un miedo, un mal recuerdo cuando se trata de algo más grave. Es por eso que hemos decidido indagar este tema.

En el mundo entero, el estrés postraumático se presenta en todas las esferas sociales, como lo demuestra la (OMS), organización mundial de la salud. Estima que un 3.9% de la población mundial ha tenido trastorno de estrés postraumático (TEPT) en algún momento de su vida, así mismo se ha demostrado que el trastorno de estrés postraumático afecta más a las mujeres que a los hombres.

En América Latina, también se presenta el estrés postraumático en cualquier tipo de entorno o estatus. Se realizó estudios sobre el estrés post traumático, relacionado con el COVID-19 en el cual afectó a la población de latinoamérica, por lo menos 12 países, lo cual generó que mujeres, o personas que tuvieron un familiar cercano que murió por COVID-19 y en personas con depresión, ansiedad o estrés severo.

En México, el estrés postraumático afecta a todos los niveles sociales. Medina (2001-2002) encontró que la población mexicana urbana de entre 18 a 65 años de edad. Los cuales los resultados fueron que el 68% de la población ha estado expuesto al menos un suceso estresante en su vida. La exposición varía por sexo (violación, acoso y abuso sexual) por lo que son lo más frecuente en mujeres, los accidentes y robos en hombres. El 2.3% de mujeres y el 0.4 en hombres presentaron, estrés, postraumático.

En Chiapas se ha documentado que el estrés postraumático es un problema de salud importante, en específico la población femenina, los cuales se han identificado factores de riesgo como; la exposición a la violencia, el acoso y el secuestro, problemas que se han agravado por la situación actual en Chiapas aumentan la posibilidad de TEPT a demás de la depresión y ansiedad que se han asociado al Estrés postraumático.

En la universidad del sureste (UDS) específicamente enfocado en la población objeto de estudio ha sido la carrera de medicina humana de octavo semestre que demuestra un índice alto de estrés debido a su carrera y debido a otros factores.

MARCO REFERENCIAL

Ahora bien, teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, el tema del COVID-19, la pandemia que aquejó y lastimó a innumerables personas tanto en nuestra comunidad estudiantil, como a nivel mundial.

Una de las respuestas que queremos llegar con esta investigación; es la prevalencia, así que, ampliemos momentáneamente el círculo afectado.

Un estudio revelado en Chiclayo, Peru, sobre la prevalencia de personas afectas por Trastorno de estrés postraumático (TEPT) arrojó la siguiente información.

El estrés postraumático por la cuarentena del coronavirus 2019 en los mayores de edad del distrito de Chiclayo en el período 2021.

Material y métodos: Se llevó a cabo un estudio observacional descriptivo transversal, donde el tamaño de la muestra fue de 384 personas mayores de 18 años de edad, residentes del distrito de Chiclayo, en cuarentena por COVID-19 en el año 2021, utilizando el instrumento denominado escala de verificación del trastorno de estrés postraumático versión civil, para analizar la prevalencia del estrés postraumático; las variables demográficas, sociales y económicas se midieron mediante un cuestionario estructurado que incluía preguntas sobre sexo, edad, estado civil, religión, nivel educativo, ocupación, condición y modalidad laboral, utilizando pruebas estadísticas adecuadas.

Resultados: Se observó que el 10,9% de la muestra de estudio presentó nivel alto de estrés postraumático y 53,6% un nivel moderado.

Los resultados revelaron que los solteros mostraron mayor prevalencia de estrés postraumático en comparación con los casados, las mujeres experimentaron más estrés que los hombres y los adultos más jóvenes presentaron niveles bajos de estrés en comparación con los grupos de mayor edad, con un nivel de importancia menor de 0,05 que indica un riesgo menor del 5% y un nivel de confianza del 95%. **Conclusión:** La investigación evidenció una moderada prevalencia de estrés postraumático en los mayores de edad durante la cuarentena del coronavirus en el distrito de Chiclayo en el período 2021.

Dulčić (2016), describió “Estrés postraumático y Estrés subjetivo en estudiantes universitarios Tras Aluvión de Barro” su objetivo fue describir los niveles de la sintomatología de estrés postraumático y el estrés subjetivo en una muestra de campo que ocupó 149 estudiantes universitarios de Copiapó, Chile.

En la cual se utilizó una estrategia asociativa de tipo comparativa y un diseño de grupos naturales, con las herramientas por medio de encuestas de sociodemográficas, se usó una escala de gravedad de síntomas del trastorno o de estrés postraumático y una escala de impacto al evento. En el cual se pudo observar que, en el total de la muestra el 2% muestra síntomas de estrés postraumático y el 85% muestran síntomas de mediana intensidad de impacto al evento, y el 13.4% resultó síntomas severos de estrés subjetivo. Dicho estudio arrojó no diferencias relevantes en función al sexo.

La investigación psicosocial de desastres ha estado inicialmente centrada en el impacto de la salud mental y física de todas las

El brote de la COVID-19 resulta estresante para muchas personas, el temor y la ansiedad que causa esta enfermedad pueden ser agobiantes y generar emociones fuertes, la forma en que la población responde al brote depende de sus antecedentes, de los aspectos que los diferencian de otros individuos y de la comunidad en la que vive; no obstante, las personas que pueden tener una reacción más fuerte al estrés, en una crisis de este tipo, incluye a ciertos grupos poblacionales más vulnerables (1). La exposición a la COVID-19 podría ser un factor de riesgo comórbido en personas diagnosticadas con enfermedades mentales graves.

No sorprende que la ansiedad esté en niveles altos durante la pandemia, y se presenten síntomas de estrés postraumático, o se incrementen los delirios y las alucinaciones (2). La cuarentena es un término utilizado para describir el aislamiento de seres humanos o animales durante un período no especificado para prevenir el riesgo de propagación de una enfermedad

(3). El trastorno de estrés postraumático (TEPT) es una condición psicológica que se desarrolla después de experimentar o presenciar un evento traumático (4), el que se tiene en cuenta en esta investigación es el causado por el sufrimiento mental o emocional grave que ocasionó la cuarentena del coronavirus, es una condición psicológica que ocurre después de un trauma, desencadenada por una situación aterradora, ya sea que se haya experimentado o presenciado. Puede ocurrir en personas de todas las edades y es más frecuente en mujeres que en hombres.

Aparecen cuatro síntomas predominantes la reexperimentación del acontecimiento traumático, evitación de estímulos relacionados con el trauma, embotamiento mental y un estado de hiperactivación. (5) La pandemia de COVID-19 ha sido un evento traumático a nivel global, desencadenando reacciones de miedo, indefensión y horror en millones de personas, debido a las medidas de cuarentena y el aislamiento social prolongado (6)

A nivel global, se implementó una cuarentena debido al brote de coronavirus 2019 (COVID-19) en 197 países. Se informó por primera vez sobre 27 casos en China el 12 de diciembre del 2019 (7). El 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró oficialmente al COVID-19 como una pandemia. Entre los países afectados estuvieron Japón, Estados Unidos, Italia, Alemania, Reino Unido,

Australia, España, Francia, entre otros. Esta situación provocó que las personas experimenten una variedad de problemas psicológicos, como ansiedad, tensión, irritabilidad, depresión, ilusiones patológicas, alucinaciones, delirios, pérdida del apetito, náuseas, diarrea, aumento en la frecuencia urinaria, sudoración excesiva, tensión muscular y otros síntomas similares. Los síntomas mencionados en cuestión pueden surgir tan pronto como al día siguiente del evento traumático y es importante tener en cuenta que las repercusiones psicológicas de este suceso pueden extenderse a lo largo de varios años (8).

Esto hace que, durante periodos de crisis, es fundamental plantear estrategias que permitan disminuir la probabilidad de desarrollar trastornos psicológicos.

En América Latina, la imposición de cuarentenas como medida preventiva contra el COVID-19 también fueron instituidas. Se confirmó el primer caso en Brasil el 25 de febrero de 2020, lo que llevó a la propagación del virus a la gran mayoría de los países de la región. Este fenómeno ocurrió en naciones como Ecuador, México, Perú, Argentina, Bolivia, Chile, y otros más.

En Perú, se impuso una medida de aislamiento debido a la pandemia del COVID- 19.

La cual fue establecida por el gobierno de turno a partir del 16 de marzo del 2020 y fue extendida gradualmente. Además, se implementó un toque de queda riguroso en el departamento de Lambayeque, ya que la región experimentó un elevado índice de contagios y fallecimientos por el virus, situándose en el tercer puesto a nivel nacional hasta el 19 de abril de 2020.

El distrito de Chiclayo fue identificado como sitio de investigación, con base en la implementación de una cuarentena a causa de la pandemia de COVID-19, junto con la imposición de un estricto toque de queda como medidas necesarias para contener la propagación del virus, lo cual generó un considerable nivel de preocupación y miedo entre la población local. Estas medidas, aunque necesarias para controlar la propagación del virus, tuvieron un impacto

psicológico profundo en la población, exacerbando los síntomas de estrés y ansiedad

Dicho lo anterior, es para magnificar el impacto que tuvo el Trastorno de estrés porstraumático a nivel mundial y no solo en nuestra comunidad UDS. La larga travesía del trastorno de estrés postraumático (TEPT) hasta que empezó a ser tomado en serio.

Los síntomas del trastorno de estrés postraumático son conocidos desde hace milenios, pero los médicos han tardado más de un siglo en clasificarlos como un trastorno con un tratamiento específico.

Hablaremos un poco de la historia del Trastorno de estrés postraumático, para ello es importante regresarnos demasiados años atrás, a la segunda guerra mundial.

La guerra había terminado, pero los soldados seguían luchando. Los recuerdos, las pesadillas y la depresión les atormentaban. Algunos arrastraban

las palabras. Otros no podían concentrarse. Atormentados y temerosos, los soldados luchaban contra los fantasmas de la guerra.

Por aquel entonces, se suponía que los antiguos soldados estaban embrujados por fantasmas. Pero si se les tratara hoy, probablemente recibirían un diagnóstico psiquiátrico formal de trastorno de estrés postraumático (TEPT).

