

ANSIEDAD Y DEPRESIÓN POST COVID EN UNIVERSITARIOS DE NUEVO INGRESO EN LA CARRERA DE MEDICINA

POST-COVID ANXIETY AND DEPRESSION IN UNIVERSITY STUDENTS NEW TO THEIR MEDICAL CAREERS

Dra. Consuelo Avilés Estrada¹, Alephi Arguelho Soares², Paulo Andre Terceros Gonzales², Brichel Rosset Torrico Calucho²

¹MSc. Docente investigador Universidad Técnica Privada Cosmos UNITEPC carrera medicina
²Estudiante Universidad Técnica Privada Cosmos UNITEPC carrera medicina

RESUMEN

El advenimiento de la globalización y las nuevas tecnologías, posibilita la modificación de las relaciones interpersonales y los parámetros sociales, la virtualidad, el distanciamiento social experimentado a nivel mundial producto de la crisis sanitaria por SARS-CoV-2 permitieron observar un aumento de los casos de psicopatologías a nivel mundial entre ellos los jóvenes universitarios, configurando un serio problema de salud pública. Las afecciones psicológicas en los adolescentes enfatiza no sólo la necesidad de fomentar una mayor discusión sobre el tema, este hecho fue objeto de interés y análisis de los estudiantes de la carrera de medicina de nuevo ingreso de la universidad técnica privada Cosmos, el objetivo se relacionó a la detección y respectivo seguimiento de los casos de ansiedad y depresión presentes en los estudiantes de medicina en contexto de post pandemia.

Se optó por el paradigma sociocrítico con enfoque mixto para el análisis de la problemática, el estudio fue de tipo descriptivo en un periodo de tiempo longitudinal sincrónico e inferencia inductivo-deductivo, con aplicación del test de escalas de valoración de Hamilton para ansiedad y depresión aplicado a los estudiantes de primer semestre en dos tiempos.

Los resultados obtenidos del test de Hamilton evidencian niveles para ansiedad y depresión con valores preocupantes en la muestra seleccionada, los efectos psicológicos varían desde trastornos depresivos, exclusión social, falta de entusiasmo, altos niveles de estrés debido a la carga académica.

Se recomienda la incorporación de un psicopedagogo en el acompañamiento en los casos moderados a severos.

Correspondencia a:

Nombre: Dra. Consuelo Avilés Estrada

Correo electrónico: caviles_med@unitepc.edu.bo

Telf y celular: +591 76442676

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7376-9895>

<https://orcid.org/0009-0005-9215-1037>

<https://orcid.org/0009-0001-6148-2301>

<https://orcid.org/0009-0002-4801-1123>

Palabras clave: Ansiedad, depresión, jóvenes universitarios.

Keywords: Anxiety, depression, university students.

ABSTRACT

The advent of globalization and new technologies makes it possible to modify interpersonal relationships and social parameters, virtuality, and social distancing experienced worldwide as a result of the SARS-CoV-2 health crisis allowed us to observe an increase in cases of psychopathologies worldwide, including young university students, creating a serious public health problem. Psychological conditions in adolescents emphasize not only the need to encourage greater discussion on the topic, but this fact was the subject of interest and analysis of the newly enrolled medical students of the private technical university Cosmos, the objective was related to the detection and respective monitoring of cases of anxiety and depression present in medical students in the post-pandemic context.

The socio-critical paradigm with a mixed approach was chosen for the analysis of the problem. The study was descriptive in a synchronous longitudinal period and inductive-deductive inference, with the application of the Hamilton rating scale test for anxiety and depression applied to first semester students in two stages.

The results obtained from the Hamilton test show levels of anxiety and depression with worrying values in the selected sample, the psychological effects vary from depressive disorders, social exclusion, lack of enthusiasm and high levels of stress due to the academic load.

The incorporation of a psycho-pedagogue in the accompaniment is recommended in moderate to severe cases.

