

**FACTORES DE ESTRÉS ACADEMICO Y DEPRESION EN ESTUDIANTES DE
MEDICINA: REVISION DE ALCANCE**

Cortes-Giraldo, Mayra A¹ (<https://orcid.org/0000-0003-3859-2104>) ; Rodríguez, Angie J¹(<https://orcid.org/0000-0002-5813-2466>) ; Motta-Córdoba, Juan S¹ (<https://orcid.org/0000-0002-6655-954X>) ; Solarte- Mili² ; Giraldo-Jiménez, Claudia F³.

1. Estudiante Programa de Medicina, Universidad Santiago de Cali.
 2. Docente Tiempo Completo, Asesor Temático, Universidad Santiago de Cali.
 3. Docente Tiempo Completo, Asesor Metodológica, Universidad Santiago de Cali.
-

RESUMEN

Antecedentes: Investigaciones realizadas en Europa, Latinoamérica y Colombia, dan cuenta de las dificultades psicológicas que enfrentan los estudiantes de medicina, las cuales desencadenan estrés y depresión, a partir de diversos factores de riesgo motivados por la carga académica que enfrentan. **Objetivo:** Conocer los factores de riesgos implicados en el desarrollo del estrés académico y depresión en los estudiantes de medicina entre los años publicados entre 2017-2022 **Metodología:** Revisión de alcance, utilizando la Guía Prisma para segmentar los artículos y una estrategia de búsqueda con base en la formación de una pregunta PCC. **Resultados:** Se establecen como factores generadores de estrés la exigencia académica en un 40%, en tanto la prevalencia por género ubica a las mujeres con 42% encima de los hombres con 30%, la ansiedad, con 30% de resultados es el síntoma más común. Los diagnósticos en su mayoría se hacen a través del inventario de depresión de Beck (43%), en tanto los tratamientos más comunes son el monitoreo de casos (30%) y el acompañamiento psicológico (20%). **Conclusiones:** El estrés académico entre estudiantes de medicina es una realidad que desencadena depresión y que merece la atención de las facultades médicas, buscando la calidad de vida de los estudiantes y la reducción de riesgos de complicaciones como depresión, ideación suicida y deserción académica.

Palabras clave: Estrés académico, depresión, ansiedad, estudiante.

ABSTRACT

Background: Research conducted in Europe, Latin America and Colombia, account for the psychological difficulties faced by medical students, which trigger stress and depression, from various risk factors motivated by the academic load they face. **Objective:** To find out the risk factors involved in the development of academic stress and depression in medical students between the years published between 2017-2022. **Methodology:** Scoping review, using the Prism Guide to segment the articles and a search strategy based on the formation of a PCC question. **Results:** Academic demands are established as stress generating factors in 40%, while the prevalence by gender places women with 42% above men with 30%, anxiety, with 30% of results is the most common symptom. Most diagnoses are made through the Beck depression inventory (43%), while the most common treatments are case monitoring (30%) and psychological support (20%). **Conclusions:** Academic stress among medical students is a reality that triggers depression and deserves the attention of medical schools, seeking the quality of life of students and the reduction of risks of complications such as depression, suicidal ideation and academic desertion.

Key words: Academic stress, depression, anxiety, student.

INTRODUCCIÓN

El estrés académico se presenta en la actualidad como un conflicto que deben enfrentar amplios sectores de estudiantes en todo el mundo y, sin embargo, suele ser considerado un tema poco atendido, en relación con otras formas de estrés (laboral, postraumático, psicosocial, entre otros) (1). Para la Organización Mundial de la Salud, este tipo de estrés se relaciona con una aceleración física, así como emocional, de cognición y de conducta, que deriva de estímulos ante eventos académicos, en casos donde el estudiante se siente desbordado por la situación, empezando a manifestar sintomatologías diversas (2).

En ese sentido, la problemática de este tipo de estrés afecta al menos a 1 de cada 4 personas, en tanto el contexto universitario presenta estimaciones de al menos un 50% de estudiantes que en algún momento podrá presentar estrés por situaciones relacionadas con sus carreras, lo que puede generar otros trastornos más graves como alcoholismo, depresión problemas familiares, etc. (3).

Ante estas cifras, son múltiples los estudios realizados en todos los continentes, donde se toca este tema, específicamente entre estudiantes de medicina, ya sea midiendo patrones de comportamiento, prevalencia, síntomas, causas, etc. A continuación, se mencionan algunas del ámbito internacional y nacional.

Para empezar, una investigación española realizada en 2017, entre estudiantes de medicina, asoció el estrés académico con la depresión, con base en una metodología de tipo analítico con corte transversal que incluyó 159 estudiantes de primeros semestres de medicina, a quienes se les aplicó un test de medición de estrés (inventario SISCO), encontrándose como resultados que al menos un 57.9% de los participantes presentaban factores de riesgo asociados a la depresión. No

obstante, los autores concluyeron que se deben realizar nuevos estudios para identificar un patrón que pueda asociar más a fondo el estrés con la depresión (4).

Por otro lado, un estudio realizado en Perú, con el objetivo de establecer la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del área de la salud, a partir de una metodología de tipo transversal descriptiva, entre 320 estudiantes que cursaban séptimo semestre, con base en el mismo inventario SISCO, arrojó como resultados una escasa inteligencia emocional de los participantes en cuanto a lo intrapersonal y la adaptabilidad, así mismo, se identificaron algunos episodios de estrés, que se sugiere sean estudiados en otros estudios con muestras más amplias (5).

Otra investigación latinoamericana, llevada a cabo en Cuba, con el objetivo de evaluar la posible relación entre el estrés académico y los resultados docentes de estudiantes de medicina, se basó en un estudio de tipo transversal con 72 estudiantes, aplicando el inventario SISCO, identificando altos niveles de estrés, los cuales permitieron concluir una relación directa entre dichos niveles y un bajo rendimiento. Se recomendó considerar el papel del estudiante como ser humano integral en el diseño de clases y evaluaciones (6).

En cuanto a Colombia, una investigación reciente, realizada en el Departamento de Sucre, midió el nivel de estrés académico nacido de las evaluaciones orales y escritas entre estudiantes de medicina, utilizando igualmente el inventario SISCO, entre 270 estudiantes, encontrándose que el estrés académico aumenta por las evaluaciones, sumadas a otros estresores como son la carga de tareas y trabajos, la incompreensión de temas y la limitación de tiempo para desarrollar las actividades. Los síntomas recurrentes del estrés académico fueron somnolencia, ansiedad, angustia, desesperación, apetito desbordado. Frente a esta realidad, se sugiere la implementación

de planes de acción que potencien las capacidades de los estudiantes sin desbordar sus motivaciones y estados de ánimo (7).

Así, la revisión de alcance desarrollada está justificada en tanto toca un tema que sigue siendo estudiado en el ámbito médico; permitiendo que, a través de una compilación de estudios publicados en bases de datos académicas e implementando un rastreo de información se puedan analizar diversas referencias, sintetizando los resultados bajo 3 categoría de análisis.