Aunque el diagnóstico tiene sus raíces en el combate, la comunidad médica reconoce ahora que el TEPT afecta por igual a civiles y soldados. Los pacientes desarrollan el TEPT tras experimentar, conocer o presenciar un suceso traumático (definido como "amenaza o muerte real, lesiones graves o violencia sexual") y sus síntomas intrusivos afectan a su capacidad para afrontar el presente.

Es probable que casi el 7% de las personas adultas Mexicanas sufran TEPT a lo largo de su vida, pero han tenido que pasar siglos para que la sociedad haya sabido reconocer los nocivos efectos físicos y mentales de experimentar, presenciar o ser consciente de sucesos traumáticos. El trastorno anteriormente lo conocían como "histeria traumática". Los historiadores de la medicina han documentado muchos relatos tempranos de lo que ahora se clasificaría como TEPT. Está la descripción que hace Heródoto de un soldado ateniense que se quedó ciego tras presenciar una batalla.

Pero aunque los primeros médicos buscaron una causa física, no fue hasta la década de 1880 cuando los psiquiatras relacionaron los síntomas con el cerebro. En aquella época, a las mujeres que expresaban emociones vehementes se las etiquetaba con "histeria", una afección que supuestamente surgía del útero. Cuando el neurólogo francés Jean-Martin Charcot observó síntomas similares en los hombres, los atribuyó a sucesos traumáticos (más que a un origen biológico) y nació el término "histeria traumática".

"El concepto de trauma estuvo ligado a la debilidad femenina desde el principio", afirma Mary Catheryne , historiadora del TEPT que trabaja como profesora adjunta de filosofía y estudios religiosos en la Universidad Old Dominion de Virginia (Estados Unidos). Y cuando la Primera Guerra Mundial irrumpió en escena, desafió la convicción común de que la estabilidad psicológica era una cuestión de carácter personal, masculinidad y fuerza moral.

Anteriormente una persona que presentara traumas, miedos, o recuerdos intrusivos, era tomado como "loco" o peor aún si se trataba de un hombre, mostraba que era poco masculino, que no tenía el carácter para enfrentar sus problemas, los doctores trataban de relacionarlo con algún problema físico, sin embargo ahora sabes la realidad del problema, y que se trata de problemas mentales, e incontrolables.

Para la Segunda Guerra Mundial, los psiquiatras reconocían cada vez más que el combate tendría ramificaciones en la salud mental, y llegaron a la conclusión de que demasiados hombres propensos a la ansiedad o a las "tendencias neuróticas" habían sido seleccionados para servir en la guerra anterior. Sin embargo, aunque en el periodo previo a la Segunda Guerra Mundial se examinó y rechazó a seis veces más hombres estadounidenses, el servicio militar siguió pasando factura.

Aproximadamente el doble de soldados estadounidenses mostraron síntomas de TEPT durante la Segunda Guerra Mundial que en la Primera Guerra Mundial. Esta vez su afección se denominó "colapso psiquiátrico", "fatiga de combate" o "neurosis de guerra".

Los oficiales militares supusieron que retirar a los hombres de las situaciones de combate o tratarlos con inyecciones de fármacos como el amital sódico aliviaría su angustia psiquiátrica. No funcionó: casi 1,4 millones de los 16,1 millones de hombres que sirvieron en la Segunda Guerra Mundial fueron tratados por fatiga de combate durante la guerra, y la enfermedad fue responsable del 40 por ciento de todas las bajas.

HIPÓTESIS

Nosotros creemos que la investigación nos dará las herramientas informativas para determinar que existe demasiado desinformación en la sociedad en específico en el campo estudiado y la poca relevancia que ha tomado el tema de la salud mental, así como el no tener información del tema por ende no atender las dificultades o problemas que se llegan a presentar en la vida diaria, lo que genera que tales dificultades se agraven y se llega a pensar que es por otras causas y no por el origen verdadero, nosotros pensamos encontrar información relevante lo cual secundé el interés e intención de informar a todas las personas que puedan leer esta investigación a saber identificar, conocer y poder tener herramientas teóricas para reconocer y manejar esta problemática.

OBJETIVOS

General:

- describir la problemática del trastorno de sùelos dramático, para informar mediante conocimientos teóricos.

Específicos:

- Identificar la situación actual de la problemática
 - Analizar las variables causantes o aspectos detonantes
 - Evaluar las esferas sociales
 - Demostrar la importancia en aspectos clínicos
 - Comprender a las personas con el trastorno de estrés postraumático
-
- Explicar la problemática ampliamente
 - Diferenciar el trastorno de estrés, postraumático con un miedo.

JUSTIFICACIÓN

Desde el punto de vista teórico, y desde luego, tomando en cuenta ya más estudios relacionados sobre ese tema a nivel mundial, como también a nivel nacional.

No se había tenido presencia, y tampoco se ha centrado en las variables enfocándose a una comunidad estudiantil y base a ello ve sus causas.

Con este estudio, estamos llenando un vacío de conocimiento teórico, por consecuencia, en el punto de vista práctico, estamos realizando este estudio por la finalidad de prevenir e informar a la comunidad estudiantil.

Partiendo desde el aspecto social, en la mayor parte de la población, no le dan importancia requerida, cayendo en la desinformación y la ignorancia, esto generando consecuencia que lo tomen de una manera disntinta, como “ es solo un miedo”, “ quedé espantado” o de manera cónica decir, (se quedó traumatado) por lo tanto, con este estudio, buscamos hacer conciencia a este gran número de personas, de atender o asistir a una ayuda profesional para tener una un mejor acompañamiento, y asimismo podemos reducir el número de personas con estrés, postraumático, no atendidos.

En el aspecto clínico, nos hemos enfocado en el trastorno de su postraumático, todos los trastornos de salud mental del DSM-5 ya que es uno de los trastornos mentales, menos atendidos y con mayor desinformación, este es uno de los trastornos con mayor prevalencia a nivel social.

En la psicología clínica se tiene catalogado como un trastorno de traumas y estrés, y debido a esto hace que cualquier tipo de persona sea más vulnerable a poder sufrir.

Es uno o más trastornos que se que se puede llevar a más trastornos, esto debido a las a las características que lo componen. Es por eso que en este estudio también buscamos informar a la población sobre la importancia de la terapia clínica y específicamente qué tipos de corrientes podrán ser los más adecuados.

METODOLOGÍA

El proyecto de investigación es de tipo descriptivo porque describe y analiza ampliamente el tema de estudio. A su vez informativo, ya que el propósito de la investigación busca brindar suficiente información para que los usuarios puedan identificar rasgos y características de la problemática. (Trastorno de Estrés Postraumático) .

La presente investigación utiliza un enfoque cuantitativo, por lo que se evaluó la desinformación que existe en la actualidad en la comunidad evaluada, obtenida a través de la aplicación y análisis de resultados finales, por medio de recolección de información, a través de encuestas y observación.

Se marcó dentro de la modalidad de introducción de proyecto, puesto que proporciona información diagnóstica y técnicas de intervención determinadas. En la unidad de análisis.

La población del proyecto de investigación, la contribuye la comunidad estudiantil de la carrera de medicina humana de sexto semestre de la universidad del sureste (UDS) .

Investigación centro unidad de análisis en ciertos alumnos de la carrera de medicina humana, específicamente sexto semestre, por lo tanto se justifica que los instrumentos utilizados. Nos permitieron analizar el estudio de usuarios de dicha muestra, permitió conocer la información existente en la población y el impacto alcanzado, aunque el enfoque y el campo de estudio fue pequeño, se estudió un entorno en el que la comunidad estudiantil presenta altos índices de estrés.

CAPÍTULO II

ARECTACIÓN A CAUSA DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO EN LOS AMUMNOS DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ANTECEDENTES

Dentro de la investigación del Trastorno de Estrés Postraumático se encontró diversos estudios que abarcan, Hall (2021) investigó “síntomas de estrés postraumático entre estudiantes universitarios chinos durante la pandemia del COVID-19”. Su objetivo fue estudiar tal impacto, para lo cual tuvo como resultado que tales factores como la resiliencia y la autocompasión son medidas prospectivas sirven para mejorar esta problemática. La metodología que empleó fue de tipo descriptiva con un enfoque cuantitativo. La muestra que participó fue de 1.164 estudiantes universitarios en dos puntos temporales (febrero y agosto de 2020).

Un punto importante mediante ello se recopiló información en que el Trastorno de estrés Postraumático generalmente disminuyó a lo largo de 6 meses posteriores al COVID-19 , la prevalencia se mantuvo relativamente alta, , resiliencia y autocompasión predijeron negativamente el TEPT de manera simultánea.

El resultado se observó en que los individuos de familias no intactas tenían un mayor riesgo de desarrollar trastornos psiquiátricos en comparación con las familias intactas, también jóvenes chinos en áreas rurales también mostraron una mayor prevalencia de trastorno de estrés postraumático, en comparación con sus contrapartes urbanas.

En cuanto a la vulnerabilidad psicológica las experiencias adversas en la infancia se correlacionan positivamente con un mayor TEPT. Se espera que las personas que las personas con adversidades en la infancia tengan mayor riesgo de desarrollar Trastorno de estrés postraumático. Pero cabe resaltar que la autocompasión ha sido reconocida como uno de los factores positivos más importante en los últimos años, es importante definir la autocompasión, es la capacidad de, brindar amor, amabilidad y cuidado hacia en interior, particularmente en la angustia. El cual implica ser consciente y amable con uno mismo y ver el sufrimiento como una parte más grande de la experiencia humana, por lo que la autocompasión está está relacionada con estrategias de afrontamiento y estrategia de regulación emocional, para hacer frente a los problemas de salud mental.

Lo cual generó como resultado que las personas que tiene la capacidad de autocompasión tiene menos probabilidad de sufrir TEPT y las personas con baja capacidad de TEPT pueden ser incapaces de regular a la baja respuesta de supervivencia automática del cerebro, a la respuesta de lucha o huida después de vientos estresantes importantes. Según la teoría del procesamiento emocional, la información sobre el trauma no se procesa adecuadamente debido a la evitación de la angustia.

McDonald (2024) analizó “ el Estrés postraumático está aumentando entre los estudiantes universitarios”. Investigación publicada en JAMÁS Networ, indicó que el trastorno de estrés postraumático entre los alumnos universitarios aumentó del 3,4% al 7,5% entre el periodo de tiempo 2017- 2022. Más de 390.000 participantes en el estudio.