Procedencia y arbitraje: no comisionado, sometido a arbitraje externo.

Recibido para publicación:

2

Aceptado para publicación:

1

Citar como:

Avilés Estrada C, Arguelho Soares A, Terceros Gonzales PA, Torrico Calucho BR. Ansiedad y depresión post Covid en Universitarios de nuevo ingreso en la carrera de medicina. Rev Cient Cienc Med 2023;26(2): 29-35

INTRODUCCIÓN

El ser humano experimenta diferentes cambios biopsicosociales en la etapa de la adolescencia relacionada a la incertidumbre sobre el inicio de la vida académica universitaria, esta dinámica se ha complejizado a un contexto SARS-CoV-2 y actualmente a un periodo post pandemia; en el estudiante universitario se apertura espacios para el desarrollo de aprendizajes, fortalezas, desafíos y problemáticas que no solo se proyectan en la vida personal sino también en el entorno social.

El acompañamiento que brindan las casas superiores de estudio en el camino hacia una vida adulta y el rol de los educadores como referentes de resiliencia ante los estresores de la vida permiten aprender sobre las respuestas adaptativas a corto plazo para sobrellevar los desafíos, en las situaciones en la que los mecanismos de adaptación no logran resolver el problema se presentan sintomatologías como la tristeza, llanto, problemas en la conciliación del sueño, falta de apetito o pensamientos suicidas.

En diferentes estudios relacionados al tema de ansiedad y depresión indican que estos trastornos son frecuentes en estudiantes de nuevo ingreso en la carrera de medicina, especialmente debido al cambio que se produce al migrar de una educación secundaria hacia la universitaria, estos cambios e incertidumbres generan un impacto significativo en el estado mental y emocional de los adolescentes en los cuales se pueden desarrollar en afecciones emocionales que se podrían traducir en un efecto negativo en la vida académica y personal. Estos antecedentes permiten generar cuestionantes sobre ¿Cuál fue el impacto que dejó la crisis sanitaria en estudiantes de nuevo ingreso a la carrera de medicina? y lograr determinar los grados de ansiedad y depresión en los jóvenes universitarios de nuevo ingreso de la carrera de medicina UNITEPC puesto que este tema es de interés en el campo académico y de salud pública, los hallazgos permitirán reconocer esta problemática y generar posibles estrategias para abordarla, para lograr este propósito será necesario introducir definiciones acerca de la salud mental y el contexto de la ansiedad y depresión en estudiantes que se encuentran en la carrera de medicina.

La salud mental

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define el término salud como "un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades"¹ con respecto a la salud mental la OMS indica que es un estado de bienestar en el ser humano en el que desarrolla su potencial, para permitirle afrontar las tensiones, trabajar productivamente para aportar a la comunidad.

Una salud mental adecuada incluye una respuesta apropiada al estrés cotidiano y una productividad tanto en el trabajo como en la comunidad. Al respecto el National Institute of Mental Health, señala que abarca un estado emocional, psicológico y social, este ejerce influencia en nuestro pensamiento, emociones, comportamiento, toma de decisiones y relaciones interpersonales².

La respuesta normal ante una situación amenazante o de estrés psicológico se manifiesta como sentimientos de tensión, aprensión, nerviosismo y preocupación; sin embargo esta ansiedad puede convertirse en patológica si llega a niveles elevados o se torna crónico donde las manifestaciones prodrómicas, incluyen síntomas cognitivos y conductuales.

Contexto de la ansiedad y depresión en estudiantes de la carrera de medicina

Los trastornos de ansiedad representan el segundo lugar en trastornos en la región latinoamericana, son caracterizados por preocupaciones desmesuradas que emergen en situación que no manifiesta un peligro real. La OMS indica según cifras globales que el 90% de los adolescentes en el año 2020 experimentaron ansiedad; Brasil tiene el primer lugar de los países sudamericanos con un 7.5%, sin embargo Costa Rica presenta solo el 4.1% estando a la par de Estados Unidos³.