Finalmente, la presente revisión de alcance surge en el entorno de la Universidad Santiago de Cali, Facultad de Salud,

Preguntas de revisión. Con base en los elementos expuesto en la Tabla 1. La pregunta PCC planteada fue: ¿Qué evidencia ha sido reportada en la literatura internacional y nacional sobre los factores de estrés académico y depresión entre estudiantes de medicina?

Objetivo general: Conocer los factores de riesgos implicados en el desarrollo del estrés académico y depresión en los estudiantes de medicina entre los años publicados entre 2017-2022.

Objetivos específicos:

1. Identificar factores somáticos y emocionales presente en los estudiantes de medicina de pregrado que presenten depresión.
2. Analizar los resultados obtenidos con el fin de determinar los factores relevantes que inciden en el desarrollo del trastorno depresivo en estudiantes de medicina de pregrado.
3. Evaluar la asociación entre la depresión y estrés en los estudiantes de medicina de pregrado a nivel nacional e internacional en un periodo específico.
4. Determinar el grado de depresión asociado a la carga académica del estudiante de medicina de pregrado.

1.MÉTODOS

1.1 DISEÑO

Para el desarrollo de la presente revisión de alcance, los artículos seleccionados se filtraron con base en el diagrama de flujo que propone la guía Prisma, partiendo de un enfoque retrospectivo, asumiendo también los puntos de chequeo que dicha guía propone (9), tomando los artículos con fundamento en las bases de datos previamente mencionadas.

En cuanto el desarrollo investigativo se consideraron las siguientes fases: Primera fase: delimitación del tema, redacción de introducción y metodologías, selección de criterios de inclusión y exclusión, establecimiento de estrategia de búsqueda. Segunda fase: revisión de artículos, selección de textos para análisis siguiendo criterios de tamizaje. Tercera fase: redacción de resultados, análisis y conclusiones.

2. ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA

La pregunta de investigación utilizada se formuló con base en el formato Población, Concepto, Contexto (PCC), tal como se evidencia en la Tabla 1. Para así determinar una estrategia de búsqueda fundamentada en términos MeSH, asumiendo que estos términos “hacen referencia a los «medical subject headings», también conocidos como «encabezamientos de materia médicos», «títulos de temas médicos» o «descriptores en ciencias de la salud» (10); así como términos libres que se integraron utilizando operadores booleanos (or) en un mismo componentes y combinaciones con base en el operador (and).

TABLA 1. Elementos para el diseño de la pregunta PCC

Criterios	Definición
Población	Evidencia que incluya investigaciones en estudiantes de pregrado en medicina, tanto europeos, como americanos en general y nacionales.
Concepto	Factores de estrés académico, depresión, medicina, pregrado.
Contexto	Universitario

Fuente: elaboración propia.

Con base en los elementos expuesto en la Tabla 1. la pregunta PCC planteada fue: ¿Qué evidencia ha sido reportada en la literatura internacional y nacional sobre los factores de estrés académico y depresión entre estudiantes de medicina?

Los marcadores MeSH obtenidos fueron: estrés académico, depresión, estudiantes, factores, medicina; con su respectiva traducción al inglés. Con estos fundamentos se plantearon las siguientes fórmulas de búsqueda:

- “estudiante” AND “estrés académico” AND “depresión”
- "student" AND "academic stress" AND "depression".
- “medicina” AND “estudiante” AND “estrés académico”
- "medicine" AND "student" AND "academic stress".
- “depresión” OR “estrés académico” AND “estudiante”

1.3 CRITERIOS DE ELEGIBILIDAD

Se eligen dentro de los criterios de elegibilidad, siguiendo el esquema (PCC) sugeridas para las revisiones de alcance. Se incluirán estudios, artículos y publicaciones en español e inglés, que se hayan publicado en relación con estudiantes de medicina.

1.3.1 Criterios de Inclusión

Textos publicados entre 2017-2022.

Artículos de revisión.

Estudios transversales.

Estudios descriptivos.

Textos en español e inglés.

Uso de test para medición de estrés.

Población de estudiantes mayores de edad.

1.3.2 Criterios de exclusión

Documentos publicados en idiomas diferentes al inglés o español.

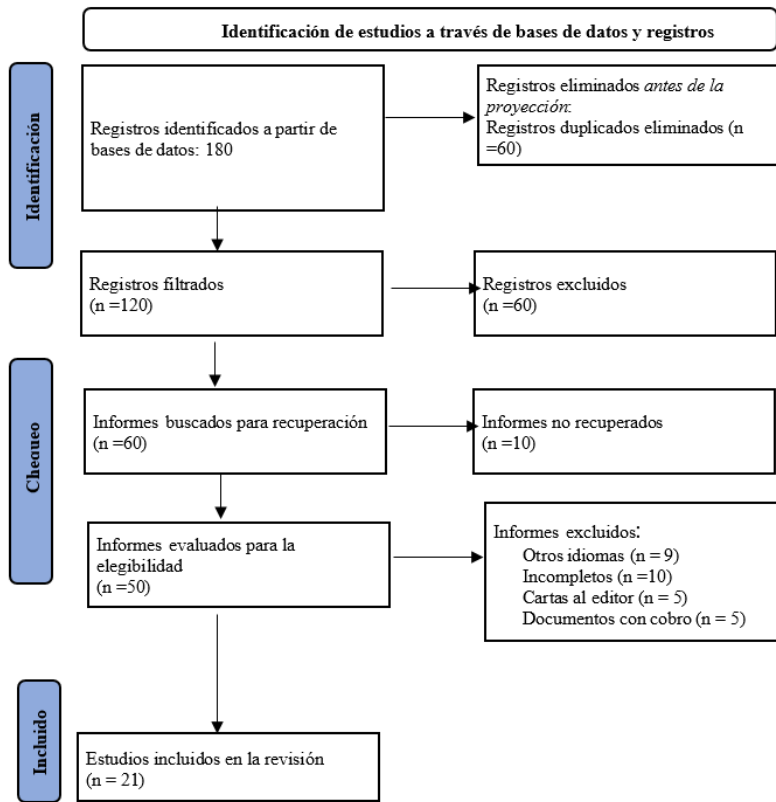
Documentos duplicados o incompletos.

Cartas al editor.

Documentos con cobro por consulta.

Estudiantes de otras carreras, menores de edad

4. PROCESO DE EXTRACCIÓN DE DATOS



5. RIESGO DE SESGO

Para asegurar la confiabilidad de las revistas de las cuales se extrajeron la mayoría de los artículos revisados, se utilizó el portal SCImago Journal & Country Rank para verificar el dominio científico de los mismos.

2. RESULTADOS

2.1 SELECCIÓN DE ESTUDIOS

La selección de artículos derivó en 21 documentos cuyos resultados se sintetizaron con fundamento en el tipo de estudio, la población estudiada, así como los resultados y conclusiones más relevantes en lo que respecta a factores de estrés académico más común entre estudiantes de medicina, mayores de edad; también se tuvo en cuenta el género y periodo de la carrera donde más se presenta.

TABLA 1. Síntesis de artículos consultados.

