

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Ciencias Médicas

Carrera de Enfermería

FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA, 2024 – 2025.

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Enfermería


Autoras:

Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz

Aleida Geovanna Aguirre Granda

Director:

Francisca Burgueño Alcalde

ORCID:  0000-0003-4380-7632

Cuenca, Ecuador

2025-04-28

Resumen

La salud mental es una preocupación global y un problema de salud pública debido al aumento de trastornos psicológicos, especialmente en estudiantes de Medicina. Factores como la carga académica, exámenes, exposición a situaciones clínicas estresantes y expectativas profesionales afectan su bienestar. Estos riesgos están asociados a trastornos mentales, hábitos alterados y consumo de sustancias psicoactivas. El objetivo de esta investigación fue analizar los factores de riesgo que influyen en la salud mental en los estudiantes de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca, 2024-2025. Se llevó a cabo un estudio cuantitativo de cohorte transversal con estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca. Los datos fueron procesados en IBM SPSS versión 29, aplicando estadística descriptiva e inferencial mediante tablas cruzadas y pruebas de chi-cuadrado o valor p. Según los resultados de la investigación los estudiantes presentaron altos niveles de ansiedad (56.8%) y depresión (41.2%), con un 42.3% en riesgo de trastornos mentales según el cuestionario GHQ-12. Los principales factores de riesgo fueron la sobrecarga académica, sentimiento de insuficiencia, violencia psicológica en el hogar (53.8%), maltrato en áreas de práctica (27%), uso excesivo de internet (69.6%) y falta de actividad física (69.6%). Aunque el consumo de sustancias fue bajo (5.9%), predominó el alcohol. En conclusión, los principales factores de riesgo son el estrés académico, la violencia y el uso excesivo de internet. Las relaciones entre variables sociodemográficas, académicas y de estilo de vida evidencian una alta vulnerabilidad en trastornos mentales.

Palabras clave del autor: salud mental, estudiantes, factores de riesgo, medicina



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

Repositorio Institucional: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Abstract

Mental health is a global concern and a public health problem due to the increase in psychological disorders, especially in medical students. Factors such as academic load, exams, exposure to stressful clinical situations and professional expectations affect their well-being. These risks are associated with mental disorders, altered habits and consumption of psychoactive substances. The objective of this research was to analyze the risk factors that influence mental health in students of the University of Cuenca Medical School, 2024-2025. A quantitative cross-sectional cohort study was carried out with students of the Faculty of Medical Sciences of the University of Cuenca. The data were processed in IBM SPSS version 29, applying descriptive and inferential statistics by means of cross tables and chi-square or p-value tests. According to the results of the research, students presented high levels of anxiety (56.8%) and depression (41.2%), with 42.3% at risk of mental disorders according to the GHQ-12 questionnaire. The main risk factors were academic overload, feeling of inadequacy, psychological violence at home (53.8%), mistreatment in practice areas (27%), excessive internet use (69.6%) and lack of physical activity (69.6%). Although substance use was low (5.9%), alcohol predominated. In conclusion, the main risk factors are academic stress, violence and excessive use of the Internet. The relationships between sociodemographic, academic and lifestyle variables show a high vulnerability to mental disorders.

Author Keywords: mental health, students, risk factors, medicine



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Índice de contenido

Resumen	2
Abstract.....	3
Capítulo I	11
1.1 Introducción	11
1.2 Planteamiento del problema de investigación	12
1.3 Justificación	14
Capítulo II	16
2 Marco Teórico.....	16
2.1 Antecedentes.....	16
2.2 Definiciones de la Salud Mental.....	17
2.1 Salud Mental y su importancia	19
2.3 Relación entre Bienestar Mental y Rendimiento Académico	21
2.4 Factores que influyen en la Salud Mental	21
2.4.1 Factores Biológicos.....	22
2.4.2 Factores hereditarios	22
2.4.3 Factores Económicos y Sociales	22
2.4.4 Factores socioculturales	22
2.5 Salud Mental en estudiantes universitarios	23
2.6 Factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los universitarios.....	24
2.7 Salud Mental en estudiantes de Medicina.....	28
2.8 Factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los Estudiantes de Medicina	30
2.9 Problemas de salud mental más frecuentes y sus consecuencias	33
2.10 Impacto en el Entorno Académico	35
2.11 Estrategias de intervención y prevención.....	36
2.11.1 Programas de Bienestar Psicológico	36
2.11.2 Promoción de Hábitos Saludables	37
2.11.3 Redes de Apoyo Institucional.....	37
2.2 Rol de la Enfermera en Salud Mental.....	37
2.12 Escala de Salud General de Goldberg (GHQ - 12).....	38

UCUENCA

Capítulo III	40
Hipótesis	40
Capítulo IV	41
3 Objetivos de la investigación.....	41
3.1.1 Objetivo general.....	41
3.1.2 Objetivos Específicos.....	41
Capítulo V	42
4 Diseño Metodológico	42
4.1.1 Diseño de estudio	42
4.1.2 Área de estudio.....	42
4.1.3 Universo y muestra	42
4.1.4 Criterios de inclusión y exclusión	42
4.2 Variables de estudio	43
4.3 Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de información	43
4.3.1 Método.....	43
4.3.2 Técnica	43
4.3.3 Instrumentos.....	43
4.3.4 Procedimientos	44
4.3.5 Plan de tabulación y análisis.....	44
4.3.6 Consideraciones bioéticas	44
4.3.7 Recursos humanos y materiales (ANEXO F)	46
Capítulo VI	47
Resultados y análisis de datos	47
Capítulo VII	70
Discusión	70
Capítulo VIII	75
Conclusiones y recomendaciones.....	75
Referencias	77
Anexos	90