Con respecto a la relación entre la depresión y las consecuencias de la pandemia de SARS-CoV-2 en la población general, la crisis sanitaria evidenció altos niveles de ansiedad y depresión debido a la falta de información precisa y la difusión de noticias negativas en los medios de comunicación. El estado de emergencia produjo un aumento del riesgo de trastornos psicológicos y mentales debido al distanciamiento social y la falta de comunicación. Las restricciones en la movilidad y el contacto con otras personas visibilizaron

consecuencias psicosociales a nivel individual y comunitario, desde síntomas leves hasta trastornos graves⁴.

MATERIALES Y MÉTODOS

El trabajo realizado es un estudio del tipo descriptivo y longitudinal en el tiempo tomando en cuenta el paradigma sociocrítico con enfoque mixto para profundizar el análisis de los resultados, no se contó con financiamiento externo siendo de iniciativa y autofinanciado por el grupo de investigación; la población estuvo conformada por universitarios de primer semestre de la carrera de medicina de la universidad técnica privada Cosmos UNITEPC, se realizó un cálculo muestral a partir de una población desconocida con un valor de Z de 95% y un error del 5% obteniendo 384 unidades muestrales; en una primera etapa la población debía cumplir con los siguientes criterios de inclusión: ser estudiante activo de primer semestre en la carrera de medicina en la universidad UNITEPC, haber pasado por la experiencia de la crisis sanitaria, ser estudiante de nuevo ingreso en la carrera; los criterios de exclusión fueron ser estudiante repitente, ser estudiante irregular con asignaturas pendientes de aprobación y rechazo del consentimiento informado, la técnica de muestreo fue por conveniencia estratificado, contando con 384 universitarios de la gestión I/2022 en quienes se obtuvo el consentimiento informado y se aplicaron las escalas del test de Hamilton para la ansiedad y depresión; posteriormente en una segunda etapa durante el seguimiento en la gestión I/2023 se trabajó con un grupo control de 20 estudiantes del grupo inicial usando la técnica de muestreo probabilístico aleatorio, se obtuvo nuevamente el consentimiento informado para cumplir los criterios de la declaración de Helsinki y se aplicó los re test de las escalas de Hamilton para la ansiedad y la depresión nuevamente. Los resultados de la aplicación de los test correspondientes durante la gestión I/2022, se pudo determinar la presencia de síntomas tanto en ansiedad como en la depresión en los estudiantes de primer semestre de la carrera de medicina por ese motivo, se consideró dar continuidad al estudio con el objetivo de validar dichos resultados y confirmar si existe una prevalencia de estos trastornos en los mismos estudiantes a través

de un seguimiento en un tercer semestre en la gestión I/2023.

El propósito del estudio fue producir evidencia confiable y actualizada sobre el estado emocional de la población estudiantil universitaria de la carrera de medicina, para facilitar a los responsables de gestión académica información valiosa para la implementación de medidas preventivas y/o intervenciones terapéuticas adecuadas.

RESULTADOS

La aplicación del test Hamilton para determinar los grados de ansiedad y depresión en los estudiantes de primer semestre de la carrera de medicina generó datos comparativos en las gestiones I/2022 y I/2023.

Las características sociodemográficas de la muestra estudiantil de la carrera de medicina de la universidad UNITEPC se contextualiza por ser estudiantes de nuevo ingreso que pasaron por la experiencia de la crisis sanitaria SARS-CoV-2, ser estudiantes tanto extranjeros como nacionales varones y mujeres entre los 17 y 21 años, una mayor proporción de los encuestados indicaron que solo estudia y que vive con padres, familiares o amigos.