Ya que también arrojó que tanto como el estrés postraumático aumentó ha ido de la mano junto a la ansiedad en aumento con los estudiantes universitarios, por lo consiguiente fue encontrado el resultado el aumento de TEA (trastorno de estrés agudo). Ha sido una problemática en aumento en los estudiantes universitarios. Lo cual ha generado la incertidumbre e interés por investigar el porqué estos trastornos están aumentado entre los adultos jóvenes.

Según The New York Times, los diagnósticos de trastornos han alcanzado el punto máximo durante la pandemia de COVID-19. La investigación señaló factores estresantes relacionados con la pandemia como lo son (la pérdida de

seres queridos, el efecto de eventos traumáticos) como por ejemplo; tiroteos en campus, o un trauma racial).

El Instituto Nacional de la salud Mental, proporcionó métodos adicionales para ayudar a quienes luchan con síntomas de Trastorno de Estrés postraumático (TEPT).

- Crear objetivos realistas y manejables .
- Practicar actividades que puedan reducir el estrés.
- Evitar las drogas y el alcohol.
- establecer rutinas para comida, sueño y ejercicio.
- Entender y comprender que lo síntomas se reducirán gradualmente, y no al instante
- Tener comunicación con un amigo de confianza o familia .

Harvard Health proporcionó algunas formas en que los estudnaites universitarios pueden controlar los síntomas de ansiedad.

- **cuidarse a uno mismo:** ya que es una forma fundamental para aliviar el estrés.
- **Utilice los recursos del campus:** las instituciones cuentas con

recursos para aliviar el estrés y adaptarse a nuevas situaciones.

- **No evites a los demás:** algunos estudiantes toman la decisión de combatir el estrés faltando a clases o evitando los factores estresantes, sin Embargo eso solo empeorar la problemática.

Campbell (2009) indagó “Trastorno de Estrés postraumático y trastornos por consumo de sustancias en estudiantes universitarios”. Objetivo verificar la prevalencia de el estrés postraumático en jóvenes estudiantes universitarios en relación a la problemática de consumo de sustancias. Metodología de tipo descriptiva con enfoque cuantitativo, lo cual se ha generado factores de transición como en que los años universitarios son un periodo de transición hacia la edad adulta, durante este tiempo los estudiantes experimentan libertades y responsabilidades adultas en la cual el uso de sustancias se ve relacionado con el ambiente como la presión social.

El uso de sustancias puede ser un desafío para las personas que estén lidiando con una historia de trauma, y secuelas de estrés postraumático. El estudio relalizo bajo esa investigación arrojó que la tasa de por vida de

experimentación a presencial un evento traumático como (abuso físico o sexual o desastres naturales) varían entre el 67% a 86% ya que muchos estudiantes experimentan incidentes traumáticos como abuso , incendios , violaciones incluso hasta asesinatos durante el periodo universitario.

2.1 PREVALENCIA DEL TRASTORNO DE POSTRAUMÁTICO EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Muchos estudiantes universitario, en específico; mujeres tiene antecedentes de trauma o experimentación en un evento traumático. Mientras estaban en la universidad

. Para cumplir con los criterios del diagnóstico del Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales (DSM-V) las personas deben haber experimentado un evento traumático que implicó una amenaza grave de daño a sí mismas o a otras personas que implicó sentimientos de miedo intenso, la persona debe contar uno o más (de 5) síntomas del grupo B. (reexperimentación del trauma a través de flashbacks o recuerdos indeseados e intrusivos). 3 o más (de 7) síntomas del grupo C (evitación intenso de no pensar en la experiencia traumática) y 2 o más (5) síntomas del grupo D (hiperactivación , incluido hipervigilancia e insomnio). Los síntomas deben de haber durando más de un mes y generado un deterioro significativo en el funcionamiento para cumplir con los criterios de diagnóstico de Trastono de Estrés Postraumático.

2.2 COMORBIDAD DEL TEPT Y EL TUS EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

El TEPT y el TUS están consistentemente relacionado en adultos, pero la tasa de de coocurrencia está actualmente en un estado desconocido. Las investigaciones han encontrado una asociación entre el trauma y el consumo de sustancias entre estudiantes y se ha encontrado que hay un alto porcentaje

específicamente en (alcohol) y la agresión sexual. Especialmente los estudiantes universitarios que han estado expuestos al abuso físico o violencia durante la infancia tiene mayor posibilidades de desarrollar problemas de alcohol que estudiantes sin tal precedentes.

Los autores reconocieron que la baja sensibilidad de su medida del consumo de alcohol, y las bajas tasas generales de consumo de alcohol en su muestra pueden haber oscurecido la relación entre el TEPT y el consumo de alcohol. Estos hallazgos sugieren que el grado de comorbilidad del TEPT y el TUS observado en adultos y adolescentes también puede estar presente en los estudiantes universitarios. Además, aunque la literatura documenta tasas sustanciales de sintomatología de TEPT ha habido sorprendentemente poca investigación sobre las asociaciones entre el "TEPT parcial" y el uso de sustancias en estudiantes universitarios.

Dulčić (2016) describió " Estrés postraumático y estrés subjetivo en estudiantes universitarios Tras Aluvión de Barro" su objetivo fue describir los niveles de sintomatología de el estrés postraumático y el estrés subjetivo, en una muestra de campo de 149 estudiantes universitarios de Copiapó, Chile.

El el cual se utilizó una estrategia asociativa de tipo comparativa y un diseño de grupos naturales , se hizo uso de herramientas de encuesta sociodemografica, escala de gravedad en síntomas del trastorno de estrés postraumático y escala de impacto al evento, en la cual se obtuvo el resultado de que el 85% presentan síntomas de media intensidad del impacto al evento y el 13.4% síntomas severos de estrés

subjetivo. En el cual dicho estudio no se encontraron datos significativos en cuestión se sexo.

Khan (2024), analizó "Factores asociados con los síntomas del estrato de estrés postraumático entre los estudiantes universitarios" en estudiantes de Bangladesh después del COVID-19, en el cual se realizó una encuesta transversal en un campo de estudio de 2100 estudiantes universitarios de Bangladesh de 18 años a más del 29 de abril al 15 de mayo del 2021.

En los cuales se observó datos sociodemograficos, junto a factores físicos y psicosociales relacionados con el tema del COVID-19, dicho estudio se realizó estadísticas descriptivas.

Objetivo como resultado que el 56,76% de los estudiantes tenían trastorno de estrés postraumático (provisional). Y las estudiantes mujeres tenían mayor probabilidad de sufrir síntomas de trastorno de estrés postraumático que los hombres, por razones o factores de ser Víctimas de acoso en redes sociales, tener problemas de relación, sentirse una carga para su familia es por estas razones que tuvieron más prevalencia en el brote TEPT.

BASES TEÓRICAS

MARCO TEÓRICO

2.3 AFECTACIÓN DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

Afectación refiere a un sustantivo derivado del verbo afectar, se refiere al hecho de afectar a una acción, en lo cual produce una alteración o mudanza en algo.

Afectación en el trastorno de estrés posttraumático, refiere a una alteración en la capacidad de experimentar y expresar emociones de manera saludable y adaptativa después de un evento traumático. La afectación se ve influenciada por varios factores como; la gravedad del trauma , ya que tiene que ver con la duración del evento traumático. Historia de trauma previo, habla de las personas que han experimentado trauma previo pueden ser más propensas a desarrollar TEPT. Apoyo emocional, la falta de apoyo digital y aislamiento pueda aumentar la afectación emocional en el TEPT. Tratamiento, hacer uso de terapia efectiva como terapia cognitivo- conductual o terapia de exposición y puede ayudar a reducir a afectación emocional en el TEPT.

Origen de la afectación, el origen de TEPT es muy complejo sin embargo, se encuentra factores como;

- Factores biológicos, referente en alteraciones en la regulación de estrés, puede afectar la capacidad del cuerpo para regular de estrés, lo que puede llevar a una respuesta exagerada de estrés. Como también cambios de estructura y función cerebral el TEPT, puede afectar la estructura y función de regiones cerebrales involucradas en la regulación emocional, como amígdala y el córtex prefrontal. También desregulación de sistema nervioso autónomo, el TEPT, en el cual puede afectar la regulación del sistema nervioso autónomo lo cual ha provocado los síntomas de, hipervigilancia y la ansiedad.

Factores psicológicos, experiencia traumática, la experiencia traumática en sí misma puede ser desencadenante principalmente. Procesamiento emocional, refiere a la forma de que se procesan las emociones relacionada con en trauma.

Factores ambientales y sociales, el entorno en el que se desarrolla el trauma puede influir exacerbar la afectación.

Por último y menos importante, el factor genético la predisposición genética suele influir a la vulnerabilidad a desarrollar TEPT.

Características de una persona afectada por trastorno de estrés posttraumático, pueden presentar una variedad de síntomas y catástrofes como; ansiedad, miedo, depresión, ira, resentimiento, culpa y vergüenza. Síntomas conductuales, evitación, hipervigilancia, problemas de sueño u abuso de sustancias. Síntomas físicos, dolor crónico, problemas gastrointestinales, problemas de salud mental y fatiga crónica. Es de suma importancia remarcar que no todas las personas experimentan este trastorno de la misma manera y no todos suelen presentar estos síntomas.

Formas de intervención, tener intervención temprana después de un evento traumático ya que esto puede ayudar a prevenir el TEPT. Tener ayuda de intervención terapéutica cognitivo- conductual el cual ayudará a la persona a procesar y afrontar sus emociones y pensamientos. Estrategias individuales, técnicas de relajación, ejercicio físico y conexión social.

Según Freud en su teoría, el trauma es un fenómeno complejo que estudio en el campo del psicoanálisis, en el cual Freud propuso la teorías freudianas que nos permiten comprender el origen en el que se plantea en una de sus últimas obras “construcción del análisis” en el cual habla sobre la primera infancia y la simbolización del trauma.

Freud consideraba que el origen de las experiencias perturbadoras que ocurrían en la infancia temprana, por lo que las experiencias podrían ser eventos traumáticos reales como, abusos físicos o sexuales. Lo que es fundamental

comprender complejidad de estos eventos y su potencial en teperjucion en la vida diaria y relaciones interpersonales de la persona.