Índice de tablas

Tabla 1. Distribución de variables sociodemográficas según edad, sexo, identidad de género, orientación sexual y estado civil.	47
Tabla 2. Distribución de variables sociodemográficas según procedencia y residencia	48
Tabla 3. Distribución de variables sociodemográficas según trabajo y ayuda económica. ...	49
Tabla 4. Distribución de variables sociodemográficas según antecedentes de salud.....	50
Tabla 5. Distribución de variables sociodemográficas según aspectos académicos y factores de influencia para elección y continuación de la carrera universitaria.	51
Tabla 6. Distribución de factores de riesgo según problemas de salud mental.	53
Tabla 7. Distribución de factores de riesgo según hábitos y experiencias digitales.....	55
Tabla 8. Distribución de factores de riesgo según estrés académico e influencias de docentes y de pares.....	57
Tabla 9. Distribución de factores de riesgo según aspectos del área práctica.	58
Tabla 10. Distribución de factores de riesgo según experiencia de violencia.	60
Tabla 11. Distribución de factores de riesgo según patrones de consumo de sustancias. ..	61
Tabla 12. Distribución de los estudiantes de Medicina según el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).	63
Tabla 13. Relación de las variables sociodemográficas (aspectos académicos y factores de influencia para elección y continuación de la carrera universitaria) con el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).	64
Tabla 14. Relación de los factores de riesgo (estrés académico y salud mental, área práctica) con el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).....	66
Tabla 15. Relación de las variables sociodemográficas (trabajo) y los factores de riesgo (experiencias digitales, problemas de salud mental, violencia, patrones de consumo de sustancias) con el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).....	68

Agradecimiento

Quiero empezar agradeciendo a Dios por darme la oportunidad de alcanzar esta meta en mi vida.

A mis padres, mi más sincero agradecimiento, quienes son mi ejemplo a seguir y modelo de amor incondicional. Su apoyo, paciencia, consejos y sacrificio han sido mi fuente de inspiración y fuerza impulsora que me ha permitido lograr mis objetivos. Agradezco a mis hermanos por su valioso apoyo.

A la Universidad de Cuenca, por abrirme las puertas y brindarme un espacio de formación académica y profesionalmente.

Por último, quiero reconocerme a mí misma. Me siento orgullosa de lo que he logrado y emocionada por lo que el futuro me tiene reservado. Esto no es el final, sino el comienzo de una nueva y emocionante etapa.

Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz

Dedicatoria

Con profundo amor y admiración, quiero expresar mi gratitud a mis padres, por su amor incondicional, sacrificios realizados a lo largo de los años y enseñanzas.

A mis hermanos, por su invariable apoyo, complicidad y por ser mis compañeros de vida. A quienes han estado y me han acompañado, han sido parte fundamental de este camino.

Gracias por estar siempre a mi lado, creyendo en mí y motivándome a dar lo mejor. Este logro es tanto de ustedes como mío, ya que, sin su presencia, nada de esto habría sido posible.

Esta dedicatoria es un pequeño homenaje a todo lo que representan para mí, el profundo cariño y respeto que les tengo.

Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz

Agradecimiento

A mis padres, gracias por su amor incondicional y su paciencia en cada etapa de mi vida. Su apoyo, consejos y sacrificios han sido mi mayor inspiración para seguir adelante. Sin ustedes, este logro no habría sido posible.

A mi familia, por su cariño constante y por alentarme a no rendirme, incluso en los momentos más difíciles. Su presencia ha sido un pilar fundamental en este camino.

A la Universidad de Cuenca, mi espacio de formación y desarrollo, gracias por brindarme las herramientas necesarias para crecer académica y profesionalmente. Aquí aprendí no solo conocimientos, sino valores que me acompañarán toda la vida.

A cada persona que de alguna manera me acompañó en este proceso, mi más sincero agradecimiento.

Aleida Geovanna Aguirre Granda

Dedicatoria

A mis padres, cuyo amor y guía han sido el motor de todos mis esfuerzos. Este logro es también suyo, porque su apoyo incondicional y sus enseñanzas me han dado la fortaleza para llegar hasta aquí.

A mi familia, por estar siempre presente, por sus palabras de ánimo y por ser el refugio donde siempre encuentro fuerza y motivación.

Con toda mi gratitud, les dedico este resultado, fruto del esfuerzo compartido y del amor que me han brindado incondicionalmente.

Aleida Geovanna Aguirre Granda

Capítulo I**1.1 Introducción**

En la actualidad la Salud Mental es un tema relevante, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) puede ser definida no solamente como la ausencia de trastornos mentales, sino que también representa un estado de bienestar psicológico que capacita a las personas para enfrentar los desafíos de la vida, desarrollar sus habilidades, aprender y contribuir al progreso de su comunidad, además de ser un derecho humano básico y un factor crucial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico (1). La Salud Mental puede estar influenciada por una combinación de factores psicológicos y biológicos personales que aumentan la vulnerabilidad a los trastornos mentales, estos incluyen aspectos como las capacidades emocionales y la predisposición genética (2).

Según Dyrbye et al, en su investigación realizada en el año 2006 manifiesta que la carga académica en la carrera de Medicina conlleva una serie de síntomas tales como nerviosismo, tensión, fatiga, sensación de abrumamiento, inquietud, miedo, angustia, pánico, vacío existencial y dificultad para establecer relaciones interpersonales, siendo estos factores conductores de trastornos como la ansiedad, la depresión, problemas de sueño, trastornos alimenticios, el uso de sustancias psicoactivas y conductas suicidas (3). Dentro de los desafíos comunes de Salud Mental entre los estudiantes de medicina pueden resultar en un deterioro en su rendimiento académico, ausentismo, una reducción en el personal médico disponible y la cancelación de oportunidades de práctica clínica, como rotaciones y pasantías (4).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) la Salud Mental es un “un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad” (1). La Salud Mental tiene un valor esencial fundamental, y forma parte de nuestro bienestar general, muchas afecciones de Salud Mental se pueden tratar eficazmente a un costo relativamente bajo, pero los sistemas de salud siguen careciendo de recursos y en todo el mundo continúa habiendo deficiencias importantes en el acceso a los tratamientos y las personas, estudiantes que tienen problemas de Salud Mental también sufren estigmatización, discriminación y violaciones de los derechos humanos (5).

