

Estrés en Estudiantes de Medicina de una Universidad Paraguaya

Stress in Medical Students of University Paraguayan

Escobar Salinas Jorge Sebastián ^{1,2}

Sr. Editor.

Es sabido que para que los futuros profesionales en medicina tengan una correcta formación académica deben tener un perfecto estado de bienestar físico y psíquico, hecho que no suele cumplirse debido a varios factores como las múltiples actividades académicas, la exigencia académica, el fracaso académico, el ser foráneo, trastornos del sueño, dieta no apropiada, sedentarismo, etc.; sumado todo esto suele ocasionar una alta prevalencia de malestar psicológico y físico dentro la población universitaria ^{1,2}.

En 1967 Holmes y Rahe definieron al estrés como estímulo y hace referencia a la exposición a circunstancias o acontecimientos externos al sujeto que son capaces de alterar el equilibrio fisiológico y psicológico. Posteriormente en 1978 Selye definió al estrés como respuesta y se refirió a las manifestaciones del organismo de tipo fisiológico ante estresores, a esta definición en 1989 Fimian, Fastenau, Tashner y Cross agregaron que las manifestaciones también eran emocionales o conductuales. Lazarus y Folkman en 1986 definió al estrés como una relación entre varios acontecimientos y la forma de reacción del individuo ante una situación amenazante o desbordante que aparece en el entorno y pone en peligro su bienestar³.

Los factores del estrés académico aparecen en un mismo entorno organizacional que viene a ser la Universidad. Estos factores representan un conjunto de situaciones altamente estresante a la cual el estudiante de medicina está expuesto⁴.

El objetivo de la investigación fue determinar la prevalencia de estrés en estudiantes de medicina del primer al cuarto año de la Universidad Nacional de Caaguazú de Paraguay durante el mes de marzo del año 2013. Participaron del estudio 100 estudiantes (50% Hombres – 50%

Mujeres), para la evaluación del estrés se utilizó un cuestionario en base a la escala de acontecimientos productores de estrés de Holmes y Rahe adaptada a universitarios⁵ con un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre).

El cuestionario contaba con dos partes la primera con 10 preguntas acerca de acontecimientos que pueden provocar estrés y la segunda parte con 15 preguntas referentes a síntomas del estrés. Se clasificaron las respuestas según el puntaje siguiente: 0 a 25: sin estrés, 26 a 50: estrés moderado y 51 a 75: estrés severo.

La prevalencia de estrés moderado fue del 75%, siendo mayor en el sexo femenino alcanzando el 60% Ningún sujeto presentó estrés severo. La mayor prevalencia se observó en estudiantes del tercer año. Un estudio realizado por la Escuela Latinoamericana de Medicina en Cuba en la cual incluyeron 207 estudiantes encontró estrés en el 90% de las mujeres y 70% de los hombres⁶.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ¹ Pulido M, Serrano M, Cano E, Chávez M, Hidalgo P, et al. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud* 2011; 21: 31 – 37.
- ² Orlandini A. *El estrés que es y cómo evitarlo*. 2º ed. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica; 1999.
- ³ Escobar M, Blanca M, Fernández J, Trianes M. Adaptación española de la escala de manifestaciones de estrés del student stressInventory. *Psicothema* 2011; 3: 475-485
- ⁴ Martín I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología* 2007; 1: 87 – 99
- ⁵ Holmes T, Rahe R. Holmes-Rahe social readjustment rating scale. *J Psychosom* 1967; 2.
- ⁶ Román C, Ortiz F, Hernández Y. El estrés académico en estudiantes de la carrera de medicina. *Rev. Iberoamérica de educación* 2008; 46: 7 - 25

¹ Facultad de Ciencias Médicas. Universidad Nacional de Caaguazú. Coronel Oviedo, Paraguay.

² Sociedad científica de estudiantes de medicina - Universidad Nacional de Caaguazú. Coronel Oviedo, Paraguay.

Correspondencia a:

Jorge Sebastián Escobar Salinas
Tuyuti c/ Tacuary. Coronel Oviedo, Paraguay.

E-Mail:

joseessa@gmail.com
+595 973 207996

Recibido:

02 de Julio de 2015

Aceptado:

03 de Julio de 2015

scientifica.umsa.bo