Los resultados para la ansiedad, como se puede observar de manera comparativa en el **gráfico N°. 1** se puede evidenciar una presencia elevado grado de ansiedad en la gestión I/2022, de una muestra de 384 estudiantes encuestados presentando un 65% ansiedad leve, un 15% con ansiedad moderada, un 15% con ansiedad severa y un 5% con ansiedad muy severa. En la gestión, I/2023 con una muestra de 20 estudiantes seleccionados por muestreo aleatorio de los que continuaron en la carrera, se identificó que el 60% de ellos presentan ansiedad leve, ansiedad moderada 20%, ansiedad severa 15% y ansiedad muy severa 5%; verificando de esta manera lo encontrado en los resultados en varios estudios que indican la existencia de depresión y ansiedad en estudiantes de la carrera de medicina de distintas universidades internacionales. Preocupa que un 5% de esta población presente ansiedad muy severa.

Con relación a los datos obtenidos en el test de Hamilton para la depresión en la gestión I/2022 de manera comparativa en el **gráfico N°. 2**, evidencia que un 35% de estudiantes

no presentan depresión (estado normal), mientras que un 25% muestra depresión leve, un 15% depresión moderada, un 25% depresión severa, no se obtuvieron datos para depresión muy severa. En la gestión de I/2023, se realizó el mismo test a una muestra de 20 estudiantes en quienes se actualizaron datos, evidenciando que el 30% de ellos presentan un estado normal, mientras que otro 20% tiene depresión leve, depresión moderada en un 15%, depresión severa 30% y depresión muy severa el 5% ratificando de esta manera que existe una prevalencia de depresión entre los estudiantes de medicina.

En el análisis comparativo de los datos de la gestión 2022 y 2023, se puede contrastar que los resultados son similares. Finalmente, es importante señalar que hay un 5% de presencia de depresión muy severa con pensamientos suicidas en la mencionada población estudiantil

como un dato considerable a tomar en cuenta.

DISCUSIÓN

En los años iniciales de la vida existen cambios epigenéticos cuando se expone al ser humano al estrés neurobiológico, provocando una afectación tanto en la activación inmunológica, el ritmo circadiano, la arborización celular y mecanismos de señalización neuronal con efectos en el eje hipotálamo-hipófiso-adrenal, provocando de esta manera un efecto positivo a nivel neuronal⁵.

Cabe señalar que, ha sido demostrado en numerosos estudios encontraron que los estudiantes universitarios en el área de la salud poseen índices más elevados de depresión y ansiedad en comparación con la población general, esta situación podría deberse al período desafiante de transición que implica el comienzo de la vida universitaria, el cual

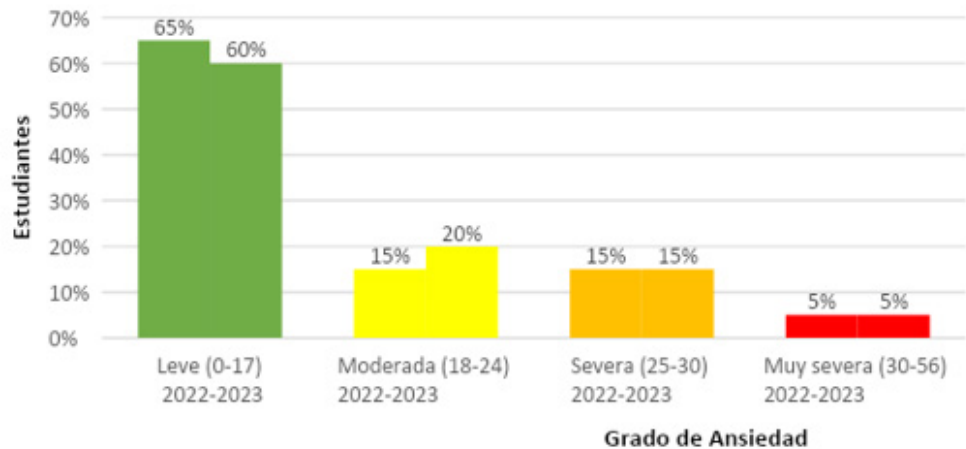


Figura 1. Comparativo de ansiedad en estudiantes de 1° a 3° semestre de medicina, según escala de Hamilton para la ansiedad