Según un estudio realizado por Velázquez y Rivero señala la importancia de enfocarse en el bienestar psicológico de los estudiantes, reconociendo que es crucial para que puedan

UCUENCA

enfrentar los desafíos de sus entornos académicos y lograr el éxito educativo, además mencionan la necesidad de asignar recursos adecuados para este propósito y adaptarse a la diversidad y al cambio continuo, incluyendo evaluaciones regulares de las necesidades emocionales, además se debería tomar en cuenta la responsabilidad de toda la comunidad universitaria en el cuidado de la Salud Mental de los estudiantes (6).

Según los hallazgos realizados por Jiménez y Molina en el año 2019, los trastornos psiquiátricos se han asociado con un rendimiento académico más bajo, mayor discapacidad funcional, abandono universitario y menores ingresos futuros por lo que la mayoría de los estudiantes universitarios afectados por problemas de Salud Mental no accede a los servicios de salud, lo cual se atribuye a barreras estructurales como la escasez de servicios de Salud Mental y limitaciones financieras, así como a barreras culturales como el estigma asociado con los trastornos mentales y su tratamiento (7).

El Informe Mundial sobre Salud Mental de la OMS, titulado "Transformar la Salud Mental para Todos", insta a los países a acelerar la implementación de un plan de acción centrado en tres áreas clave: aumentar el reconocimiento del valor de la salud mental, involucrar a todos los sectores en la inversión en este ámbito, y abordar los factores físicos, sociales y económicos en entornos como el familiar, escolar, laboral y comunitario. Además, destaca la importancia de mejorar los servicios de atención en salud mental para asegurar que las necesidades sean cubiertas a través de redes comunitarias y servicios accesibles, asequibles y de alta calidad (1).

1.2 Planteamiento del problema de investigación

Según investigaciones realizadas por la World Mental Health International College Student (WMH-ICS), aproximadamente el 31% de los estudiantes de educación superior experimentan problemas de Salud Mental cada año, siendo los trastornos depresivos 18,5% y la ansiedad generalizada 16,7% estos trastornos psiquiátricos se han asociado con un rendimiento académico más bajo, mayor discapacidad funcional, abandono universitario y menores ingresos futuros (7).

En la región de las Américas, los trastornos depresivos y de ansiedad afectan al 15% y al 21% de la población mundial, lo que equivale a aproximadamente 48,16 y 57.22 millones de personas, respectivamente. En el caso específico de Ecuador, el 4,6% y el 5,6% de la

UCUENCA

población sufre de trastornos depresivos y de ansiedad, lo que representa alrededor de 721,971 y 879,900 personas respectivamente (8).

Según el estudio realizado por Micin y Bagladi en el año 2011, descubrieron una alta incidencia de trastornos mentales entre estudiantes universitarios, siendo los trastornos adaptativos 48.3%, los trastornos del estado de ánimo 22.8% y los trastornos ansiosos 20.9% los más comunes. En el mismo estudio, se añaden datos de un estudio realizado por Gallagher en Estados Unidos, con una muestra de casi 100.000 estudiantes, que un 15.8% presentaba trastornos de ansiedad y un 13.1% trastornos depresivos. Además, señaló un aumento en los problemas de Salud Mental en los jóvenes universitarios estadounidenses durante los últimos cinco años (9).

También estos estudios han dicho que, al inicio de su carrera médica, los estudiantes presentan una carga de morbilidad psiquiátrica comparable con la de los estudiantes de cualquier otra carrera, pero progresivamente, durante los años del pregrado, se verifica un deterioro de la Salud Mental de los estudiantes de medicina. En Chile, pionero en Latinoamérica en estos estudios, se reportó que hasta el 91% de estudiantes se habían sentido maltratados alguna vez durante su formación y la tercera parte de ellos había considerado incluso abandonar la carrera como resultado de esto (10).

En 2015, Cheesman y Suárez llevaron a cabo un estudio en una muestra de estudiantes de Medicina en Guatemala, donde identificaron otro factor relacionado con la Salud Mental de los estudiantes descubrieron que el 15.9% de la población estudiada sufría de tabaquismo, y que la mayoría comenzó a fumar entre los 16 y los 19 años, es decir, al ingresar a la carrera universitaria (11). En cuanto a los estudiantes de medicina, las exigencias de la carrera los ponen en riesgo de sufrir varios trastornos mentales, entre los cuales destacan la ansiedad y la depresión.

Además, los estudiantes de medicina en la etapa del desarrollo de su profesión se enfrentan a otros factores como son asumir desafíos académicos más complejos, alcanzar expectativas personales y familiares, desarrollar la identidad personal, la sexualidad y las relaciones de pareja, así como también obtener mayor autonomía. Sin embargo, este período podría estar marcado por factores negativos como la separación de la familia, dificultades económicas, incertidumbre sobre el futuro y la necesidad de adaptarse a una sociedad moderna y altamente competitiva especialmente en el ámbito de las Ciencias de la Salud (12).

UCUENCA

La personalidad y la influencia de diversas variables, que van desde lo biológico y psicológico hasta lo social y cultural, así como lo espiritual, son cruciales para determinar el éxito o fracaso en esta etapa. Las instituciones educativas deben ofrecer un ambiente acogedor que tenga en cuenta tanto el bienestar emocional como el intelectual de los estudiantes desde la promoción de actividades sociales y culturales hasta la actitud de los docentes. Para lograr esto, es esencial abordar los desafíos relacionados con la Salud Mental de los estudiantes de manera proactiva (13).

Durante la formación universitaria los estudiantes de medicina enfrentan una serie de desafíos que pueden tener un impacto significativo en su bienestar psicológico. Si bien algunos desafíos están asociados con la exigencia académica y el ambiente altamente competitivo por eso es fundamental reconocer la importancia de promover un ambiente de aprendizaje saludable que fomente el bienestar mental de los estudiantes.