Título	Autor/ año de publicación	Tipo de estudio/ Objetivo	Población	Resultados/ conclusiones
1. Estudio Trasversal: Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina y su Asociación con la Depresión	Santos, J., et al /2017(4)	Estudio analítico de corte transversal/ evaluar el estrés académico en estudiantes de medicina y establecer la relación con la depresión.	El estudio fue realizado a 159 estudiantes de medicina de la Universidad Católica de Cuenca-Ecuador de primero a noveno ciclo de 18 a 36 años.	El género mayoritario fue el femenino (58,5%). El grupo de edad fue de 20 a 44 años (68%). Aquellos que cursaban los ciclos de fundamentación teórica (66,7%)/ Existen diferencias significativas de estrés en estudiantes, sin embargo, no se mostró relación con la depresión.
2. Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina	Cobiellas, L., et al/ 2020 (8)	Estudio de corte transversal/ Determinar los niveles de estrés académico y depresión	A través de un muestreo probabilístico se seleccionaron 246 estudiantes de primer	El 63,11 % presentó un nivel de estrés excesivo; el 56,8 %, un estrés patológico; el 54,85 %, un nivel de depresión medio; y

		mental en estudiantes de primer año de medicina.	año de medicina de la Facultad de Ciencias Médicas “Mariana Grajales Cuello”. El 75, 7% tenían edades ente 18 y 19 años y 153 estudiantes eran mujeres.	el 57,69 % manifestaban un estrés excesivo/ Se puede inferir que la escala de depresión se encontró en nivel medio, demostrando asociación entre estrés y depresión.
3. Estrés académico y resultados docentes en estudiantes de medicina.	Conchado, J., et al/ 2019(6)	Estudio transversal/ Evaluar la posible asociación entre niveles de estrés académico y resultados docentes.	Se incluyó en el estudio 72 estudiantes de ambos géneros del segundo ciclo de medicina de la Universidad Católica de Cuenca - Sede Azogues.	El nivel de estrés alto predominó en el género femenino y se asoció significativamente en el rendimiento del docente. / Se concluye que la mejor condición para el estudiante es mantener nivel bajos y medios de estrés, esto influye en los resultados docentes.
4. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud	Zárate, N., et al/ 2021 (9)	Estudio cuantitativo, correlacional, transversal. /Analizar los hábitos de estudio y su relación con el estrés académico en los estudiantes del área de la salud.	El estudio se realizó a 741 estudiantes de primer año de licenciatura en medicina general.	El 36,82% tienen hábitos de estudio y a un 81,04% les genera estrés el hecho de competir con los compañeros/Se encontró relación entre la ausencia de hábitos de estudio y las respuestas fisiológicas y psicológicas asociadas al estrés.

5. Tendencias de la Relación Estrés y Académico y Depresión en Estudiantes de Medicina de Colombia Durante el Período 2003 – 2017	Balasnoa, J., & Guerra, K./ 2017 (10)	El tipo de estudio es una revisión documental. /Describir las tendencias de la relación estrés académico y depresión en estudiantes de medicina de Colombia durante el período 2003 – 2017.	Se buscaron en bases de datos; artículos, guías y libros. (No se encuentra población específica)	Diferentes estudios determinan que la exigencia académica influye en la prevalencia de estrés y depresión en estudiantes./La depresión afecta la salud mental de los estudiantes de medicina, lo que trae consigo bajo rendimiento académico, esta problemática debe ser priorizado por las autoridades educativas.
6. Depresión en estudiantes de medicina: perspectivas actuales.	Moir, F., et al/ 2018 (11)	Revisión bibliográfica/ Explorar el problema de la depresión en la población de estudiantes de medicina, incluida la prevalencia, las causas y los problemas clave	Estudiantes de medicina encontrados en las diferentes bases de datos (No se encuentra población específica).	Se establecieron índices más altos de depresión en los estudiantes de medicina que en la población general. /Según el artículo se puede concluir que las escuelas de medicina necesitan estrategias para abordar esta problemática
7. Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de medicina: una comparación transversal entre estudiantes de diferentes semestres.	Moutinho, I., et al/ 2017 (12)	Estudio transversal/ Comparar la prevalencia de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de medicina de todos los semestres de una facultad de medicina brasileña y evaluar sus	El estudio se realizó a 761 estudiantes de los 12 semestres de una facultad de medicina brasileña.	Se presentó que el 34,6% refirió sintomatología depresiva, el 37,2% síntomas de ansiedad y el 47,1% síntomas de estrés. Predominó el género femenino. Se encontraron variación significativa de estrés entre semestres principalmente entre 1° y 10° / Se revelaron altos niveles de síntomas de

			respectivos factores asociados.		depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de medicina lo que influye en la salud mental, propiciando ideación suicida o deserción.
8. Una revisión sistemática de la depresión y la ansiedad en estudiantes de medicina en China	Mao, Y., et al/ 2019 (13)	Revisión sistemática/ Investigar las características de la depresión y ansiedad en estudiantes de medicina.	Se hizo búsqueda de artículos referentes a la temática (no se encuentra población específica).		De acuerdo a la revisión de literatura los mujeres presentaron más síntomas depresivos que los hombres/ Las escuelas de medicina deben fortalecer el apoyo mental de la universidad y la creación de centros de asesoramiento.
9. Depresión en estudiantes de medicina: percepciones de un estudio longitudinal	Silva, V., et al / 2017 (14)	Se realizó un estudio observacional longitudinal prospectivo/ Contribuir a la comprensión de la depresión en estudiantes de medicina	El estudio se llevó a cabo a 238 estudiantes de medicina en la Facultad de Medicina de la Universidad de Minho, Portugal.		La prevalencia de depresión osciló entre 12,7% y el 21,5%, no se detectaron diferencias significativas entre hombres y mujeres/ Es necesario instalar procedimientos que identifique y apoyen a los estudiantes deprimidos.
10. Depresión, ansiedad y estrés entre estudiantes de último año de medicina	Kumar, B., et al / 2019 (15)	Estudio observacional/ Determinar la frecuencia de depresión, estrés y ansiedad entre estudiantes de último año de medicina.	312 estudiantes participaron en el estudio de los cuales 84,6% eran mujeres y el 15,4% eran hombres. La edad media		El 57,6% de los estudiantes sufrieron depresión de moderada a grave, el 57,7% tenían estrés. El género femenino tiene predominancia en los niveles de depresión/ La incidencia de estrés se