Freud plantea que la falta de simbolización en la primera infancia es un factor crucial en el origen del trauma, ya que para el autor surge cuando el niño no ha adquirido plenamente la capacidad de representar sus experiencias través de símbolos y palabras, por consecuencia, su expresión se basa principalmente en la comunicación no verbal como lo son: los gestos y expresiones faciales, los impactos emocionales y traumáticos quedan grabados de manera más directa en la psique del infante, sin ser elaborados ni integrados de manera simbólica. Lo cual favorece el origen del trauma.

Freud también habló sobre la importancia de la construcción de significados en la teoría freudiana, no se trata solo de hablar sobre los eventos traumáticos sino de construir nuevos significados en el entorno a ellos. De este modo, a través de la exploración de las asociaciones, los sueños y síntomas, se busca dar sentido y comprensión a las experiencias traumáticas. Y, como resultado, esta construcción de significados proporciona una nueva perspectiva

y narrativa. Permitiendo por ende al individuo integrar el trauma en su historia personal de una manera menos perturbadora (Freud, 1988).

hallazgos recientes cuestionan la concepción tradicional de la teoría freudiana sobre el trauma y la neurosis traumática. Al plantear que el trauma puede ser tanto destructivo como afectivo, se amplía nuestra comprensión de cómo los eventos externos pueden afectar la realidad psíquica de un individuo. Además, se destaca la importancia del escudo protector contra estímulos como un mecanismo biológico para evitar afectos desagradables.

En conclusión, El origen del trauma, según las construcciones de la teoría freudiana, se encuentra en experiencias que ocurren en la primera infancia y su falta de simbolización adecuada. Con esto, a través del análisis y la simbolización de dichas experiencias traumáticas es posible facilitar la superación. Además de la integración saludable del trauma en la vida del individuo.

Si bien los conceptos y teorías de Freud han sido fundamentales en el campo de la psicología y la psicoterapia, es importante reconocer que ha habido avances. Así como nuevos enfoques en el estudio de la mente y tratamiento de los trastornos mentales.

2.4 DESINFORMACIÓN DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

El trastorno de estrés postraumático (TEPT) es una condición mental que puede surgir después de una experiencia traumática, dejando una profunda huella en la vida de quienes lo experimentan. Sin embargo, su impacto no se limita solo a las secuelas emocionales; se ha descubierto que el TEPT también puede estar relacionado con la aparición y el desarrollo de adicciones. Comprender esta interconexión es esencial para brindar un enfoque de tratamiento integral y efectivo. Lamentablemente la salud mental no tiene la importancia requerida como debería, haz pensado, que tanto puede afectarle a una persona estrés postraumático muy avanzado, y, ¿no tenga conocimiento que lo padece? Es por eso que es sumamente importante que hayan más investigaciones para que la información pueda llegar a cada persona que lo padezca.

2.5 LA DESINFORMACIÓN DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO EN LOS ESTUDIANTES

A través de nuestras encuestas realizadas fue sorprendente el porcentaje de alumnos que realmente no tiene conocimiento sobre el trastorno de estrés postraumático.

Impresionantemente de el 100% de alumnos encuestados más del 60% de alumnos no tiene si quiera conocimiento básico sobre el trastorno, esto nos lleva a un alarmante casos de una comunidad estudiantil que ha abandonado por completo la información por su salud mental.

Pero, ¿por qué nos preocupa esta desinformación? Los estudiantes de la facultad de medicina a decir verdad son los que mayor exigencia llegar a tener dentro de una institución académica, más de uno remarcó que su principal foco de estrés era la escuela.

Nuestras encuestas realizadas hubo respuestas en donde remarcaban eventos traumáticos, familiares que están diagnosticados con Trastorno de estrés postraumático, pero lo más alarmante es que ellos mismos no podían identificar como mínimo un síntoma. Es acá donde nos preguntamos, ¿esta desinformación es consecuencia de un basto desinterés en la salud? O es resultado de una mala planeación en instituciones diversas?

Nuestro campo estudiantil investigado, tiene una demanda académicamente muy exigente. Es bien sabido que en ocasiones no pueden darse el tiempo de buscar por su parte información para poder detectar un posible síntoma, pero, a través de esta investigación hacemos énfasis en comenzar a tener más autoconocimiento sobre trastornos mentales, estamos seguros que más de uno, pueda presentar síntomas o tener posibilidades de desarrollar el trastorno de

estrés postraumático, en nuestra investigación hemos tenido conocimiento sobre que las personas que pueden sufrir de dicho trastorno puede ser por personas hipocondríacas, aunado que no saben exactamente qué sufren, que tienen, y no tienen conocimiento de las bases de dicho tema.

2.6 POSIBLES CAUSAS

Puedes presentar trastorno de estrés postraumático cuando tienes, ves o te enteras de un acontecimiento que implique la realidad o la amenaza de muerte, lesiones graves o asalto sexual.

Los profesionales de atención médica no están seguros de la razón por la que algunas personas presentan el trastorno de estrés postraumático. Como con la mayoría de los problemas de salud mental, es probable que lo cause una mezcla de factores

Esto es un pequeño listado de algunas situaciones que podrían diagnosticar el trastorno de estrés postraumático.

- Experiencias extremadamente estresantes, así como la cantidad y gravedad del trauma que hayas atravesado en tu vida
- Riesgos de problemas mentales hereditarios, tales como un riesgo elevado de tener ansiedad y depresión
- Características hereditarias de la personalidad –a menudo denominada temperamento
- La forma en la que el cerebro regula las sustancias químicas y las hormonas que el organismo libera en respuesta al estrés

-

Cabe señalar que no son las únicas posibles causas, pueden haber decenas de más factores, la verdad es que; es un trastorno que lamentablemente que hasta con un solo acontecimiento para que cambie totalmente la vida de quien lo padece.

2.7 FACTORES DE RIESGO

El trastorno de estrés postraumático puede afectar a personas de todas las edades. Es más probable que desarrolles trastorno por estrés postraumático después de un hecho traumático si sucede lo siguiente:

- Tienes experiencias traumáticas severas o duraderas.
- Fuiste lesionado físicamente durante el hecho traumático.
- Has pasado por otro trauma en etapas previas de la vida, como maltrato infantil.
- Tienes un trabajo que te expone a hechos traumáticos, como ser militar o miembro del personal de primeros auxilios.
- Tienes otros problemas de salud mental, como depresión o ansiedad.
- Bebes mucho o abusas de drogas.
- Careces de un buen sistema de apoyo de familiares y amigos.
- Tienes familiares cercanos con problemas de salud mental, incluido el trastorno por estrés postraumático o la depresión.

Y si agregamos una lista más de eventos que pueden aumentar el riesgo está lo siguiente.

- Exposición al combate.
- Maltrato físico durante la infancia.
- Violencia sexual.
- Agresión física.
- Ser amenazado con un arma.
- Un accidente.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN AFECTACIÓN CAUSA ESTRÉS POSTRAUMÁTICO EN AUS ALUMNOS ESTRES UNIVERSIDAD DEL SURESTE.

En este presente capítulo se retomará la metodología de investigación. De tipo descriptivo ya que busca describir la problemática ampliamente por lo que a su vez, también es de tipo informativa por consecuencia a que uno de los objetivos principales, informar a la sociedad estudiantil sobre la sintomatología, características consecuencias del Trastorno de estrés postraumático (TEPT).

Esta investigación utiliza un enfoque cuantitativo, buscando estadísticas afectadas en el campo de estudio, que ha sido estudiantes universitarios de la carrera de medicina humana de la universidad del sureste (UDS).

Campo que fue elegido dado que se piensa, que son personas bajo estrés académico y demás factores sociales. Con estas herramientas que fueron utilizadas para las recopilación de datos, en el curso de investigación, fueron, encuestas y observación, con el propósito de dar respuestas a las preguntas de investigación.

Si la investigación fue planteada, de un tipo descriptiva es importante definir el porqué y en qué consiste la investigación de tipo descriptiva, bien, habla principalmente sobre un estudio realizado de manera en que la información es recolectada sin cambiar el entorno, (es decir, no hay una manipulación). Por lo que el objetivo de este tipo de investigación busca, describir características de una población o fenómeno. Se enteca en registrar, analizar e interpretar cómo se comportan determinadas personas, grupos o cosas en el presente.

En la cual se emplean técnicas tales como la observación cuantitativa o cualitativa, como lo es en este caso, la investigación realizada se dio base a un enfoque cuantitativo. Se utiliza para validar cualquier condición existente que pueda prevalecer en una población, y así mismo también es utilizada para determinar las condiciones prevalencientes y los patrones de un objeto de estudio.

La investigación a demás de obtener información descriptiva, también obtiene información informativa, la cual consiste en, recopilar información relevante de diversas fuentes sobre un tema en específico.

Este tipo de investigación es útil porque ayuda a obtener información de diversas fuentes, por lo que enriquece ampliamente la investigación, se obtiene datos útiles para el estudio, considerando que sea información pertinente, importante y reciente.

Utiliza técnicas precisas para analizar, sistematizar y presentar la información, tanto permite dar crédito a los autores donde se adquiere la información utilizada.

El enfoque de la investigación es cuantitativa, este enfoque se describe como un método de investigación que se basa en la recopilación y análisis de datos numéricos para describir, explicar y predecir fenómenos.

El cual hace uso de técnicas estadísticas y matemáticas, se basa en la medición de fenómenos, se fundamenta principalmente n el uso de la métrica o cuantificación. Es utilizada para explicar, predecir, controlar y principalmente verificar teorías o leyes.

Dado al enfoque utilizada en la presente investigación se hizo uso de una sola herramienta para la experimentación, de el fenómeno afectado, el cual se empleé el método de recuesta, hacia los estudiantes universitarios para determinar con factores numéricos el porcentaje con mayor afectación por consecuencia de estrés que ha llevado probablemente a un caso mayor por diversos factores a el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT).

Durante la aplicación de encuesta hacia los estudiantes universitarios de la carrera de medicina humana, también se aplicó la técnica de observación práctica, dado que se consideró importante verificar o analizar las conductas mientras realizaban el cuestionario.