Esto implica no solo brindarles el apoyo académico necesario, sino también ofrecerles herramientas y recursos para manejar el estrés y la presión inherentes a su formación. Hemos decidido realizar una investigación en los estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad de Cuenca con la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los estudiantes de medicina de la Universidad de Cuenca?

1.3 Justificación

El desarrollo del presente estudio responde a la necesidad de identificar los factores de riesgo asociados a la Salud Mental, lo cual representa una problemática de salud a nivel mundial. Esta investigación se establece dentro las prioridades de investigación del Ministerio de Salud Pública, en el área 11 de “Salud Mental y trastornos del comportamiento” (14) y dentro de las Líneas de investigación de la Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Médicas de la Carrera de Medicina se encuentran en la línea 9 “Salud Mental” (15).

El presente estudio se enmarca en los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental en los estudiantes de la Carrera de Medicina, con el objetivo específico de identificar los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental en los estudiantes de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca. El estudio se encuentra dentro de la Facultad de Ciencias Médicas, esta investigación se enfocó en un tema crucial que impacta directamente en la salud, el rendimiento académico y el bienestar general de la comunidad estudiantil.

UCUENCA

La comprensión de los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental en estudiantes es esencial. Este estudio se posiciona como un defensor de la salud, del rendimiento académico y un promotor del bienestar general. En la medida en que identificó y abordó los posibles problemas relacionados con la Salud Mental en esta etapa vital, convirtiéndose en una herramienta preventiva clave fomentando el desarrollo integral de los estudiantes.

En primer lugar, la realización de este estudio proporcionó a los estudiantes de Medicina una mayor conciencia sobre los factores de riesgo asociados con la Salud Mental, permitiéndoles comprender mejor cómo sus hábitos de estudio, el estrés académico y las demandas del programa pueden afectar su bienestar psicológico. Los resultados obtenidos no solo benefician a los estudiantes directamente, sino que también ofrecen a las instituciones educativas de medicina información valiosa para implementar programas de apoyo estudiantil y estrategias de prevención específicamente dirigidas a mitigar estos riesgos.

Este enfoque proactivo puede marcar la diferencia en la creación de un entorno académico que promueva la Salud Mental y el desarrollo integral de los futuros profesionales de la salud. Los resultados obtenidos serán difundidos por medio del repositorio de la Universidad de Cuenca, y socializados en la Carrera de Medicina, institución donde fueron recolectados los datos como un aporte valioso no solo para la comunidad académica, sino para todos aquellos interesados en promover un entorno universitario más saludable y seguro.

Capítulo II**2 Marco Teórico****2.1 Antecedentes**

En la actualidad la Salud Mental de los universitarios es un tema significativo, pues constituye una condición que puede llegar a ser un inconveniente para lograr potenciar sus competencias profesionales, sociales por eso la Organización Mundial de la Salud (OMS), reporta que la tasa de mortalidad en los jóvenes ha aumentado en América Latina, siendo el suicidio una de las principales causas, que representan el 30%. Al respecto, el trastorno mental representa una de las causas con el 16% de la carga mundial (16).

Es evidente, que en la etapa de vida universitaria existen factores de riesgo presentes en el entorno en el cual los pares comparten predisposiciones de comportamientos tanto favorables y no favorables, siendo una mezcla de diversas variables bio-psico-socioculturales y espirituales que pueden influir en el logro o el fracaso durante esta nueva etapa de la vida (13). La preocupante situación actual en cuanto a la Salud Mental no es indiferente en los estudiantes de medicina, y es un tema de interés mundial cuyo objetivo es evaluar el estado mental de los estudiantes de dicha carrera y los trastornos a causa de múltiples factores que afrontan en la vida cotidiana (17).

Un estudio de Gallagher realizado en el año 2014 en Estados Unidos, con casi 100,000 estudiantes, encontró que un 15.8% presentaba trastornos de ansiedad y un 13.1% trastornos depresivos. Además, señaló un aumento en los problemas de Salud Mental en jóvenes universitarios estadounidenses en los últimos cinco años (9).

En Ecuador, las alteraciones de Salud Mental son parcialmente reportadas por la investigación, aunque se presenta una sintomatología subclínica significativa, pero se desconoce la mecánica asociada a la formación de patologías, las cifras de prevalencia y los factores de riesgo asociados (18).

En un estudio llevado a cabo por Cuamba Osorio en 2020 en México, estudiantes de la Universidad de Sonora campus Nogales de las 5 carreras, representados en porcentajes de la siguiente manera Derecho con 25.4 %, Psicología con 25.9 %, Comunicación, los resultados demostraron que más de la mitad de los estudiantes presentó problemas de Salud Mental, así como problemas en la ejecución de habilidades de afrontamiento se contribuye a

UCUENCA

un mayor conocimiento sobre problemáticas de Salud Mental en el campus y a su vez, se sienta una base teórica para el diseño de estrategias preventivas (9).

Un estudio realizado por García, Sánchez y Luque en el año 2021 en México, con estudiantes de medicina de una facultad de medicina en Tampico, Tamaulipas, México. A través de este estudio se detectó que ser alumno foráneo, irregular y proceder de escuela pública son elementos con importante magnitud de asociación para depresión y ansiedad, ideas paranoides y psicoticismo respectivamente, además reveló que las mujeres tienen más probabilidad de presentar alteraciones, por lo tanto el estudio concluyó que los estudiantes de medicina representan un grupo etario altamente susceptible para presentar alteraciones en la Salud Mental (19).

A nivel nacional, el estudio realizado por Moreta, Zambrano, Sánchez y Naranjo en el año 2021 en Ecuador, con una población de 444 individuos, el estudio arrojó como resultados que la disfunción social y la somatización son los indicadores de salud general con mayor presencia entre los estudiantes universitarios; seguido por los síntomas de ansiedad e insomnio, y en menor medida depresión, por lo tanto se establece que este segmento de la población universitaria ecuatoriana es vulnerable a las alteraciones de Salud Mental; además, el género incide en el diferencial de síntomas psicológicos, con mayor presencia en hombres que en mujeres (20).