				correspondió a 22 años.	presenta más en universidades privadas y de depresión en universidades públicas.
11. Percepciones de estudiantes de medicina sobre el estrés debido a los estudios académicos y sus interrelaciones con otros dominios de la vida: un estudio cualitativo	Bergmann, C., et al./2019 (16)	Estudio cualitativo transversal /Comprender mejor las posibles interrelaciones entre las demandas relacionadas con los estudios académicos y en otros dominios de la vida.	El estudio fue realizado a 8 grupos focales entre 6 y 11 para un total de 68 estudiantes de medicina. La edad media correspondió a 24 años. El 77% eran mujeres.		En el estudio se percibió que el estrés permanente producía agotamiento emocional, los lazos sociales contribuían la reducción de estrés/ Se puede concluir que la acción preventiva del manejo de estrés debe ser parte del plan de estudios.
12. Estrés percibido, motivos y fuentes de estrés entre los estudiantes de medicina del Rabigh Medical College, King Abdulaziz University, Jeddah, Arabia Saudita	Gazzaz, Z., et al./ 2018 (17)	Estudio transversal/ Identificar el estrés percibido en los estudiantes de medicina.	El estudio se realizó a 176 estudiantes de medicina. La edad media era de 20 años de edad. El 51% correspondían a años preclínicos y el 49% de años clínicos.		Se evidenció que los estudiantes con niveles de estrés altos tuvieron bajas notas en comparación con aquellos de menos estrés/ No se muestran diferencias significativas entre los estudiantes a años preclínicos y los estudiantes de años clínicos.
13. Prevalencia y factores asociados con la depresión entre estudiantes de medicina en Camerún: un estudio transversal	Ngasa, S., et al /2017(18)	Estudio transversal/ Determinar la prevalencia y los factores predisponentes asociados con la depresión entre	En el estudio se incluyeron 618 estudiantes de medicina con edades entre 18 y 28 años.		Se identifica que la prevalencia del trastorno depresivo en estudiantes de medicina fue alto varios presentaron depresión de moderada a moderadamente severa./ Es necesario la creación de

		estudiantes de medicina en Camerún (preclínicos y clínicos).		grupos de apoyo y de asesoramiento frente a estos casos.
14. Depresión, ansiedad y agotamiento entre estudiantes de medicina y residentes de una facultad de medicina en Nepal: un estudio transversal	Pokhrel, N., et al / 2020 (19)	Estudio transversal/ Determinar la prevalencia de depresión, ansiedad, burnout, sus factores asociados.	El estudio constó de 651 estudiantes de medicina. El 76% eran hombres y el 24 % eran mujeres. Se utilizó el Inventario de agotamiento de Copenhague y el Cuestionario de estrés para evaluar el estrés de los estudiantes de medicina.	Los estudiantes de tercer año tuvieron mayor participación., las mujeres tuvieron mayor prevalencia significativa de depresión/ Se observó alta prevalencia de depresión, ansiedad y agotamiento en relación con lo académico.
15. Prevalencia y predictores de depresión y ansiedad entre estudiantes de medicina en Addis Abeba, Etiopía	Kebede, M., et al/2019 (20)	Estudio transversal/ Determinar la prevalencia y los factores asociados a la depresión y la ansiedad entre los estudiantes de medicina.	Se seleccionaron 273 estudiantes de medicina. Se utilizó la escala de ansiedad y depresión hospitalaria (HADS) para evaluar la ansiedad y la depresión.	Se observó que la edad con asociación significativa de depresión es de 18 a 21 años, con prevalencia en el sexo femenino, se evidenció que el mayor impacto se presentó en los estudiantes de primer y segundo año./ Es necesario más estudios que se centren en las formas de prevención y tratar esta problemática.
16. Prevalencia y factores asociados de estrés, ansiedad y	Wahed, W y Hassan, S.,	Estudio transversal/ Estudiar la prevalencia de los trastornos	Se realizó a un total de 442 estudiantes con	Las puntuaciones más altas de estrés y ansiedad se asociaron significativamente en el género

depresión entre et al /2017(21) de la Universidad de Fayoum.	al psicológicos del estado de ánimo y su asociación con algunos factores.	del una edad media de 20 años.	femenino/ Gran proporción de estudiantes de medicina presentan depresión, estrés y ansiedad, es necesario realizar más estudios para identificar más factores relacionados con la educación médica.
17. La prevalencia y asociación del estrés con la calidad del sueño entre estudiantes de medicina	Almojali, A., et al./2017(22)	Estudio transversal / Estimar la prevalencia y la relación entre la mala calidad del sueño y el estrés entre los estudiantes de medicina.	Se incluyó a 756 estudiantes de medicina (512 hombres y 244 mujeres). Los Cuales 290 estudiantes eran de primer año, 180 de segundo año, 152 de tercer año y 134 estudiantes de cuarto año. Edad promedio de 22 años.
18. Factores asociados con los síntomas de depresión y ansiedad entre estudiantes de medicina en Bahrein	Mahroon, Z., et al/ 2017 (23)	Estudio transversal/ Identificar la prevalencia de síntomas depresivos y determinar las asociaciones entre estos síntomas, las características de los estudiantes y su satisfacción con la vida.	Se realizó a 350 estudiantes de medicina. Se utilizó el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) para evaluar los síntomas depresivos y de ansiedad.
			El 40% presentaron síntomas depresivos asociados al género femenino/ Se encontró alta prevalencia se síntomas depresivos, se debe asignar más recursos de monitoreo a estos casos.

19. Prevalencia de mala salud mental entre estudiantes de medicina en Nepal: un estudio transversal	Adhikari, A., et al./2017(24)	Estudio transversal/ Determinar la prevalencia de los trastornos mentales.	Se incluyeron 343 estudiantes de medicina de primer año a cuarto año.	Del grupo de estudio la prevalencia de depresión fue de 18 a 25 años (25%); estudiantes preclínicos. Se presentó depresión en mujeres (35.1%) y en hombres (23.4%)/ En conclusión se encontraron altos índices de mala salud mental entre los estudiantes de medicina de Nepal.
20. El estrés percibido en la Facultad de Medicina de los estudiantes de pregrado predice el rendimiento académico: un estudio observacional.	Kotter, T., et al. /2017 (25)	Estudio Observacional/ Examinar la relación entre el estrés percibido en la Facultad de Medicina de los estudiantes de medicina y el rendimiento académico.	El estudio se realizó 185, edad media de 22 años. 67% mujeres y el 33% hombres.	Los estudiantes de medicina mostraron resultados estadísticamente significativos, los cuales evidenciaron un vínculo entre el estrés y el rendimiento académico, principalmente en los estudiantes preclínicos./Se necesita más investigación que incluya enfoques cualitativos para el estudio de estos factores.
21. Estrés percibido en estudiantes de primer año de medicina - asociaciones con recursos personales y angustia emocional	Heinen, I., et al./2017 (26)	Estudio transversal/ identificar, mediante modelos de ecuaciones estructurales, las asociaciones entre el	Se realizó a 321 estudiantes de medicina de primer año con una edad media de 22 años de los cuales 39,3% eran hombres y 60,7% mujeres.	Se observaron niveles altos de estrés, no se encontraron diferencias significativas entre géneros / Se sugiere realizar intervenciones para estudiantes que necesiten apoyo para enfrentar este problema.

estrés percibido y el
malestar emocional

Fuente: elaboración propia.

