



Investigación en
Educación Médica

<http://riem.facmed.unam.mx>



ARTÍCULO ORIGINAL

Percepción sobre factores estresantes en estudiantes de Medicina de primer semestre, sus padres y sus maestros

Marian Elizabeth Phinder-Puente, Alfonso Sánchez-Cardel, Francisco Romero-Castellanos, Joseph Vizcarra-García, Enrique Alejandro Sánchez-Valdivieso

Departamento de Investigación, Escuela de Medicina, Universidad Cristóbal Colón, Boca del Río, Ver., México

Recepción 4 de marzo de 2014; aceptación 14 de mayo de 2014

PALABRAS CLAVE

Factores estresantes; estudiante; primer semestre; Medicina; México.

Resumen

Introducción: El estudiante de Medicina que se somete a niveles de estrés elevados, puede resultar con una gama de desórdenes mentales. Investigamos la percepción de estudiantes de primer semestre de Medicina, sus padres y sus profesores, sobre los factores estresantes en su día a día.

Método: Diseñamos una guía de entrevista revisada y validada, y con ella entrevistamos a estudiantes, catedráticos de Medicina y padres de familia, y triangulamos la información. Por medio de metodología cualitativa se utilizó el diseño de "Teoría Fundamentada" de tipo sistemático, llegando a la saturación de categorías y el texto seleccionado, fue codificado y categorizado (codificación abierta).

Resultados: La mayoría de los entrevistados, tanto estudiantes, padres y profesores consideran que si se llega a producir estrés es por falta de estudio y organización, ya que desde el inicio los estudiantes y sus padres esperaban una carrera difícil.

Conclusiones: El estrés va implícito en la vida del estudiante de Medicina, donde la organización y las técnicas de estudio son importantes. Recomendamos impartir talleres sobre manejo del tiempo y técnicas de estudio.

KEYWORDS

Stressors; student; first semester; medicine; Mexico.

Perception of stressors on medical students in the first semester, their parents and teachers

Abstract

Introduction: Medical student may be subjected to high levels of daily stress, which can result in a number of mental disorders. We investigate the perception of first semester students of Medicine, their parents and teachers, on the stressors in their daily lives.

Correspondencia: Enrique Alejandro Sánchez Valdivieso. Departamento de Investigación, Escuela de Medicina, Universidad Cristóbal Colón, Campus Calasanz. Veracruz-Medellín s/n, C.P. 94270, Boca del Río, Ver., México. Teléfono/Fax: 229 2021260. Correo electrónico: easanchezv@gmail.com.

Method: A questionnaire was designed and validated by experts and with this self-assessment questionnaire several students, professors of medicine and parents were interviewed, and data triangulated. As a qualitative research methodology, systematic "Grounded Theory" was chosen; reaching saturation of categories, and text was then coded and categorized (open coding).

Result: Most respondents, both students, parents and teachers, think that high level stress occurs in case one do not have organized learning habits including time management, self-discipline, and effort.

Conclusions: Stress is implicit in the life of a medical student, where organization and study skills are important. We recommend giving workshops on time management and study skills.

Introducción

El estrés es una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio;¹ cuando estas demandas se originan dentro de un medio educativo, es habitual que los mecanismos de reacción adaptativa del sujeto se refieran en términos de estrés académico. Todos los individuos experimentamos reacciones de estrés durante la vida, pero cuando la reacción se prolonga puede agotar las reservas del sujeto, transformarse en un conjunto de problemas y asociarse a depresión.²

Ingresar a la Universidad es un paso crucial en la vida del profesionista, ya que los niveles de presión familiar y social alcanzan el grado máximo; la adaptación al ambiente universitario representa un conjunto de situaciones altamente estresantes, debido a que el individuo experimenta transitoriamente una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencial generador de estrés.³ En el primer año, el estudiante se enfrenta con el alejamiento de familia y amigos junto con las exigencias de aprendizaje.