Los problemas de salud mental entre los estudiantes universitarios continúan siendo una preocupación crítica. En 2018, la OMS reveló que alrededor de un tercio de los estudiantes de primer año en 19 universidades, con una muestra de 13,948 participantes provenientes de ocho países (Australia, Bélgica, Alemania, México, Irlanda del Norte, Sudáfrica, España y Estados Unidos), mostraron signos de al menos un trastorno común relacionado con la ansiedad o el estado de ánimo (21).

2.2 Definiciones de la Salud Mental

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la Salud Mental como un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Además, establece que la Salud Mental es un derecho humano fundamental y un elemento clave para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. No se limita simplemente a la ausencia de trastornos mentales; también abarca la prevención de problemas y la promoción continua del bienestar y la felicidad (1).

UCUENCA

Patiño, en un estudio realizado en el año 2020 destaca que la salud mental es un aspecto crucial que las universidades han tenido que abordar, y aunque este no es un tema nuevo, el surgimiento de un nuevo modelo educativo ha ampliado su importancia dentro del ámbito académico. Las universidades han enfrentado previamente diversos problemas vinculados al malestar y sufrimiento subjetivo de los estudiantes, lo que subraya la importancia de reconocer que la universidad no es solo un espacio para el aprendizaje y la formación, sino también una red de apoyo socioafectivo (22).

Por otra parte, la OMS (23) define la Salud Mental Positiva (SMP) como un conjunto de enfoques que no se basan en modelos biomédicos o conductuales. En cambio, se entiende como el estado en el que los individuos funcionan de manera óptima, promoviendo las cualidades humanas que les permiten alcanzar su máximo potencial (24).

Según Lluch, la SMP se entiende como el estado de salud mental de las personas sanas y puede considerarse un derecho fundamental que todo ser humano debería poseer para su desarrollo social y económico. Además, menciona la importancia de poner un mayor énfasis en la protección contra las enfermedades mentales. La salud mental positiva incluye varios factores, clasificados de la siguiente manera: (25)

- **Satisfacción personal:** Se refiere a la satisfacción que una persona siente consigo misma, abarcando aspectos como el autoconcepto y la autoestima, los cuales influyen tanto en su vida personal como en sus expectativas.
- **Actitud prosocial:** Hace referencia a la disposición activa de un individuo hacia su entorno social, integrando la capacidad de ayudar y aceptar a los demás ante situaciones sociales diversas.
- **Autocontrol:** Consiste en la capacidad de tolerancia y la habilidad de una persona para enfrentar eventos que podrían generar ansiedad, estrés o conflicto, manteniendo así un equilibrio emocional.
- **Autonomía:** Incluye la capacidad para tomar decisiones de manera independiente, basándose en sus creencias y criterios personales, lo que le permite controlar su conducta y mantener su bienestar personal mediante la autoconfianza.
- **Resolución de problemas y autoactualización:** Se refiere a la habilidad para analizar y enfrentar los acontecimientos de la vida diaria, lo que incluye la toma de decisiones y la adaptabilidad a los cambios, promoviendo un enriquecimiento y mejora personal continua.

UCUENCA

- **Habilidades de relación interpersonal:** Abarca aspectos de la comunicación, destacando la capacidad de una persona para comunicarse de manera asertiva, formar relaciones íntimas saludables, y practicar la empatía para comprender los sentimientos de los demás.

La SMP enfatiza los elementos positivos y saludables de la salud mental en personas psicológicamente sanas, esta se caracteriza por factores como la autonomía, la actitud prosocial, el autocontrol, la satisfacción personal, la capacidad para resolver problemas y la habilidad para mantener relaciones interpersonales. Según Lluch, estas características corresponden al 80% o 90% de la población que no presenta ni desarrollará trastornos psiquiátricos (26).

Según la OMS la Salud Mental podría ser definida como “Un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (19). Además, la Salud Mental es el proceso dinámico entre la persona y su entorno que involucra la exploración de armonía y de sentido que implica la empatía, confianza y logro de autocuidado. La salud mental implica desarrollar y mantener habilidades como la empatía, que permite comprender y compartir los sentimientos de los demás; la confianza, que facilita la formación de relaciones saludables y el enfrentamiento de desafíos; y el autocuidado, que incluye prácticas y hábitos que promueven el bienestar personal y emocional (27).

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) la mala Salud Mental se asocia asimismo a los cambios sociales rápidos, a las condiciones de trabajo estresantes, a la discriminación entre otros (2). Los problemas de Salud Mental se consideran actualmente uno de los principales retos de la salud pública, especialmente en los estudiantes de medicina que llegan a experimentar estrés psicosocial debido a los continuos exámenes, un número relevante de horas de estudio, la presión por el éxito y otros muchos factores presentando ansiedad, depresión y suicidio (28).

2.1 Salud Mental y su importancia

La Salud Mental es parte integral y esencial de la salud por ello, la OMS señala que no hay salud sin salud mental, refiere que los trastornos mentales representan 5 de las 10 principales cargas de morbilidad en personas de 15 a 44 años (2). La salud física es fundamental en la vida, sin embargo, la Salud Mental es mayoritariamente esencial para las actividades

UCUENCA

sociales, bienestar felicidad y supervivencia, las enfermedades mentales indican una gran variedad de afecciones que influyen en el comportamiento, pensamientos y el estado de ánimo de las personas (29).

Según la OMS la Salud Mental no solo se la entiende como la ausencia de síntomas, sino como el estado de plenitud y de bienestar biopsicosocial en el que se presenta capacidad para afrontar el estrés diario, la vigilancia y el control propio, la funcionalidad y la productividad, así como la contribución a la comunidad. En este sentido Cramer, en un estudio realizado en 2020 menciona que el bienestar juega un papel crucial como posible indicador del curso de la salud mental, influenciando tanto su desarrollo positivo como la prevención de trastornos mentales (30).