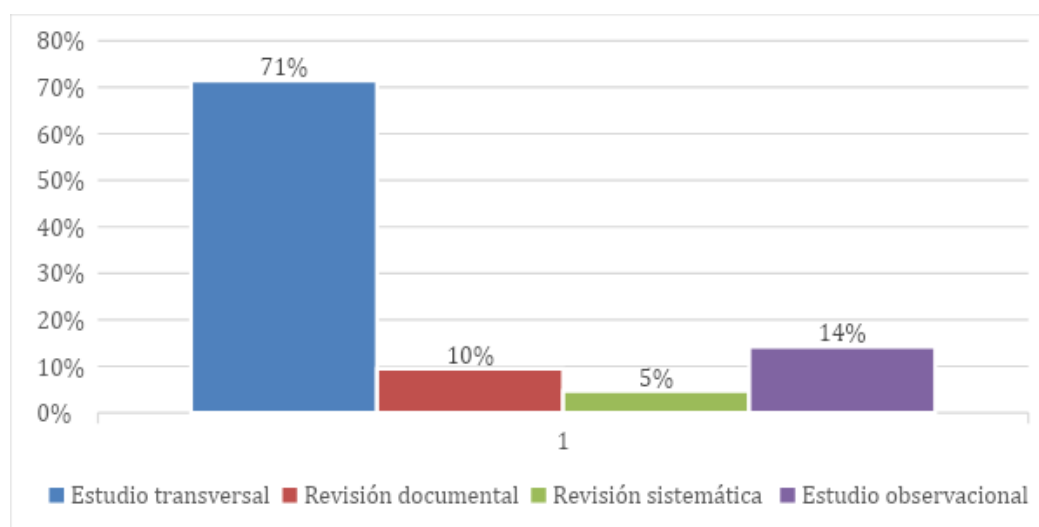
2.2 ANÁLISIS DE RESULTADOS

Una vez compilados y tabulados los artículos con la matriz de rastreo anterior, fue posible establecer un total de 15 estudios transversales, equivalentes al 71% de los resultados; de donde se infiere que la mayoría de estudios propenden por analizar la situación de poblaciones de estudiantes, siendo estos resultados más relevantes para la comprensión de la problemática.

En segunda instancia se ubican los estudios de tipo observacional, con un total de 3 publicaciones, que equivalen a. 14% aproximado de publicaciones, en donde se analizaron casos sin realizar mayores intervenciones en las muestras. Finalmente, las revisiones de tipo documental y sistemático, suman 2 y 1 artículo respectivamente, con un escaso porcentaje en los resultados; de allí que sea oportuno el proceso de revisión de alcance desarrollado, en la medida aporta a la configuración de un mayor número de estas investigaciones sobre un tema que puede derivar en deserción académica o situaciones depresivas (11). La imagen 1, muestra la situación de los estudios encontrados.

IMAGEN 1.

Tipos de artículos publicados.



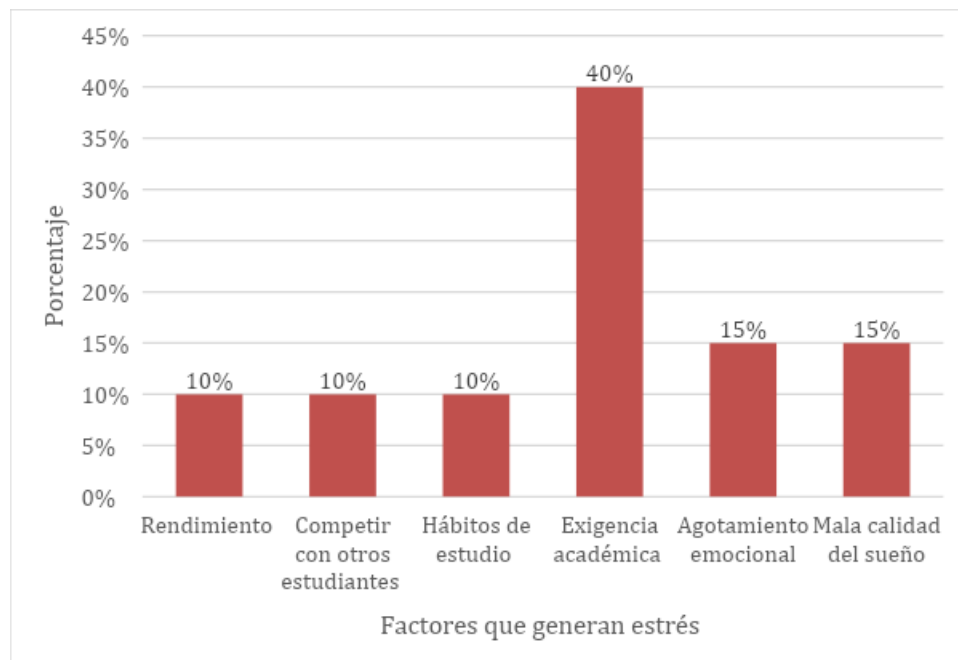
Fuente: elaboración propia.

2.3 FACTORES DE ESTRÉS ACADÉMICO ENTRE LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA

El estrés académico en estudiantes de medicina, considerando los artículos estudiados, se relaciona con varios factores, especialmente la exigencia académica, toda vez que se deben realizar largas jornadas de preparación para obtener mejores resultados académicos. La exigencia representó el 40% de artículos, a la vez que factores como el agotamiento emocional y la mala calidad del sueño, representaron 15% cada uno, mostrando que la persona puede ir perdiendo paulatinamente el interés por otras facetas de la vida. En la imagen 1. Se expone también el porcentaje de otros factores, que a pesar de ser más bajos no por ello son menos significativos.

IMAGEN 2.

Factores de estrés académico identificado



Fuente: elaboración propia.

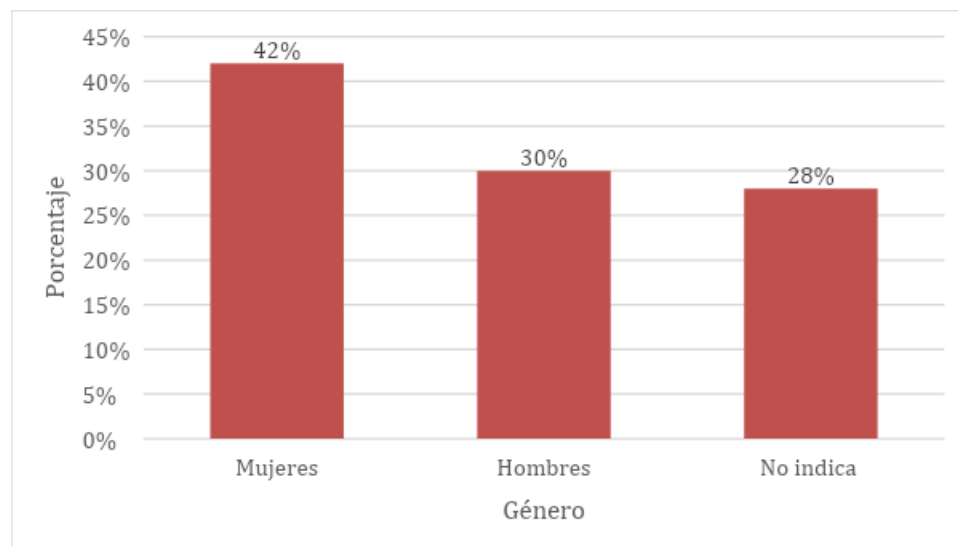
El rendimiento, ante la sobrecarga de tareas y la competencia con otros estudiantes, conlleva un incremento del estrés, que se potencia cuando los estudiantes no manejan hábitos de estudio

acordes a las exigencias de la carrera, pues muchos tienen los hábitos adquiridos en el colegio, donde la exigencia era menor.