El estudiante de Medicina en particular, se encuentra sometido a una gran presión que se traduce en altos niveles de estrés. Se le pueden agregar posteriormente problemas financieros, abuso estudiantil, exceso de tareas y la exposición al sufrimiento de los pacientes. Si bien es comprensible cierto grado de tensión desde el comienzo de su entrenamiento, algunos estudiantes de Medicina sufren un estrés importante y no todos lo resuelven de manera adecuada; las exigencias de los programas generan miedo, enojo y sensación de incompetencia, y se pueden producir respuestas mórbidas, psicológicas y físicas. Hay mecanismos para superar y procesar el estrés que producen consecuencias negativas como la evasión del problema, idealización de las situaciones (interpretación de los acontecimientos como a uno le gustaría que fueran), aislamiento social y autocrítica excesiva. En Estados Unidos, el suicidio es la tercera causa de muerte entre los 20 y 30 años de edad, y es más frecuente en los estudiantes de Medicina. La depresión y el maltrato son los principales desencadenantes, y la falta de pareja o el exceso de alcohol son los dos principales factores favorecedores. Las estrategias que incluyen afrontamiento del problema, comunicación y respaldo por parte de terceros, y manifestación de las emociones, constituyen enfoques positivos que reducen el estrés. Un manejo adecuado del estrés incluye la organización del tiempo, porque éste puede ser provocado por falta de tiempo para realizar sus actividades escolares y personales.

La mayoría de autores admiten que el estrés estudiantil afecta el rendimiento académico, si bien la relación causa-efecto aún no está bien comprobada. Sin embargo, se ha asociado el estrés a fracaso escolar⁴ y a un desempeño académico pobre.⁵ Para las Escuelas de Medicina es de una marcada relevancia conocer los niveles de estrés académico en sus estudiantes. Resulta indispensable en el grupo de estudiantes que ingresa por primera vez a la institución de educación médica, la determinación de esos niveles de estrés. Con la entrada al nuevo ecosistema,⁶ los estudiantes se enfrentan con la necesidad de establecer un cambio de perspectiva en su comportamiento para adaptarse al nuevo entorno trayendo consigo la necesidad de que se adopten una serie de estrategias de afrontamiento en los estudiantes, las cuales pueden ser muy distintas a las que disponían hasta ese momento, para superar con éxito las exigencias del nuevo ecosistema. Sin embargo, gran parte de los estudiantes carecen de esas estrategias académicas y/o presentan conductas inadecuadas para las nuevas demandas.

Cuando hay mantenimiento de la tensión se puede ocasionar estrés "malo" (distrés), con incomodidad y falta de concentración, que repercuten en el rendimiento académico. Se ha informado que los estudiantes de Medicina frecuentemente resultan con niveles elevados de distrés,⁷ principalmente debido al mal manejo de los niveles de estrés persistentemente elevados y a la ausencia de programas de apoyo disponibles en la institución de educación médica para este tipo de problemas en el estudiante.

El estilo de vida de los estudiantes se ve modificado con la inminencia del periodo de exámenes, incrementándose el consumo de cafeína, tabaco, sustancias psicoactivas como excitantes, incluso ingestión de tranquilizantes lo que, con el tiempo, puede llevar a la aparición de trastornos de salud.⁸

Los niveles de estrés y ansiedad de estos estudiantes son más elevados en época de exámenes, ciertamente influenciados por algunas características del profesor,⁹ pero los niveles persisten elevados cotidianamente. Estos niveles tan elevados de estrés en el día a día, al final se transforman en una pesada y difícil loza, lo que resulta en una amplia gama de desórdenes mentales.¹⁰ Entre el 25% y el 52% de los estudiantes de Medicina presenta un alto grado de depresión, que alcanza un máximo en el segundo año y luego mejora o persiste durante el periodo de formación. La tendencia es la de no solicitar apoyo de un especialista.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3474579>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3474579>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)