El proceso fue bastante tardado , requirió de mucha paciencia, porque los estudiantes estaban ocupados en clases importantes, lo que llevó a un tiempo de espera para poder aplicar las encuestas, al realizadas se pudo observar que las contestaron de manera rápida por motivo de prisa, algunos estudiantes ya iban de salida e iban estresados, algunos otros se notaban con nerviosismo. La manoria se pudo observar con una conducta tranquila y pacífica.

Las encuestas fueron aplicadas a grupos de último año, por lo tanto se considera que las conductas presentadas de los estudiantes pudieron ser por razones de exceso de carga académico y laboral ya que se obtuvo información que algún porcentaje de ellos, no solo estudian, sino también trabajan y cuentan con preocupaciones sociales.

El proceso de recolección de datos fue difícil y demorador, complicada en aspectos de tiempo, se aplicó a 50 estudiantes, no todos fueron del mismo salón por lo tanto tuvieron tiempo en espera para poder acceder a ellos y pudieron brindar información.

3.1 TIPOS DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es de tipo no experimental, no se busca manipular ningún tipo de variable de la problemática sino el objetivo de la investigación es observar los fenómenos ocurridos en su contexto natural. Así contribuyendo al conociendo de interés de indagar profundamente en el tema de causas, eligen y consecuencias del Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT).

Por lo que esta investigación no contribuye ninguna situación sino que

se generen situaciones ya existentes, se basan en categorías, conceptos, variables, sucesos, comunidades o contextos afectados. Se busca analizar la problemática desde su contexto natural tal y como se ve y donde surge.

La elección del tipo de investigación fue elegido de acuerdo a los objetivos establecidos. No extraer sus conclusiones finales ni datos de trabajo mediante una serie de acciones y reacciones reproducibles en un entorno controlado para obtener resultados interpretables, es decir, mediante experimentos.

Por lo que se busca conocer antecedentes y causas del fenómeno estudiado para brindar información a cerca del tema estudiado. Se ha obtenido información sobre una alta desinformación en la sociedad en general pero principiante en la parte estudiantil, e ahí la importancia del propósito de investigación.

3.2 NIVEL DE INVESTIGACIÓN

El nivel de investigación es descriptiva, buscare describir las características del fenómeno existente que es el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT), el cómo es y cómo es que se manifiesta en dicho campo estudiado que en este caso son los estudiantes de medicina humana,

desarrollando en forma más completa posible esta fenómeno, problemática en tal situación. Y así poder recoger información precisa de las variables en estudio como lo son las causas, factores de riesgo, y principalmente la afectación y desinformación de la problemática estudiada

En búsqueda de recolectar datos que muestran tal evento, hecho o contexto, o la situación en la que ocurre, se busca recolectar características y observar la configuración y procesos que componen al Trastorno de Estrés Postraumático.

Obteniendo una medición de la afectación en alumnos universitarios de la carrera de medicina humana, Cuales son las posibles causas, motivos y consecuencias por situaciones estresantes. Analizando aspectos expuestos a tales factores denonantes a tener estrés.

3.3 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño de investigación aplicada ha sido descriptivo, pero a su vez transversal dado que se busca, recolectar datos en una muestra de personas en

un momento determiné, describe variables y analizar su relación en un momento dado. Este diseño se caracteriza por, ser observacional, descriptivo y retrospectivo por el cual se van recopilando datos en personas en específicos como fue en el caso de esta investigación alumnos universitarios de la carrera de medicina, en un mismo momento.

Dicha población de interés fue elegida, por el estrés cotidiana en el que viven y la carrera que cursan, que se caracteriza por ser demandante y el tiempo dedicado y exigencia.

Se ha considerado que la población estudiada es homogénea, todos los miembros de la población de estudio tiene las mismas características de acuerdo a las variables de investigación.

El tiempo, periodo, estudiado en el que se ubican la población de estudio, es presente, por lo que los alumnos universitarios son de la generación 2021 - 2025, año que se realizó el trabajo de investigación. La muestra de investigación no ha sido derivada por el motivo que la población con la que se trabajó ha sido pequeña, se decidió trabajar con toda la población elegida.

3.4 TÉCNICAS Y RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica utilizada en la recolección de datos ha sido encuesta, método utilizada para obtener información relevante que nos permite analizar situaciones y responder las preguntas de investigación.

Técnica que en la cual se plantea un listado de preguntas cerradas para obtener datos precisos. Usualmente se usan para investigaciones cuantitativas como lo es en el caso de este trabajo de investigación, a diferencia del otro tipo de encuestas que se constituyen de preguntas abiertas pero hacia un mediaré cualitativo.

El hecho de tener preguntas cerradas, permite calcularlos resultados de una manera más precisa y obtener porcentajes que nos permitan un análisis rápido de sí mismos. Dicha técnica es favorable para el tipo de investigación que se empleó en este trabajo ya que es un método ágil, teniendo en cuenta que no requiere la presencia continua del investigador para llevarse acabo. Sin embargo la técnica fue realizada de manera presencial hacia los estudiantes universitarios, pero nos Remitió ser más prevés al momento de repartir las hojas correspondiente a cada uno de los alumnos. En la forma en que todos realizaron la encuesta al mismo tiempo.

3.5 ASPECTOS ÉTICOS

La presente investigación, respecto a los aspectos éticos, salvaguarda en primer lugar, la propiedad intelectual de los autores basados en información elegida, respecto a teorías y conocimientos diversos, citándolos apropiadamente y precisando las fuentes bibliográficas.

En alianza a estos principios éticos, señalo que todo lo que se expresa en este trabajo de investigación es veraz, además se aplica la objetividad y la imparcialidad en el tratamiento de las opiniones y resultados que se obtiene.

Por otro lado, se ha tenido mucho cuidado para respetar las distintas opiniones de algunos autores cuyas tesis guardan relación con las variables del presente proyecto, mencionándolos en los antecedentes de la investigación.

Así mismo también resguardando la confianza y colaboración de los alumnos que forman parte de campo investigado tales elementos fueron informados el objetivo de la encuesta, así viviéndose una participación voluntaria para la colaboración de la investigación. Por lo que la técnica utilizada fue una encuesta se omitió el conocer los nombres , de cada uno de los alumnos, en lo

que el análisis de datos obtenidos no se brindará información del campo de estudio.

3.6 FINALIDAD DE INVESTIGACIÓN

La investigación cuenta con la finalidad de observar la problemática para así describirla y sobre todo e informar a la sociedad que es los alumnos universitarios

sobre posibles causas, efectos y consecuencias al erigen del tema tratada Trastorno de Estrés Postraumático, desde luego la investigación se ha llevado acabo de una forma secuente.

Los métodos, herramientas y modalidades utilizadas para profundizan y aclarar la problemática o situación determinada mediante la reelección de datos, por tal motivo, análisis mediante el método de investigación como lo ha sido la encuesta.

La finalidad de el trabajo de investigación no sólo se ha implantado para describir sino información e indagar sobre métodos de intervención para tratar el Trastorno de Estrés Postraumático con el propósito de poder ayudar a todos los lectores interesados en una mejora de la situación presentada, y así poder brindar una ayuda teórica constituidas con bases informativas, y análisis de datos actuales. En la manera en que todos los lectores quedan informarse, hasta llegar a identificar con la sintomatología de este Trastorno, ya que también se buscar o implementar estrategias de auto regulación.

Este análisis predice los efectos del trabajo de investigación en aspectos afectados a causa de el estrés postraumático, en los estudiantes, así como también intenta explicar cómo los estudiantes viven tal situación y los efectos que los causan.

El tema "afectación a causa de el Trastorno de Estrés Postraumático" nació por el interés e incertidumbre en que la sociedad actual tiene mucha desinformación en este trastorno , hoy en día, en la actualidad la salud mental ha tomado más revuelo, se ha empezado a temas más validez y muchas personas le dan la importancia necesaria y acuden a sitios psicológicos por diversas situaciones, sin embargo este, Trastera en específico tiene mucha desinformación ya que durante el tiempo que se ha desarrollado este proyecto de investigación nos pudimos percatar que la mayoría de las personas no tiene la suficiente información para darle la importancia debida y acudan a tratar la problemática, es por eso nació el interés de querer indagar sobre el tema y poder

brindar información principalmente al campo estudiando elegido que ha sido los estudiantes universitarios.

Retomando lo dicho en la mención anterior, la finalidad de esta investigación ha sido para nutrir de información no solo a la comunidad estudiantil que está siendo analizada sino que sea un precedente para que más personas puedan tener información sobre este trastorno que ha lastimado tantas vidas y hogares porque de esto surge la duda, cuando nos duele una parte del cuerpo, ¿a donde recurrimos? En seguida vamos con un médico pero, ¿qué pasa cuando tenemos un ataque de estrés? ¿A donde vamos? Exacto, no es nuestra primera opción con algún profesional de la salud mental, muchas veces ni siquiera podemos identificar qué nos pasa, por este mismo caso, gran falta de desinformación que existe sobre este tipo de casos, es alarmante..

3.7 ÁREA DE OBJETO DE ESTUDIO

Como ya se mencionó anteriormente nuestra área de estudio

Es la comunidad estudiantil de medicina, dicha población se puede estudiar desde distintos ángulos, pero aborda desde un punto psicológico y teniendo en cuenta el punto de estrés que normalmente estudiantes de esta carrera llegan a desarrollar a lo largo de todo el tiempo que permanezcan realizando su licenciatura.

Como ya se mencioné anteriormente es interesante ver cómo alumnos de esta carrera, pueden llegar a tener variedad de problemas estrés tanto como estudiantil económicos y problemas personales, si bien el nivel de exigencia aumenta conforme vayan avanzando en su carrera, también aunado esto aumenta el estrés que pueda llevar estos alumnos, se ha tenido la oportunidad e interactuar y en alguna ocasión poder llevar una conversación con alumnos de medicina se puede notar cansados, fatigados, estresados, por la misma exigencia que estos llevar si bien esto no es fácil, es una carrera muy demandante, lamentablemente se ha normalizado, el que estos alumnos estén en dicha situación, por decir que es una de las carreras más exigentes.

A través de este tema, se ha dado examinada que sería necesario un departamento de apoyo psicológica y acompañamiento personal para este tipo de alumnos alrededor de toda su carrera.