Por otro lado, fue posible establecer que los factores de estrés antes mencionados, tienen una mayor prevalencia y generan más síntomas de depresión, ansiedad y aislamiento en mujeres que en hombres, pues un 42% de los artículos indica que las mujeres adolescentes estudian medicina bajo mayor estrés, mientras que el 30% fueron hombres, con un 28 de publicaciones que no indicaban la diferenciación, como se puede apreciar en la Imagen 3.

IMAGEN 3.

Prevalencia de estrés académico por género.



Fuente: elaboración propia.

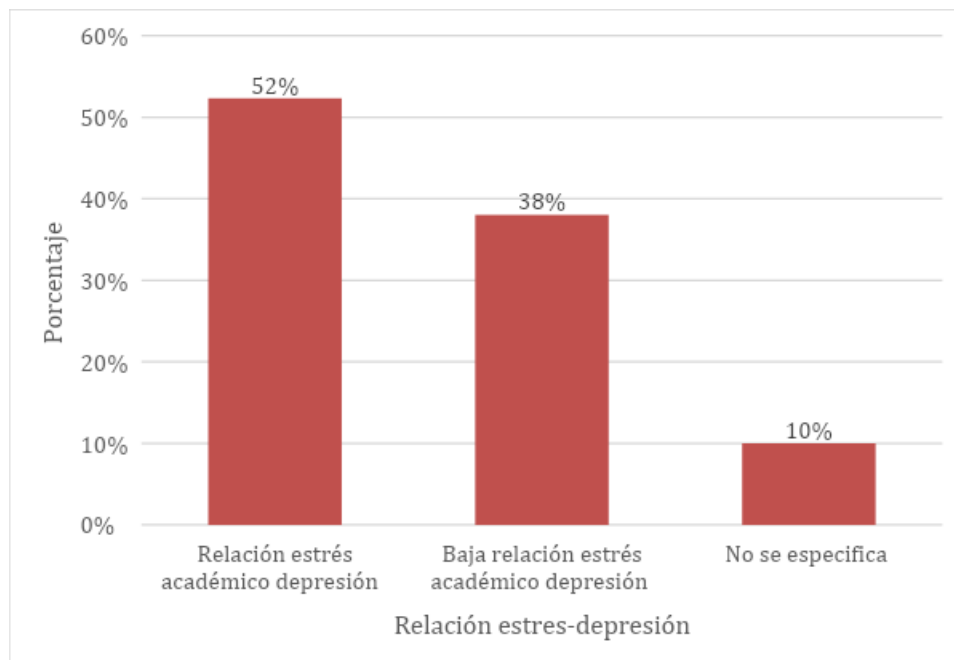
Los casos analizados entre la amplia proporción de estudios de caso, ponen en evidencia la situación del género femenino, sobre quienes recae mayor estrés, sin que se aclare en los estudios a qué se deben estas cifras, de allí que se siguieran nuevas investigaciones para identificar el motivo de esta diferencia y así mismo emprender acciones de apoyo a la población femenina.

2.4 ESTRÉS Y DEPRESIÓN EN LOS ESTUDIANTES

Para el caso de la relación entre estrés académico y el desarrollo de depresión, con todas las problemáticas que se asocian a esta enfermedad (ideación suicida, problemas de sueño, alteraciones digestivas, deserción escolar, etc.), se estableció que un 52% de los artículos relaciona los factores de estrés académico antes mencionados con la depresión que afecta a una mayoría de mujeres estudiantes de medicina, tanto en los primeros semestres como en niveles intermedios, cuando los estudiantes se afianzan en la carrera y deben empezar a adquirir hábitos de estudio acordes a un nuevo ritmo de estudio. En la Imagen 4, se puede establecer la amplia relación establecida en los artículos.

IMAGEN 4.

Relación entre estrés académico y depresión entre estudiantes de medicina



Fuente: elaboración propia.

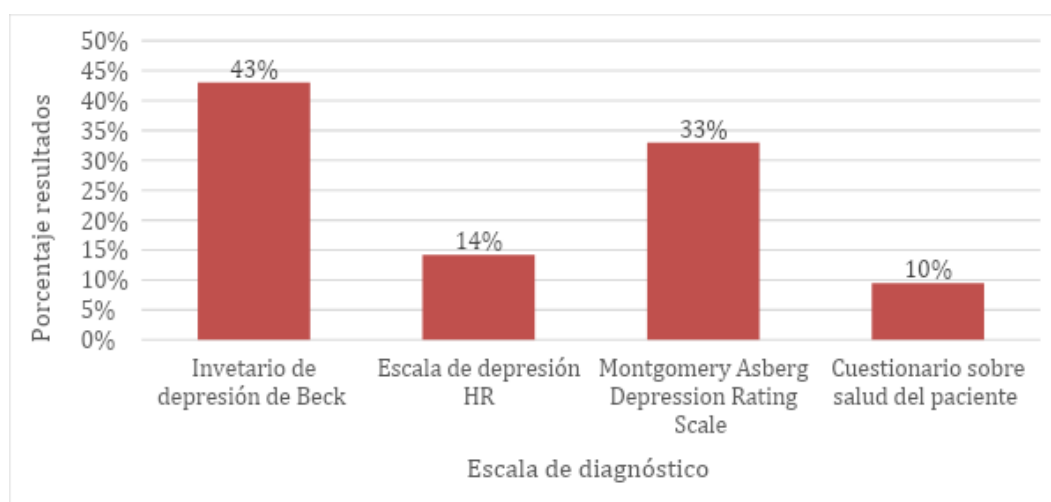
El estrés llega a ser patológico, en la medida que incapacita al estudiante para realizar sus actividades y para continuar un estilo de vida saludable.

2.5 DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

En lo que compete al diagnóstico, los artículos consultados enfatizan en cuatro test a través de los cuales se pueden identificar los factores de riesgo y niveles de depresión y estrés, en la mayoría de estudios de caso, los participantes respondieron el inventario de depresión de Beck, siendo este una de las herramientas de diagnóstico más populares. En la Imagen 5, se detallan las herramientas utilizadas.

IMAGEN 5.