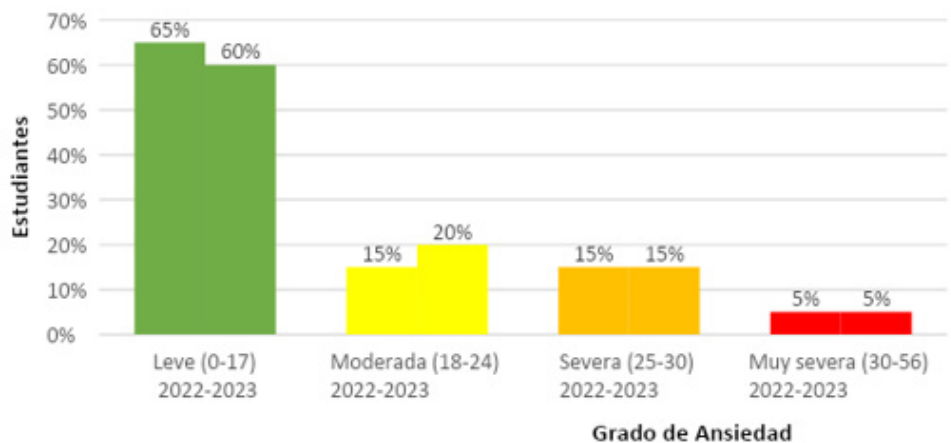


Figura 2. Comparativo de depresión en estudiantes de 1° a 3° semestre de medicina según escala Hamilton para la depresión

constituye una etapa difícil entre la adolescencia y la edad adulta, se ven expuestos a nuevos retos y altos niveles de estrés derivados de exigencias profesionales, cambios en el estilo de vida, la distancia de su hogar, así como problemas emocionales y económicos. En su conjunto, estos factores estresantes pueden generar efectos negativos en la salud mental de los estudiantes universitarios, incluyendo crisis a largo plazo⁶. Se puede afirmar estos hallazgos con lo encontrado en la carrera de medicina UNITEPC en los **gráficos 1 y 2** para ansiedad y depresión.

Los antecedentes encontrados respecto al tema a partir de las experiencias en otros países, W. Tan indica respecto a la depresión en una revisión sistemática que existe una prevalencia de síntomas depresivos del 27%⁷, en relación al diagnóstico de la ansiedad encontraron en estudios de metanálisis una prevalencia que alcanza el 28%⁸; la ideación auto lítica llega al 11% según el estudio sistemático y de metanálisis de Ramos et.al.⁹.

Estudios sobre el estrés, ansiedad y calidad de vida en estudiantes de medicina, exploró el efecto de los factores de estresores, resiliencia en la salud mental y el desempeño académico de estudiantes universitarios encontró que la sobrecarga académica, la alta exigencia académica, la competitividad entre estudiantes, la falta de apoyo social, la presión por parte de la familia y de la sociedad son algunos de los factores de estresores que afectan la salud mental de los estudiantes.

De igual manera los resultados de la Universidad Nacional de Ucayali en Perú realizado durante el primer semestre del 2022 reportó que los estudiantes presentaron un 20% ansiedad leve a moderada, un 11% ansiedad moderada a grave y un 19 % ansiedad muy grave, el rango de edad más representativo fue de 18 a 25 años¹⁰.

La pandemia tuvo un impacto significativo en la salud mental de estudiantes universitarios de medicina una de las referencias es el estudio del estado de Chihuahua, México, provocando un aumento en las demandas académicas, la soledad característicos de la enseñanza remota, condicionó a un mayor riesgo de desarrollo de problemas de salud mental, ligado a manifestaciones de opresión, aturdimiento, angustia y desequilibrio emocional¹¹.