Se ha comentado múltiples veces a través de este trabajo, el nivel de desinformación que existe en los alumnos y profesores que imparten sus conocimientos a través de sus alumnos, al realizar este trabajo y las encuestas con el alumnado, algo que causó asombro, fue la normalidad con la que trabajan

y realizaban estas encuestas la mayoría de alumnos que la respondieron, esto es un síntoma de la poca información y el poco interés que hay en la salud mental.

A través de un análisis y la comunicación que se pudo llegar a tener con los alumnos, nos han expresado que la mayoría no saben ni siquiera lo que es un trastorno. Dichos alumnos también han comentado que los trastornos o la psicología en ocasiones es relativamente innecesaria, lo que ha generado mayor duda si siquiera se conocen las cosas básicas de la psicología o la salud mental.

Es por esto que se reafirma el interés por este selecto grupo de estudiantes, para ser estudiados y posteriormente a través de este trabajo puedan tener la información necesaria para poder detectar un posible trastorno a tiempo, y reducir el índice de estrés y trastorno de estrés postraumático que hay en la actualidad en la población estudiada.

1- ¿ Sabes qué es el estrés postraumático?

A) No B) sí

2- ¿Puedes identificar dos síntomas de estrés postraumático?

A) Ansiedad y depresión. B) buena memoria y retención

C) recuerdos intrusivos , evitación relacionado al tema.

3- ¿Conoces a alguien que haya sufrido estrés postraumático?

A) No. B) sí

4- ¿En tu rutina diaria que consideras que te cause estrés?

A) La carrera. B) el trabajo C) asuntos personales

5- En una escala del 1 al 10 cuánto estrés te genera:

A) 1,2,3 B) 4,5,6. C) 7,8,9 y 10

6- ¿Has pasado por alguna situación de estas?

A) Abuso o acoso sexual. B) pérdida familiar

C) amenazas de muerte D) accidente aterrador

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS Y RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

AFECCIÓN A CAUSA DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO EN LOS ALUMNOS DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Este capítulo denominado “análisis y resultados” se llevará acabo la descripción y análisis de los resultados obtenidos de la encuesta realizada a los alumnos de la carrera me medicina humana de entre 20 a 22 años de edad, en la universidad del sureste, Comitán De Domínguez , Chiapas. Para tal fin, el presente capítulo se dividirá en cuatro secciones en la primera, de planteara la pregunta para luego proporcionar la respuesta obtenida en dicha encuesta, después se realizará un análisis y por último una observación. En lo que nos permitirá explicar y detallar todo lo vivido durante la aplicación de la cuesta y poder dar una posible solución al fenómeno estudiado.

También se aplicará análisis estadísticos obtenidos de la información recolectada que se hicieron considerando, dos etapas: a) examen de datos, y b) el análisis estadístico descriptivo. Esto con el propósito de explorar , conocer y preparar los datos para la ejecución de los procedimientos y técnicas estadísticas necesaria según los datos arrojados, así como los indicadores y la variables mediadas, para cumplir con los objetivos de la investigación y contrastar la hipótesis y poder responder a casa una de las preguntas establecidas al principio de esta investigación, ya que eso es parte de los objetivos de la investigación darle una respuesta a las interrogantes asignadas.

Gráfico alumnos



Gráfico 1, elaboración propia con base en datos de la investigación.

4.1 ANÁLISIS DE CONOCIMIENTO TEPT

Objeto de estudio, Trastorno de estrés postraumático

¿Sabes qué es el Estrés Postraumático?

Respuesta:

De acuerdo al campo estudiado de la facultad de medicina, y los datos que se ha recabado, después de contar los datos se ha obtenido resultados favorecedores de acuerdo a esa pregunta.

De el 100% estudiado hemos obtenido como resultado positivo el 60% del alumnado que si logra identificar qué es el Trastorno de estrés postraumático, mientras que el 40% desconoce el concepto básico.

Estos se puede considerar algo muy positivo, pues dado que el porcentaje de Trastorno de estrés postraumático es muy común que se pueda dar entre los adultos jóvenes.

Al contar estos datos se concluyó que a través de su carrera han tenido breves explicaciones de lo que son los trastornos psicológicos, esto ha sido un gran paso a la presente investigación que el objetivo principal ha sido que el campo estudiado sepa y pueda identificar lo que es el Trastorno de estrés postraumático.

Se analizó:

A través de estos se concluyó que han tenido breves explicaciones de lo que son los trastornos psicológicos, esto ha sido un gran paso a la presente investigación que el objetivo principal ha sido que el campo estudiado sepa y pueda identificar lo que es el Trastorno de estrés postraumático.

La respuesta de los alumnos fue positiva, lo que genera un gran aporte a la presente investigación, dado a esto sin que los alumnos lo pudieran saber, era la pregunta más importante de todas las que se realizó.

Al decir esto se refiere que era la introducción base a toda la investigación, lo que ayudó a dar un gran paso a lo que se quiere llegar a través de esta investigación.

Ya que se tenía como una idea falsa que los alumnos encuestados no podrían identificar la bases de él trastorno de estrés postraumático, pero con esto se puede reafirmar que se tiene interés en la salud mental, y agregando a esta población que se puede comentar que llevan una rutina totalmente demandante.

Se observó:

En la fecha que se realizó los estudios, y los alumnos respondían precisamente esa pregunta, se podía observar una expresión positiva y con cierta lucidez al responderla, dicho comportamiento se vio reflejado en los resultados que han sido plasmados en la presente investigación.

El que los alumnos sepan el concepto básico del trastorno de estrés postraumático, solo deja observar que se puede descartar en un porcentaje el mito que la salud mental está totalmente abandonada, pues este resultado es un hincapié que hay cierto interés entre los alumnos y las nuevas generaciones, para que así mismo se pueda lograr una sociedad con mayor salud mental, y derivado de esto reducir grandes índices en nuestro país.

4.2 GRÁFICO DE IDENTIFICACIÓN TEPT.

Gráfico estudiantes



Gráfico 2, elaboración propia con base a datos de la investigación .

¿Puedes identificar dos síntomas de Trastorno de estrés postraumático?

Respuesta:

En base a los datos obtenidos, se encontró que el 22.00% de los alumnos universitarios de medicina humana tiene una cierta distorsión de identificación respecto al Trastorno de estrés postraumático ya que confunden en que los síntomas son ansiedad y depresión, y el 46.00% prefirieron no responder por diversos factores uno de ellos fue la cierta desinformación y no reconocer de que trata el trastorno, a lo que el 32.00% sí, supieron identificar dos síntomas del trastorno de estrés postraumático.

Se analizó:

Relevancia en que no hay coherencia entre la gráfica (1) y gráfica (2), ya que los resultados fueron distintos, los alumnos dicen saber que es el Trastorno de estrés postraumático sin embargo, no han podido diferenciar o identificar los síntomas correctos

Se observó:

Por lo que se puede observar una gran desinformación en la población estudiada , sin embargo durante la encuesta se llegó hacer preguntas como si llevaban

alguna materia respecto a psicología a lo que respondieron, que si llevaron por lo que se se supuso que los resultados serían favorables, que la población estudiada tenía la información necesaria para poder detectar e identificar la problemática.

observándolo desde otro punto de vista, deja ver que el tema elegido en esta proyecto de investigación ha sido interesante indagar ya que una de las razones y objetivos de este trabajo es informar a todas aquellas personas que necesiten identificar y apoyarse de material teórico.

Lo que deja una profunda preocupación por parte de los investigadores en que el campo estudiado está “previamente informado” sin embargo la mayoría de la población común no lo está no tiene las oportunidades para informarse hacer a del tema e ahí no hay una atención a la salud mentad de cada una de las personas.

4.3 GRÁFICO DE ALCANCÉ

GRAFICO ESTUDIANTES



Gráfico 3, elaboración propia con base en datos de investigación.

¿Conoces a alguien que haya sufrido Trastorno de estrés postraumático?

Respuesta:

De acuerdo a los datos obtenidos a través de la encuesta aplicada a los alumnos de medicina humana, se encontró que el 58.00% de los alumnos contestaron que no conocen a alguno que haya sufrido estrés postraumático, y el 42.00% de los alumnos contestaron que sí. Dado a que hubo interacción con los alumnos mediante la encuesta se comentó que la mayor razón de las personas conocidas sufrieron de estrés postraumático fue por consecuencia de COVID-19.

Se analizó:

Los porcentajes de ambas opciones no son tan diferentes, por lo que la problemática que es Trastorno de estrés postraumático está activo a lo alrededores del campo estudiado, lo cual suma importancia e impacto al objetivo de ayudar a controlar tal problemática y brindar herramientas de intervención para que las personas que conozcan o ellas mismas puedan estar pasando por un estrés postraumático por diversos factores.

Se observó :

Que la población tiene normalizado este trastorno y lo ven como uno de los más bajos en impacto emocional y totalmente pasajero, no buscan ayuda para resolver los síntomas anormales que se presentan y lo dejan pasar, sin medir consecuencias y darle la importancia o relevancia que tiene.

4.4 CÁLCULO DE ESTRÉS

Gráfico de estudiantes

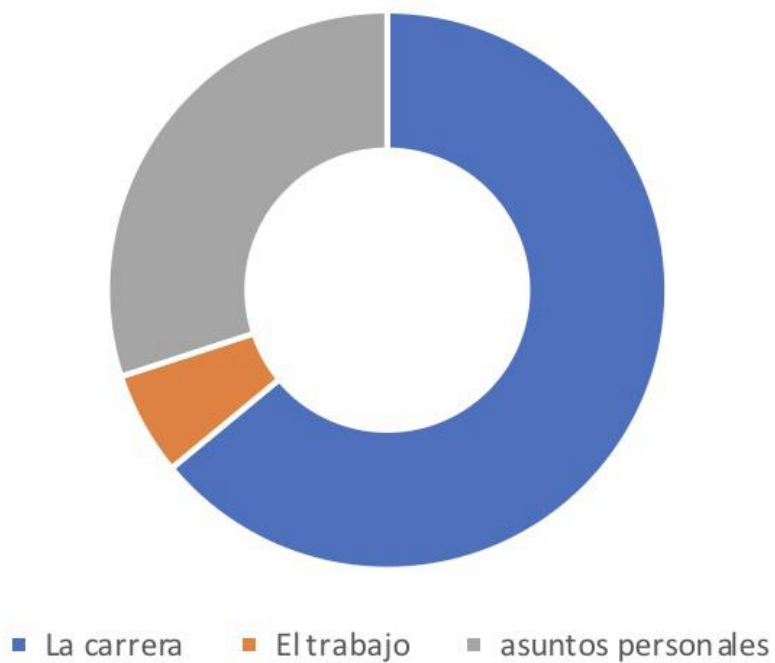


Gráfico 4, elaboración propia con base en datos de la investigación.