Herramientas de diagnóstico para estrés y depresión

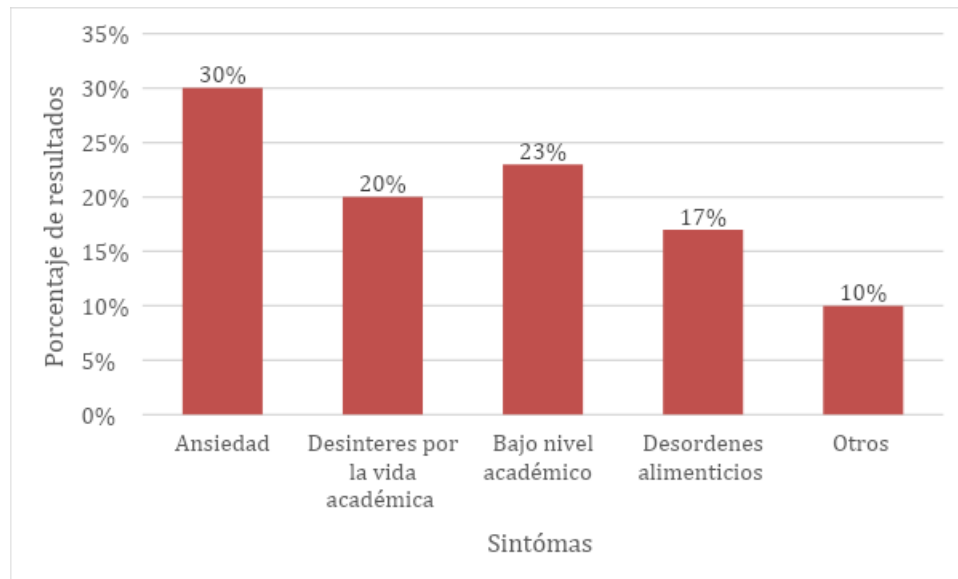


Fuente: elaboración propia.

La asociación entre estrés y depresión implica reconocer en los estudiantes de medicina síntomas como ansiedad, desordenes de sueño, bajo rendimiento académico, entre otros que se detallan en la gráfica 6. Estos síntomas, se relacionan directamente con los factores de estrés antes mencionados, desencadenando en el estudiante un notable malestar que puede llegar a tener repercusiones físicas y, a largo plazo afecta su desempeño profesional como futuro médico. Ante esta situación, los centros educativos deben propender por estrategias de prevención y tratamiento.

IMAGEN 6.

Síntomas de estrés y depresión en estudiantes



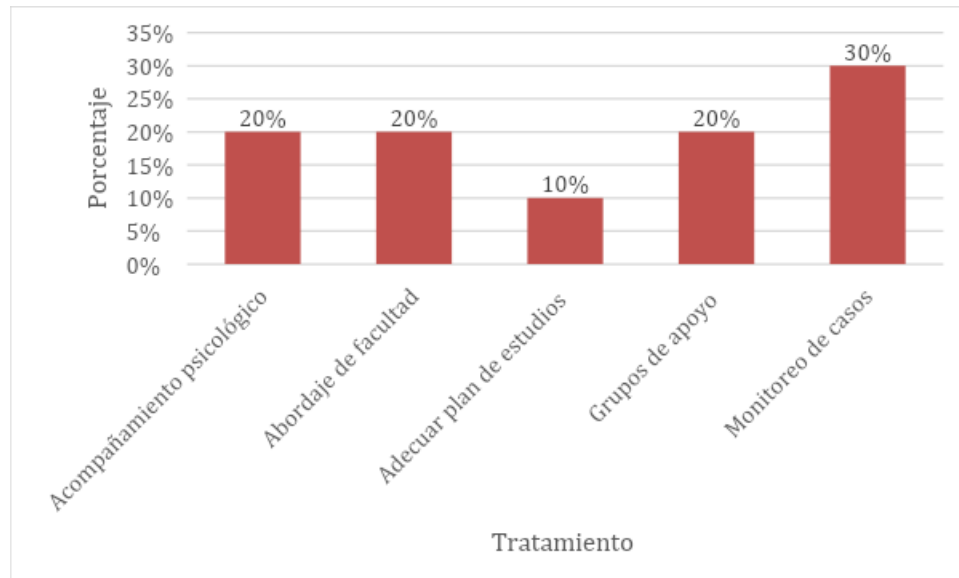
Fuente: elaboración propia.

Ante los síntomas descritos, las alternativas de tratamiento que proponen algunas universidades vinculadas a los estudios analizados es el acompañamiento con psicología, estrategias de abordaje desde las facultades, adecuar plan de estudios, grupos de apoyo, monitoreo de casos, entre otros. De esta manera se reduce el riesgo de suicidio o deserción académica. Los síntomas también pueden ser mitigados si la universidad presta más atención a los factores de riesgo.

En la imagen 7, los tratamientos no incluyen prescripciones médicas, toda vez que se trata de acompañamiento por parte de la universidad, en aras de reducir más no de remplazar la atención psicológica o psiquiátrica a que haya lugar según la situación de cada persona. El acompañamiento universitario no debe pretender solucionar todos los problemas que pueda estar presentando el estudiante.

IMAGEN 7.

Tratamientos propuestos para los estudiantes



Fuente: elaboración propia.

Los resultados en esta parte, muestran que más que un tratamiento, las universidades, según los estudios consultados, buscan acompañar a sus estudiantes.

Con base en lo expuesto hasta este punto, se procede con la discusión de los resultados, donde se contrastan los estudios referenciados directamente.

3. DISCUSIÓN

El estrés académico entre estudiantes de enfermería es una realidad que enfrentan en su mayoría la población femenina (4) (6) (12), principalmente en los primeros semestres, surgido en gran parte por la carencia de hábitos de estudio adecuados a la exigencia que enfrentan los estudiantes al llegar a la universidad (9).

La depresión, como resultado del estrés académico afecta notablemente la salud mental de los estudiantes, reflejándose en bajo desempeño, deserción, insomnio, entre otros síntomas que de no ser tratados a tiempo pueden ocasionar alteraciones psicológicas y físicas grave, toda vez que al ser en su mayoría población adolescente tienen menos sistemas de defensa para enfrentar los fracasos académicos y con ello se genera una intensificación de los síntomas (10) (15).

Se establece también un notable agotamiento emocional entre las muestras de los estudios consultados, que se intensifica cada vez más conforme avanzan en el plan de estudios, las recomendaciones ante esta problemática, conllevan el acompañamiento psicológico, así como la generación de grupos de apoyo y una preocupación más firme por parte de las facultades para evitar que los estudiantes se vean afectados en diversos niveles de su calidad de vida (17) (18) (19).

Por último, se reconoce la importancia de los estudios actualizados sobre un tema que tiene amplia prevalencia entre los estudiantes de medicina, dado que esta carrera tiene un peso extra para el profesional porque se trata de salvar vidas, con horarios complejos y con una gran cantidad de temáticas de estudio que los estudiantes sin preparación enfrentan y deben superar (24) (25).