La salud mental está estrechamente vinculada con la vida cotidiana de cada individuo, ya que refleja cómo una persona se relaciona con sus actividades diarias y con la sociedad en general. También implica cómo armoniza sus deseos, aspiraciones, habilidades, ideales, sentimientos y valores morales, y cómo enfrenta las exigencias de la vida. Esta depende de cómo se siente una persona consigo misma, con los demás y cómo maneja las demandas diarias y el entorno en el que vive (31).

Según Mjsund en el año 2021, señala que salud mental es un componente esencial que se mantiene presente a lo largo de la vida de cada individuo, afectando su bienestar emocional y psicológico este estado no solo influye en la manera en que una persona se siente y maneja sus emociones, sino también en cómo se relaciona con los demás y participa en la sociedad (32).

Según Micin y Bagladi en un estudio indican que la salud mental adquiere una relevancia aún mayor en un sistema educativo que se ha diversificado, abarcando una amplia variedad de estudiantes. Este fenómeno, observado previamente en distintas partes del mundo, ha impulsado la creación y fortalecimiento de sistemas de salud en las universidades (33).

Un estudio realizado por Cuenca en el año 2020 subraya que la salud mental de los estudiantes universitarios ha adquirido una relevancia considerable para los docentes en la actualidad. Este tema no solo afecta el bienestar personal de los estudiantes, sino que también se ha convertido en un factor crucial que puede limitar su capacidad para desarrollar de manera efectiva sus competencias profesionales y sociales. Los desafíos mentales que

UCUENCA

enfrentan los universitarios pueden interferir con su rendimiento académico y su capacidad para interactuar en entornos sociales (34).

Morales, indica que se llevó a cabo un estudio sobre: Evaluación del Estado de Salud Mental en Estudiantes Universitarios, en el que se destaca que para una formación académica adecuada es esencial mantener un buen estado de salud mental. A pesar de eso, esta condición a menudo no se cumple, ya que factores como la sobrecarga de trabajo, la falta de tiempo y las dificultades para equilibrar las relaciones personales con las obligaciones académicas contribuyen a un alto nivel de malestar psicológico entre los universitarios (35).

2.3 Relación entre Bienestar Mental y Rendimiento Académico

La finalidad de la educación médica es formar profesionales que posean los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para desempeñarse con éxito en su carrera. Durante la formación de los estudiantes de medicina, existen ciertos factores que deben ser tomados en cuenta, como la carga de trabajo, los métodos de evaluación y el plan de estudios, ya que estos pueden tener efectos adversos en su salud mental y, en consecuencia, impactar su rendimiento académico (36).

Según Cassaretto en el año 2021 menciona que los factores de riesgo conllevan condiciones que impactan el bienestar y la salud mental de los estudiantes y pueden resumirse en que la carrera de medicina demanda programas de estudio extensos, exámenes frecuentes y requisitos académicos más estrictos que en otros programas de pregrado lo que impone a los estudiantes una serie de exigencias adicionales con el potencial de generar episodios de estrés (37).

El estrés que se relaciona con las exigencias educativas se denomina estrés académico y este resulta del malestar provocado por el factor estresante, lo que lleva a una pérdida del equilibrio y obliga al individuo a emplear recursos para intentar restablecer dicho equilibrio. Aunque un nivel de estrés durante un período limitado puede actuar como un estímulo útil para enfrentar los retos de la vida, el estrés crónico puede tener un impacto negativo significativo en la salud emocional, psicológica y física de un estudiante de medicina (38).

2.4 Factores que influyen en la Salud Mental

Según Porras en un estudio realizado en 2015 (39), la salud mental es un aspecto en constante evolución y cambio a lo largo de la vida. Este proceso implica la influencia de diversos factores que la mantienen en equilibrio, entre estos tenemos:

UCUENCA

2.4.1 Factores Biológicos

El desarrollo neurológico normal es crucial para la salud mental, ya que el estado del cerebro y la mente puede verse afectado de manera similar a como lo hace el cuerpo físico. Así como un agotamiento físico puede manifestarse en problemas de salud, el agotamiento mental también puede reflejarse en trastornos que a menudo son más complejos e incomprensidos que los problemas físicos comunes. Los diagnósticos de salud mental pueden ser profundos y difíciles de explicar, y muchas veces se presentan con una enfermedad mental que no siempre es evidente (40).

2.4.2 Factores hereditarios

Las investigaciones respaldadas por el Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH) han demostrado que las variantes genéticas influyen en el riesgo de que una persona desarrolle un trastorno mental. Estos estudios están ampliando nuestra comprensión del papel que juega la genética en la salud mental. Aunque se han identificado variantes genéticas comunes vinculadas a ciertos trastornos poco frecuentes, ninguna de ellas puede predecir de manera definitiva la aparición de un trastorno mental, incluso las variantes genéticas más estudiadas solo incrementan el riesgo de desarrollar una enfermedad en un porcentaje muy reducido (41).

2.4.3 Factores Económicos y Sociales

Un nivel adecuado de bienestar social es crucial para la salud mental, tanto individual como colectiva. Un entorno social positivo ayuda a reducir el impacto de factores estresantes como las condiciones de vida difíciles, el estrés laboral o económico, las desigualdades, la violencia y los conflictos. Por el contrario, condiciones sociales adversas pueden aumentar el riesgo de problemas de salud mental al intensificar el estrés y las dificultades diarias. Por lo tanto, asegurar un entorno social favorable es fundamental para mantener y promover una buena salud mental (42). Entre otros factores determinantes que pueden influir en la salud mental se encuentran el ingreso y el nivel social, la educación, el empleo y las condiciones laborales (43).

2.4.4 Factores socioculturales

Según Cuenca y Robles destacan que el género es un aspecto crucial en la enfermedad psíquica y debe integrarse en los proyectos de salud mental. Este hallazgo surge de su revisión sistemática de la literatura al estudiar a un grupo de estudiantes universitarios (16).