Los hallazgos encontrados en los estudios

sobre el tema tienen concordancia con los resultados y análisis realizados en el trabajo de investigación, esto nos permite generar la apertura de discusión sobre la necesidad de estrategias de afrontamiento para sobrellevar la problemática de ansiedad y depresión en los jóvenes universitarios en la carrera de medicina.

Terapéutica farmacológica y no farmacológica como estrategia de afrontamiento

Es importante reconocer algunas consideraciones sobre el enfoque que se da a la terapéutica farmacológica con recaptadores de serotonina relacionada a la depresión, puesto que en la emergencia sanitaria el uso de antidepresivos aumento en su consumo y precio¹².

Dentro la terapia no farmacológica se tiene a la Terapia Cognitiva-Conductual (TCC) este es un enfoque de tratamiento se utiliza para abordar diversos trastornos mentales, este modelo terapéutico se enfoca en ayudar al paciente a cambiar las respuestas disfuncionales en los pensamientos, las emociones y conductas por otras más adaptativas; es importante destacar que este modelo requiere del compromiso, adhesión del paciente y de sus seres cercanos para garantizar su efectividad¹³.

Estrategias de afrontamiento a partir de la adaptación y autoeficacia

Los jóvenes que son educados con una orientación hacia el aprendizaje desarrollan un gusto por el saber cómo recurso motivacional, manejan la ansiedad de una manera diferente observan los errores como parte del proceso del aprendizaje y como oportunidades de mejora, evitando estados de ansiedad que perjudiquen la meta propuesta. En cambio en aquellos estudiantes que en situaciones de incertidumbre asimilan los errores como fracasos perciben las amenazas generando un mayor estado de ansiedad¹⁴.

La autoeficacia se entiende como la percepción que involucra la creencia sobre la propia capacidad de hacer frente situaciones específicas, organizando y ejecutando acciones para el logro de una meta; según Bandura (1989, 1997) define la autoeficacia como un proceso multidimensional que influye sobre la motivación y el afecto asociada a estilos de vida haciendo uso de adecuadas estrategias de afrontamiento.

Los jóvenes inseguros de sus propias capacidades son propensos a creer que las

cosas son más difíciles de lo que son realmente, generando de esta manera tensión, depresión, como consecuencia de ese bajo nivel de autoeficacia presentando de comportamientos inadaptados y una baja en el rendimiento académico, en cambio los estudiantes con altas expectativas de auto eficiencia gozan de una mayor motivación obteniendo mejores resultados porque autorregulan eficazmente los desafíos que se les presenten mostrando niveles bajos de ansiedad¹⁵.

Ante la presencia de estresores los jóvenes universitarios son propensos a adquirir mecanismos de afrontamiento poco saludables como el consumo alcohol, tabaco, drogas y la práctica de sexo casual para reducir las emociones negativas¹⁶.

Los hallazgos descritos apertura un seguimiento a la problemática considerando el contexto socio histórico demográfico multidimensional anterior y actual en los estudiantes de la carrera de medicina que fueron encuestados en ambas gestiones; dada la persistencia de sintomatología de ansiedad y depresión y el interés de actualización de los datos, se encuentra la necesidad de exploración en una nueva coyuntura post pandemia de la misma cohorte de estudio para realizar el seguimiento prospectivo del proyecto a fin de ofrecer un diagnóstico acerca la ansiedad y

depresión en la gestión 2023 comparando a los datos ya obtenidos en la gestión 2022.

CONCLUSIÓN

El análisis de la información teórica y los resultados presentados, determinan que la salud mental resulta de gran importancia en el entorno universitario.

Los resultados comparativos encontrados determinan la prevalencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la universidad técnica privada Cosmos UNITEPC, los hallazgos se mantuvieron estables en el tiempo, lo que indica la necesidad de la implementación de medidas efectivas para abordar la problemática en la población estudiantil.