¿ En tu rutina diaria que consideras que te cause estrés?

Respuesta:

De acuerdo a los datos obtenidos se recogió información vital para la presente investigación, siguiendo la información de las encuestas realizadas, se obtuvo los siguientes datos;

De el 100% estudiado de la comunidad estudiantil se dividió de la siguiente manera;

64% de estudiantes argumentó que la carrera en curso les genera estrés en su rutina diaria.

30% de los estudiantes entrevistados enfatizaron que la causa del estrés que sufren en su rutina diaria es derivado de problemas personales, lo cual resulta muy común en el desarrollo de el estrés postraumático.

6% de los estudiantes resultando este como la minoría del porcentaje estudiado argumentó que la causa de el estrés que sufren en su rutina diaria es resultado de su actividad laboral, (trabajo) extra escolar.

Se analizó:

Los porcentajes obtenidos que se obtuvieron en las 3 opciones posibles, dejan ver una gran diferencia entre cada uno de ellos.

Con esto se puede enfatizar lo que se sospechaba, acorde al campo de estudio analizado, que; los estudiantes sufren mayor estrés en su rutina diaria, a causa de los problemas o exigencias académicamente hablando (la carrera) esto derivado a la gran demanda que les exige dicha licenciatura.

Se toma en cuenta el segundo índice más alto, que es los problemas personales, se hace énfasis en este punto, ya que; derivado de esto, es en donde más se puede generar el trastorno de estrés postraumático, resultando importante recalcar el apoyo psicológico por parte de los padres.

Se observó:

Al momento de responder dicha pregunta, se notó en algunos alumnos, cierto nerviosismo y dudando para responder, lo que da una clara referencia a las complejidades que el estrés puede causar en cada uno de ellos.

Es importante que los alumnos estudiados puedan tener en ciertos lapsos una especie de liberación de estrés, ya que esto no sólo puede desencadenar el trastorno de estrés postraumático, si no otro tipo de trastornos como; ansiedad, depresión, por mencionar algunos.

4.5 ESCALA DE ESTRÉS

Gráfico estudiantes

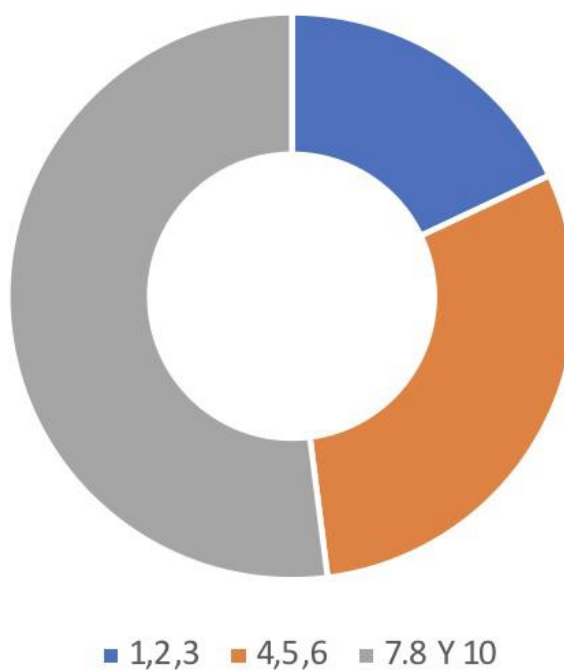


Gráfico 5, elaboración propia en base en datos de la investigación.

¿En una escala del 1 al 10 cuánto estrés te genera?

Respuesta:

De acuerdo a los datos obtenidos de nueva cuenta se recoge la información de los porcentajes totalmente superados entre sí, dejando los siguientes cotejos. Las respuestas que se intentaban obtener era medir el nivel de estrés que consideran tener, y se recogió lo siguiente:

52% afirmó tener en una escala de el 1-10 el estándar más alto, siendo este en 7,8,9,10

30% argumentó que considera tener un nivel en la escala de 4,5,6 en estrés siendo este el nivel que quedó por en medio de las 3 opciones obtenidas.

18% enfatizó tener un estrés en la escala de 1,2,3, siendo este el nivel más bajo, y poder considerarlo un estándar “normal” en donde puede generarse por diversas cuestiones, pero no es tan común.

Se analizó:

Tomando en cuenta los datos obtenidos en la revisión de esta pregunta, se pudo analizar qué poco más de la mitad de población estudiada sufre una gran cantidad de este diariamente, siendo esto a la vez una limitante para poder

realizar sus rutinas diarias con éxito, ya que les genera frustración continuamente, argumentando que este nivel es muy recurrente.

La diferencia entre la escala media y la más baja, no es tan abundante, se puede decir que el 18% considera estar en un nivel “normal” como se comentó anteriormente, y el 30% se consideró como un nivel con un poco más de frustración diaria, que se puede derivar de los estándares anteriores.

Se observó:

Al momento que los estudiantes respondían este punto, algunos se pudieron notar molestos, cansados, esto dejando el claro el nivel de estrés que cada uno estaba atravesando en ese momento, y dejándolo plasmado en la encuesta.

Es relevante conocer si ese 52% marcado en la estadística es el promedio que siempre se marca, o continuamente puede estar escalando, ya que podría estar derivado de la etapa escolar en que se encuentren.

4.6 ANÁLISIS DE CAUSAS.

Gráfico de estudiantes

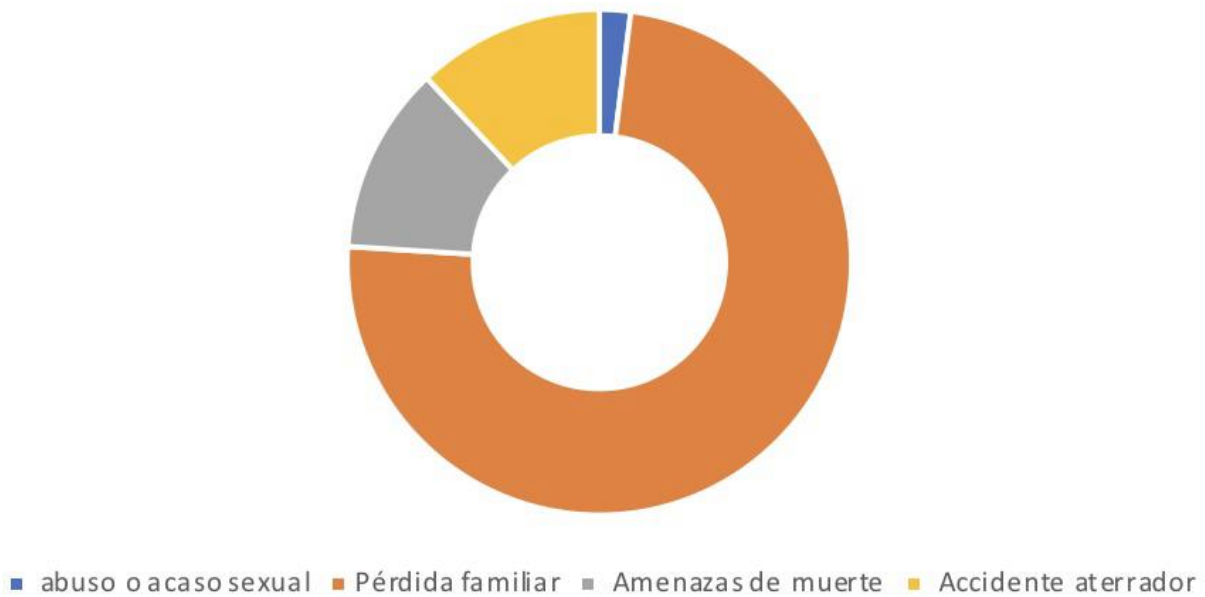


Gráfico 6, elaboración propia con base en datos de la investigación.

¿Has pasado por alguna situación de estas?

Respuesta:

A través de la información recabada se obtuvo los siguientes datos;

El 100% de la población estudiada, sus respuestas se subieron de la siguiente manera, tomando en cuenta que se les presentó 4 opciones para que ellos

mismos pudieran delimitar la opción que se apegaba más a los sucesos que han tenido.

74% de la población indicó que ha tenido la pérdida de un familiar, siendo este el porcentaje más alto y con mucha diferencia.

12% de el campo de estudio afirmó haber recibido amenazas a su integridad física.

12% llevando un empate con el anterior punto argumentó haber experimentado un accidente aterrador.

2% el índice más bajo afirmó haber sufrido de abuso o acoso sexual.

Se analizó:

Tomando en cuenta los datos obtenidos, se puede observar un gran margen de diferencia entre las personas que perdieron un familiar, a quienes han sufrido acoso o abuso sexual. Siendo este el último punto encuestado, resulta uno de los más importantes, dado que; esto puede ser un foco alarmante para desarrollar el trastorno de estrés postraumático, argumentando que son grandes causas para un posible trauma. La muerte de un familiar, sin duda un evento que marca la vida severamente, más si es por una persona demasiado importante para el

alumno, según estudios la pérdida de un familiar y accidentes aterradoros, son causas para desarrollar dicho trastorno.

Se observó:

Al momento de que los alumnos respondieron este punto, se hizo énfasis en el lenguaje corporal que podían expresar inconscientemente cada uno de ellos, esto derivado a que son preguntas totalmente profundas y de amplia reflexión, algunos se pudo notar, nerviosos, incómodos, en algunos casos los hombres al ver la opción de abuso o acoso sexual, ya que para este sexo existen ciertos “tabú” que no se han erradicado.

SUGERENCIAS

Considerando la importancia que tiene esta investigación y en función de los resultados obtenidos se formulan algunas sugerencias tanto para la institución como a los docentes y alumnos de la universidad del sureste, con la finalidad de lograr, que la sociedad entera puedan tener a su alcance información sobre la salud mental, ya que es fundamental para el funcionamiento exitoso del ser humano. Para ello se hace llegar las siguientes sugerencias:

- A la parte educativa o directivos de dicha institución, planificar y ejecutar programas informativos acerca de la salud mental de toda la comunidad estudiantil, así mismo realizar talleres de ayuda personal, para que todos los alumnos tengan información precisa y puedan identificar algún trastorno como lo es el tema de investigación, TEPT.