UCUENCA

Es crucial señalar que ciertos factores de riesgo contextuales pueden contribuir a la aparición de problemas de salud mental. Un estudio realizado por Almanza y Avendaño ha demostrado que la exposición a la violencia, por ejemplo, incrementa el riesgo de desarrollar afecciones como la ansiedad, la depresión y el estrés postraumático en adolescentes. Además, situaciones de crisis, donde predominan el miedo y la incertidumbre típicos de desastres biológicos, representan un riesgo significativo de padecer trastornos de estrés, ansiedad, depresión y de incurrir en conductas de consumo de sustancias nocivas para la salud (44).

Según la OPS, se identifican diferencias entre hombres y mujeres en relación con las desigualdades de género que incluyen menores ingresos, mayor exposición a la pobreza, exceso de trabajo, discriminación socioeconómica y violencia de género, factores que pueden incrementar la probabilidad de desarrollar problemas de salud mental. Se estima que la incidencia de depresión es aproximadamente el doble en mujeres en comparación con hombres. En general, las mujeres tienden a mostrar tasas más altas de depresión, estrés, ansiedad, somatizaciones y trastornos de la alimentación, mientras que los hombres son más propensos al abuso de sustancias y a trastornos antisociales (45).

Los factores sociales e individuales juegan un papel crucial en el consumo de alcohol y los problemas asociados con la salud mental. Entre los factores sociales, las dinámicas del entorno social, las condiciones económicas, la cultura, las normas y las políticas relacionadas con el alcohol son determinantes clave. En cuanto a los factores individuales, aspectos como la edad, el género, las circunstancias familiares y el estatus socioeconómico influyen significativamente en la predisposición al consumo de alcohol y en sus efectos sobre la salud mental (46).

En un estudio realizado en la Universidad de Ciencias Médicas de Irán, Tayefi identificaron que factores como la etnicidad, el lugar de nacimiento, la disciplina y el nivel educativo materno afectan la salud mental de los estudiantes. También señala que los estudiantes que se encontraban en ciclos básicos, sin participación en actividades extracurriculares y con una inclinación hacia el afrontamiento pasivo del estrés, eran más propensos a experimentar alteraciones emocionales (47).

2.5 Salud Mental en estudiantes universitarios

Los estudiantes enfrentan una serie de demandas y desafíos que incluyen tareas académicas, carga de exámenes y tareas, participación en clase y otras responsabilidades, que se combina con el proceso evolutivo, la búsqueda de autonomía y la competencia ante

UCUENCA

las expectativas personales, sociales y familiares, cuando a estas demandas se suma una falta de habilidades para hacer frente a problemas académicos y actividades externas, aumenta la probabilidad de experimentar periodos de estrés que pueden afectar tanto la Salud Mental como el rendimiento académico (48).

También existen diversas influencias que pueden determinar el éxito o el fracaso en esta fase de la vida, estas influencias comprenden una combinación de factores socioculturales y espirituales, presentes en un entorno donde los compañeros comparten tanto comportamientos saludables como no saludables (16). En la carrera de medicina además de estos factores se han destacado otros factores de riesgo asociados como la carga académica, la competencia, la presión social y la exposición a situaciones de riesgo pueden tener un impacto negativo en la Salud Mental de las estudiantes, llevándolas a adoptar estrategias poco saludables para enfrentar los desafíos que enfrentan (49).

Hasta el 35% de los estudiantes universitarios sufren trastornos mentales o problemas de salud relacionados a la transición de la escuela secundaria a la universidad y junto con esto la creación de nuevas relaciones, una nueva identidad y un aumento de la autonomía y responsabilidad, la admisión en la escuela de medicina y el período de graduación son muy competitivos y altamente estresantes por lo que se presentan tasas más altas de problemas de Salud Mental, incluyendo síntomas depresivos y de ansiedad, y tienen un mayor riesgo de consumir sustancias ilícitas o de desarrollar trastornos mentales (50).

2.6 Factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los universitarios

Según Figueroa y Diez, los factores de riesgo dentro de la Salud Mental son los elementos que aumentan el riesgo de padecer problemas de Salud Mental, es decir atributos, condiciones o situaciones que, al estar presentes en un individuo, aumentan la probabilidad de que desarrolle un trastorno en comparación con alguien que no los tenga (51). La Organización Mundial de la Salud (2020), define los factores de riesgo como cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión. Los factores de riesgo pueden tener diversas dimensiones como los sociodemográficos, personales y académicos (52).

El inicio de la vida universitaria marca una etapa crucial de transición entre la adolescencia y la adultez joven, que a menudo resulta desafiante. Esto se debe a la interacción de características psicológicas individuales con factores estresantes comunes, como las

UCUENCA

exigencias académicas, los cambios en el estilo de vida, la separación del hogar, y los problemas físicos, emocionales y financieros (53).

La necesidad de adaptarse a una nueva etapa de vida y las demandas propias del contexto universitario, son factores que hacen de la adultez emergente un periodo especialmente inestable, que puede propiciar la aparición de sintomatología o trastornos de Salud Mental (54). Los estudiantes universitarios enfrentan una serie de factores que los ponen en riesgo de desarrollar problemas de salud mental estos factores incluyen el estrés asociado con las exigencias académicas, las dificultades emocionales que pueden surgir en su vida personal, la baja autoestima y las dudas sobre su identidad y capacidades. Además, la presión para cumplir con múltiples responsabilidades puede contribuir a una inestabilidad emocional generalizada ya que la combinación de estos factores puede llevar a una mayor vulnerabilidad a trastornos mentales y emocionales (55).