La identificación de un porcentaje de estudiantes con depresión muy severa con pensamientos suicidas, subraya la urgencia de brindar asistencia de un psicopedagogo y atención especializada para el cuidado de la salud mental y la prevención de la autólisis a partir de la generación de conciencia en todos los sectores de promoción de la salud mental, con un enfoque integral de prevención con una visión transdisciplinar sobre todo con aquellos que interactúan en el ámbito juvenil y universitario.

REFERENCIAS

1. de Mayo de 1-12. 48 ASAMBLEA MUNDIAL DE LA SALUD [Internet]. Who.int. [cited 2023 Sep 22]. Available from: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/203765/WHA48_1995-REC-1_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
2. El cuidado de su salud mental [Internet]. National Institute of Mental Health (NIMH). [cited 2023 Oct 10]. Available from: <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/espanol/el-cuidado-de-su-salud-mental/el-cuidado-de-su-salud-mental>
3. Delgado EC, De la Cera DX, Lara MF, Arias RM. GENERALIDADES SOBRE EL TRASTORNO DE ANSIEDAD [Internet]. Binasss.sa.cr. [cited 2023 Sep 22]. Available from: <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
4. Vásquez M, Antonio D. Ansiedad y depresión asociado a rendimiento académico y deserción estudiantil universitaria durante la pandemia por SARS COV 2. Revisión sistemática. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3132413>
5. Burguère E, Mallet L, Geddes JR, Andreasen NC, Goodwin GM. New Oxford textbook of psychiatry. Oxford University Press; <https://books.google.es>
6. Vinaccia Alpi S, Ortega Bechara A. Variables asociadas a la ansiedad-depresión en estudiantes universitarios. Univ Psychol [Internet]. 2021;19. Available from: <http://dx.doi.org/10.1114/javeriana.upsy19.vaad>
7. Tam W, Lo K, Pacheco J. Prevalence of depressive symptoms among medical students: overview of systematic reviews. Med Educ [Internet]. 2019;53(4):345–54. Available from: <http://dx.doi.org/10.1111/medu.13770>
8. Lasheras I, Gracia-García P, Lipnicki D, Bueno-Notivol J, López-Antón R, de la Cámara C, et al. Prevalence of anxiety in medical students during the COVID-19 pandemic: A rapid systematic review with meta-analysis. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2020;17(18):6603. Available from: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17186603>
9. Rotenstein LS, Ramos MA, Torre M, Segal JB, Peluso MJ, GuilleC, et al. Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students: A systematic review and meta-analysis. JAMA [Internet]. 2016;316(21):2214. Available from: <http://dx.doi.org/10.1001/jama.2016.17324>
10. Gonzalez G, Sofia L. Factores epidemiológicos relacionados con la presencia de ansiedad en estudiantes de medicina de la universidad nacional de Ucayali durante el primer semestre del 2022. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3360105>
11. Chávez Márquez IL. Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. Psicumex [Internet]. 2021;11:1–26. Available from: <http://dx.doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>
12. Depresión: más allá del mito de la serotonina. Rev Psiquiatr urug [Internet]. 2022;86(2). Available from: <http://dx.doi.org/10.46706/psi/86.2.5>
13. Polo JVP, Díaz DEP. Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte. Duazary [Internet]. 2011 [cited 2023 Oct 9];8(2):251–7. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3903329>
14. Unirioja.es. [cited 2023 Oct 9]. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=106808>
15. Contreras F, Espinosa JC, Esguerra G, Haikal A, Polanía A, Rodríguez A. Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. Diversitas [Internet]. 2005 [cited 2023 Sep 22];1(2):183. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-99982005000200007&script=sci_arttext
16. Digdon N, Landry K. University students' motives for drinking alcohol are related to evening preference, poor sleep, and ways of coping with stress. Biol Rhythm Res [Internet]. 2013;44(1):1–11. Available from: <http://dx.doi.org/10.1080/09291016.2011.632235>