- La institución, debe priorizar la implementación de motivación en los docentes para incluir en clases información, en específico la carrera de medicina humana actualizar el planteamiento de materias o temas a tocar, derivado que es una carrera que requiere aumentar y profundizar temas psicológicos.

- Diseñar un formato de temas de salud mental, como ferias, talleres o pláticas psicológicas en el plantel.

PROPUESTAS

De acuerdo a los objetivos planteados se busca hacer reflexionar a los estudiantes sobre la salud mental, por lo que la siguiente propuesta toma sentido desde tal punto de vista.

Realizar un análisis completo de los estudiantes de medicina, desde el punto de inicio, realizar pruebas psicológicas, y así mismo poder detectar o descartar algún daño orgánico en este caso la prueba "Betta II" que pueda estar sufriendo dicho alumno, realizar pruebas precisas para observar si hay posibles daños que pueda desencadenar el TEPT, desde un punto de recuerdos reprimidos, es importante que la institución educativa realice estas actividades constante y permanentemente, para que así mismo se logre establecer una población estudiantil con la mejor salud mental posible..

CONCLUSIÓN

- Se identificó la situación actual de la problemática, mediante la encuesta aplicada en la que arrojó datos en que la salud mental ha sido desatendida y poco priorizada en la sociedad estudiantil.

- Se analizó las variables causantes o aspectos detonantes, se destacó en mayoría de porcentajes en que los factores han sido académicos tras la carrera elegida, medicina humana por lo que es muy demandante y suele causar estrés en los alumnos.

- Se avaluó las esferas sociales, lo que concluyó en que la carrera afecta significativamente en ámbitos familiares y sociales, sin embargo no en todos los alumnos, ya que en su minoría suele tener una habilidad para socializar.

- Se explicó la problemática ampliamente, para así cumplir con uno de los objetivos esenciales, el cual ha sido describir e informar a los lectores sobre el tema estudiado.

- Se demostró la importancia en aspectos clínicos el Trastorno de estrés postraumático, por lo que se habló de la afectación a nivel general en el ser humano, y la importancia o relevancia del tema.

PLAN DE INTERVENCIÓN

A través de este plan de intervención , se planea llegar a los objetivos señalados al inicio de la presente investigación.

Se toma en consideración comenzar a interactuar más con la comunidad estudiada, a detalle que se pueda conocer más a profundidad cada uno de ellos, o su mayoría, para así mismo poder detectar cuáles son los puntos débiles a reforzar mediante el análisis a cada persona que se pueda observar, esto con el objetivo de resolver problemáticas que se puedan estar presentando en el momento o pudieran llegar a tener reprimidos.

Al presentarse un caso alarmante y con focos rojos que pueda ser candidato a presentar el Trastorno de estrés postraumático, poder tomar de inmediato la terapia psicológica pero con enfoque cognitiva conductual.

TRATAMIENTO

Mediante el curso del trabajo de investigación, se implanta un apartado de tratamiento el cual se gestiona de la siguiente manera;

Para trabajar frente a la problemática de investigación la cual es trastorno de estrés postraumático (TEPT), se gestionan, talleres de salud mental, el cual son espacios de aprendizaje grupal, los cuales promueven la salud mental y el

auto conocimiento, los cuales se pueden emplear en distintas dimensiones, adolescentes, jóvenes, estudiantes y comunidades. Temas a tratar, identificación de hábitos que contribuyen a reducir el estrés, estrategias para enfrentar desafíos de la vida cotidiana, manejo de estrés y ansiedad y finalmente la prevención de estés a largo plazo.

Con el fin de implementar o promover el bienestar psicosocial y mejorar las condiciones de vida en la comunidad estudiantil.

Implementación de tratamiento mediante la terapia cognitivo conductual (TCC), el cual consiste en, un tipo de psicoterapia que ayuda a identificar y modificar pensamientos, sentimientos y comportamientos disfuncionales para mejorar el bienestar emocional y la calidad de vida humana.

Una técnica derivada de (TCC), adecuada a Trastorno de estrés postraumático, es la reestructuración cognitiva la cual consiste en, identificar y desafiar pensamientos negativos o irracionales.

Como trabajarlo, se han implementado diversas técnicas en trabajos anteriores como, modificar las distorsiones cognitivas como pro ejemplo; generalizar excesivamente situaciones malas o tener expectativas negativas cotidianamente se trabaja en apoyar el desarrollo de formas de pensar más equilibradas y beneficiosas para la persona.

Exponer al paciente a recordatorios del trauma, de manera controlada, para para permitirles enfrentar, en lugar de evitar o evadir la problemática o el estímulo causante.

Educar al paciente sobre las reacciones comunes del trauma, planificar posibles crisis y enseñar a controlar el estrés y promover técnicas de relajación.

Estos métodos tiene como objetivo ayudar a la persona con Trastorno de estrés postraumático, a obtener una comprensión mas objetiva respecto a la experiencia traumática, recuperar su sensación de control y confianza en sí mismo y mejorar la capacidad de afrontar situaciones difíciles y poder reducir las conductas de evitación.

En tratamientos que funcionan para TEPT, hay posibles tratamientos en uso de antidepresivos lo cual hay estudios que arrojan tiene bajo porcentaje a largo plazo para la mejora del paciente a diferencia de la terapia cognitivo conductual(TCC), ha arribado porcentajes más alto para mejora en la vida del paciente y superación de la problemática,

La terapia cognitivo conductual es respaldada por evidencia científica, demostrando eficacia en el tratamiento de diversos Trastornos mentales.

ANEXOS

DIAGRAMA

ACTIVIDADES	FEBRERO				MARZO				ABRIL			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Selección del tema final												
Lectura sobre el tema (tesis)												
Servicio												
Tareas en plataforma												
Exámenes												
Investigar sobre el tema de tesis												
Selección de información												
Portadilla												
Introducción o resumen del tema												
Hipótesis												
Aplicación de encuestas												
Justificación												
Marco teórico												
Marco referencial												
Marco conceptual												
Dedicatoria												
Capítulo I												
Capítulo II												
Capítulo III												
Capítulo IV												
Sugerencias y propuestas												
Anexos												
Bibliografía												
REVISIÓN												

GLOSARIO

- Análisis de datos: Proceso que transforma datos sin procesar en información útil.
- Antecedentes: Acción, dicho o circunstancia que sirve para comprender o valorar hechos posteriores.
- Afectación: Acción de afectar, tener o producir efecto.
- Comorbidad: Término que se usa para describir la presencia de dos o más enfermedades o trastornos en una persona al mismo tiempos.
- Crisis: Cambio profundo y consecuencias importantes en un proceso o situación.
- Campo de estudio: Área de conocimiento que se centra en un tema en específico.
- Factores de riesgo: Características, condiciones o hábitos que aumenta la probabilidad de que una persona desarrolle una enfermas o lesión.
- Investigación descriptiva: Método de investigación que se utiliza para describir las características de un fenómeno, situación o grupo.
- Investigación cuantitativa: Método de investigación que utiliza datos numéricos para analizar, explicar y predecir fenómenos.
- Impacto: Consecuencia de los efectos de un proyecto.
- Metodología: Estudio y aplicación de métodos y procesamiento sistemático para alcanzar objetivos.
- Objeto de estudio: Tema o asunto que se quiere investigar.

- Prevalencia: Proporción de una población que tiene una característica específica en un periodo determinado.
- Problemática: Conjunto de problemas pertenecientes una ciencia o actividad determinada.
- Simbolización: Proceso por el cual un individuo transforma pensamientos, ideas o emociones en un símbolo o conjunto de símbolos.
- Técnicas de investigación: Procedimientos que se siguen para obtener y analizar información.
- Trastorno de estrés postraumático : Trastorno caracterizado por la imposibilidad de recuperarse después de experimentar o presenciar un evento atemorizante.
- Terapia cognitiva conductal: Es un tipo de terapia psicológica que ayuda a identificar y modificar pensamientos, sentimientos y comportamientos.
- Traumas: Lesión o daño físico por una fuente externo
- Vulnerabilidad: Condición de ser susceptible a sufrir daño, físico emocional o social.

BIBLIOGRAFIA

Salud ment (Mex) 2009 **Estudio epidemiológico de sucesos traumáticos:**

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2990643/>

Williams y Poijula (2015) **Manual de tratamiento del estrés postraumático**

<https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433027733.P.pdf>
[erfecto](#)

Marta Simón 2020 **Estudio de estrés postraumático en profesionales de enfermería en urgencias**

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/51901/TFG-H2299.pdf?sequence=1>

Monica Forondona 2006 **Estado del arte del estrés postraumático**

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2567622.pdf>

Valentina Gadea 2023 **El origen del trauma según Sigmund Freud** [https://neuro-class.com/origen-del-trauma-freud/#:~:text=El%20origen%20del%20trauma%20en,procesar%20\(Freud%2C%201937\)](https://neuro-class.com/origen-del-trauma-freud/#:~:text=El%20origen%20del%20trauma%20en,procesar%20(Freud%2C%201937))

Scielo Brazil 2018, **Trauma y memoria**
<https://doi.org/10.1590/0104-4060.58766>

National Library of medicine 2021, **Síntomas de estrés postraumático en estudiantes sobre la pandemia**
<https://doi.org/10.1590/0104-4060.58766>

National center PTSD 2015, **Tratamientos eficaces para el TEPT**
https://www.ptsd.va.gov/spanish/docs/EffectiveTreatmentPTSD_Physicians_SP.pdf

Medline plus 2019, **Trastorno de estrés postraumático**
<https://medlineplus.gov/spanish/posttraumaticstressdisorder.html>

Instituto nacional de salud mental, 2018, **Tratamiento del trastorno de estrés postraumático**
<https://magazine.medlineplus.gov/es/articulo/trastorno-de-estres-postraumatico-recuperacion-y->

[tratamiento#:~:text=Los%20principales%20tratamientos%20para%20el,aterradores%20que%20desencadenan%20los%20síntomas.](#)