4. CONCLUSIONES

La revisión de alcance, con base en 21 artículos sobre el estrés académico y la depresión estudiantil entre estudiantes de medicina, permite establecer múltiples conclusiones, dado que este es un tema muy amplio, de allí que se destaquen las siguientes:

- En mayor grado, las mujeres enfrentan el estrés y la depresión como resultado de la exigencia académica y la competitividad que se encuentra en las facultades de medicina.
- Estudiantes con pobres hábitos de estudio, tienden a enfrentar mayores fracasos académicos, de allí que se genere en ellos mayor cuadro de estrés y depresión.
- Los desórdenes de sueño y alimenticios, la ansiedad, el agotamiento, el aislamiento, entre otros, son síntomas de alarma ante el estrés y la depresión que se originan en las facultades de medicina y que pueden llevar al estudiante a cuadros más severos, con deserción académica o ideación suicida.
- Las facultades de medicina tienen una responsabilidad importante con sus estudiantes, en el sentido de ofrecer apoyo a quienes estén pasando por situación de estrés o depresión, esto a partir de programas de apoyo, acompañamiento, etc.
- El estudio desarrollado, tuvo como principal limitación, las distintas metodologías de los estudios consultados, que pueden abordar muestras grandes, pero dar detalles sesgados sobre los resultados. Puesto que, se reconoce que existe prevalencia de estrés académico en las facultades de medicina y que este es un tema que debe estudiarse para generar programas adecuados de acompañamiento. Sin embargo, faltan pruebas y material de investigación que permita establecer de manera adecuada

los diferentes conflictos psico-emocionales que pueda presentar el estudiante de medicina.

BIBLIOGRAFÍA

1. Muñoz F. El estrés académico: problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial. SPUH, editor. 2004. 13 p.
2. Berrío, N; Mazo R. Estrés académico. Rev Psicol Univ Antioquia [Internet]. 2011;3(2):65–82. Available from: <https://acortar.link/t18tDp>
3. Santos J. Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016 [Internet]. Universidad de Cuenca; 2017. Available from: <https://acortar.link/t18tDp>
4. Santos, J; Jaramillo, J; Morocho, M; Senín, M; Rodríguez J. Estudio trasversal: evaluación del estrés académico en estudiantes de medicina y su asociación con la depresión. Rev Médica HJCA [Internet]. 2017;9(3):255–60. Available from: <https://acortar.link/t18tDp>
5. Quiliano, M; Quiliano M. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. Cienc y enfermería [Internet]. 2020;26(3):1–9. Available from: <https://acortar.link/t18tDp>
6. Conchado, J; Álvarez, R; Cordero, G; Gutiérrez, F; Terán F. Estrés académico y resultados docentes en estudiantes de medicina. Rev Ciencias Médicas Pinar del Río [Internet]. 2019;23(2):302–9. Available from: <https://acortar.link/t18tDp>
7. Otero, G; Carriazo, G; Támara, S; Lacayo, M; Torres, G; Pájaro N. Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre. CES Med [Internet]. 2020;34(1):40–52. Available from:

<https://acortar.link/t18tDp>

8. Cobiellas, L., Anazco, A., & Góngora O. Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. *Educ Médica Super.* 2020;34(2). Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412020000200015
9. Zárate, N., Soto, M., Martínez, E., Castro, M., García, R., & López N. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM Rev la Fund Educ Médica.* 2018;21(3):153–7. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s2014-98322018000300007
10. Balasnoa, J., & Guerra K. Tendencias de la relación estrés académico y depresión en estudiantes de medicina de Colombia durante el periodo 2003-2017. Universidad del Norte; 2017. Available from: <https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/10473#page=41>
11. Moir, F., Yielder, J., Sanson, J. & Chen Y. Depresión en estudiantes de medicina: conocimientos actuales. *Av en la Educ y práctica médica.* 2018;9(1):323.
12. Moutinho, I., Maddalena, N., Roland, R., Lucchetti, A., Tibiriçá, S., Ezequiel, O., & Lucchetti G. Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de medicina: una comparación transversal entre estudiantes de diferentes semestres. *Rev Assoc Med Bras.* 2017;63(1):21–8.
13. Mao, Y., Zhang, N., Liu, J., Zhu, B., He, R. & Wang X. Una revisión sistemática de la depresión y la ansiedad en estudiantes de medicina en China. *Educ médica BMC.* 2019;19(1):1–13.
14. Silva, V., Costa, P., Pereira, I., Faria, R., Salgueira, A, Costa, M, ... & Morgado P. Depresión en estudiantes de medicina: perspectivas de un estudio longitudinal. *Educ*

- médica BMC. 2017;17(1):1–9.
15. Kumar, B., Shah, MAA, Kumari, R., Kumar, A., Kumar, J. & Tahir A. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de último año de medicina. *Cureo*. 2019;11(3). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6519980/>
 16. Bergmann, C., Muth T& L. Percepciones de estudiantes de medicina sobre el estrés debido a los estudios académicos y sus interrelaciones con otros dominios de la vida: un estudio cualitativo. *Educ médica en línea*. 2019;24(1).
 17. Gazzaz, Z, Baig, M., Alhendi, B, Suliman, M, Alhendi, A, Grad, M & Qurayshah M. Estrés percibido, razones y fuentes de estrés entre los estudiantes de medicina de la Facultad de Medicina Rabigh, Universidad King Abdulaziz, Jeddah, Arabia Saudita. *Educ médica BMC*. 2018;18(1):1–9. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29471824/>
 18. Ngasa, S., Sama, C., Dzekem, B., Nforchu, K., Tindong, M., Aroke, D., & Dimala C.). Prevalencia y factores asociados con la depresión entre estudiantes de medicina en Camerún: un estudio transversal. *Psiquiatr BMC*. 2017;17(1):1–7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28599624/>
 19. Pokhrel, N., Khadayat, R., & Tulachan P. Depresión, ansiedad y agotamiento entre estudiantes de medicina y residentes de una facultad de medicina en Nepal: un estudio transversal. *Psiquiatr BMC*. 2020;20(1):1–18.
 20. Kebede, M., Anbessie, B., & Ayano G. Prevalencia y predictores de depresión y ansiedad entre estudiantes de medicina en Addis Abeba, Etiopía. *Rev Int Sist salud Ment*. 2019;13(1):1–18.
 21. Wahed, W., & Hassan S. Prevalencia y factores asociados de estrés, ansiedad y depresión

- entre estudiantes de medicina de la Universidad de Fayoum. *Rev Med Alejandría*. 2017;53(1):77–84.
22. Almojali, A., Almalki, S., Alothman, A., Masuadi, E., & Alaqeel M. La prevalencia y asociación del estrés con la calidad del sueño entre estudiantes de medicina. *Rev Epidemiol y salud Glob*. 2017;7(3):169–74. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7320447/>
 23. Mahroon, Z., Borgan, S., Kamel, C., Maddison, W., Royston, M., & Donnellan C. Factores asociados con síntomas de depresión y ansiedad entre estudiantes de medicina en Bahrein. *Psiquiatr académica*. 2018;42(1):31–40.
 24. Adhikari, A., Dutta, A., Sapkota, S., Chapagain, A., Aryal, A., & Pradhan A. Prevalencia de mala salud mental entre estudiantes de medicina en Nepal: un estudio transversal. *Educ médica BMC*. 2017;17(1):1–7.
 25. Kötter, T., Wagner, J., Brüheim, L. & Voltmer E. El estrés percibido en la escuela de medicina de los estudiantes de pregrado predice el rendimiento académico: un estudio observacional. *Educ médica BMC*. 2017;17(1):1–6.
 26. Heinen, I., Bullinger, M., & Kocalevent R. Estrés percibido en estudiantes de primer año de medicina-asociaciones con recursos personales y malestar emocional. *Educ médica BMC*. 2017;17(1):1–14.