Torres Saho y Kienen en 2021 centraron su estudio en comprender cómo diversas variables pueden influir, positiva o negativamente, en la adaptación de los estudiantes de educación superior, y reflexionaron sobre su impacto en la salud mental. Para ello, se basaron en categorías como dificultades y facilitadores de la adaptación, consecuencias de la falta de adaptación, síntomas, estrategias docentes e identificaron que la ansiedad, el estrés y la depresión, baja autonomía, deficiente organización y falta de responsabilidad académica, actúan como barreras significativas para la adaptación (56).

Los estudiantes universitarios constituyen una población con alto riesgo de experimentar problemas de salud mental debido al ingreso a la universidad, luego de superar exámenes exigentes es tomado en cuenta como una validación personal en términos emocionales, cognitivos y anímicos lo que es común en la mayoría de los estudiantes universitarios. La etapa universitaria se considera una etapa crucial en la vida del estudiante ya que marca el comienzo de una fase donde se forjan aspiraciones orientadas hacia el futuro, una vocación y el deseo de alcanzar el éxito también implica enfrentar diversos cambios (57).

Según Auerbach et al. en 2018 y Sussman, Arnett este período se caracteriza por asumir mayores responsabilidades y explorar la identidad en un contexto social nuevo, que a menudo carece de estabilidad. La vida universitaria puede estar marcada por la incertidumbre, con cambios constantes en los círculos sociales y académicas, lo que puede aumentar el nivel de estrés y disminuir el apoyo social. Estos factores contribuyen a los problemas de salud mental,

UCUENCA

ya que la mayoría de los estudiantes 93,7% reportaron experimentar algún grado de estrés (58,59).

Los factores psicosociales de la vida universitaria están vinculados con el deterioro de la salud mental en los estudiantes, condiciones como la depresión, la ansiedad y el estrés han sido objeto de numerosos estudios. Fisher y Hood encontraron que los estudiantes presentan un aumento considerable en los niveles de depresión, síntomas obsesivos y dificultades de concentración tras seis semanas de estancia en la universidad ya que el entorno académico exige un alto rendimiento para alcanzar el éxito, lo que impone un proceso de adaptación que puede desencadenar estrés (60).

Los jóvenes deben gestionar eficientemente su tiempo y cumplir con las exigencias de su formación académica, mientras enfrentan diversos estresores psicosociales. Estos incluyen la separación del entorno familiar y cotidiano, la necesidad de equilibrar los estudios con responsabilidades como la crianza o el trabajo, y la reconciliación de las expectativas personales y familiares durante este período de aproximadamente cinco a seis años (61).

En un estudio realizado en una Universidad de Malasia, encontró que los principales factores que se asocian a la presencia de trastornos emocionales en estudiantes universitarios fueron: sentirse bajo presión por los exámenes, falta de apoyo familiar y experimentar presión por parte de sus profesores y encuentran que los principales elementos ligados con sintomatología depresiva y ansiosa en estudiantes universitarios son las dificultades económicas y relacionales (62).

Una de las principales demandas que enfrentan los estudiantes es la carga académica. En comparación con la educación secundaria, los estudiantes universitarios suelen enfrentarse a una carga de trabajo significativamente mayor. Esto incluye la necesidad de cursar múltiples asignaturas, asistir a clases, realizar investigaciones, cumplir con plazos y exámenes, y llevar a cabo proyectos académicos. Estas exigencias pueden llevar al desarrollo de fenómenos comunes en la actualidad, como el estrés académico y el agotamiento emocional (63).

El estrés ocurre cuando existe un desajuste entre las demandas y la capacidad de los estudiantes para enfrentarlas, esta situación provoca que la persona sienta que no podrá cumplir con las expectativas, lo que podría acarrear consecuencias significativas. Es importante reconocer que el estrés se vuelve perjudicial para la salud de los universitarios cuando excede este límite y la persona ya no puede soportar más (16). Además, el estrés en

UCUENCA

los estudiantes universitarios puede estar vinculado a la presión de los exámenes, las expectativas de éxito o competitividad, y la incertidumbre sobre el futuro (64).

Según Rodríguez en el año 2018, la vida universitaria se distingue por una serie de actividades que conllevan largos periodos de sedentarismo, niveles bajos de actividad física y la exposición a estímulos y situaciones que pueden generar un estrés considerable ya que durante esta etapa académica, los estudiantes deben adaptarse a un nuevo rol, cumplir con nuevas normas y asumir responsabilidades en un entorno marcado por una alta competitividad. Se enfrentan a situaciones estresantes relacionadas con horarios, exámenes, la espera de calificaciones y la incertidumbre sobre su futuro profesional, especialmente en el ámbito de las carreras de salud (65).

Aunque el estrés en estudiantes universitarios es una respuesta natural y adaptativa que ayuda a enfrentar los desafíos académicos y personales, cuando esta respuesta se vuelve crónica o se manifiesta con demasiada frecuencia y se prolonga en el tiempo puede tener consecuencias negativas. Lo que puede llevar a una serie de problemas de salud física y mental, afectando el rendimiento académico y el bienestar general del estudiante (66).

En el área de la salud se ha considerado uno de los ámbitos laborales más estudiados en relación con los efectos del estrés en la salud física y mental. El estrés vinculado a la medicina es un ejemplo visible de cómo este puede formar parte de la práctica del día a día, lo que hace necesario aprender a convivir de manera sana (67).

En España, un estudio menciona que los estudiantes de medicina enfrentan elevados niveles de estrés y fatiga durante su formación académica. se hace cada vez más grande con el progreso en la carrera en estudiantes de sexto año en comparación con los de tercer año. Este se caracteriza por aspectos principales como el agotamiento emocional, la despersonalización y una sensación mínima de realización personal (68).

Por otro lado, Miranda Ribeiro en su estudio realizado en el año 2012 alertan sobre el significativo incremento en el consumo de drogas dentro del entorno universitario, destacando una notable prevalencia entre las mujeres, especialmente en el uso de anfetaminas y ansiolíticos. Entre las múltiples razones mencionadas se encuentran el consumo por ocio, recreación, alivio del estrés, ansiedad, y la búsqueda de un escape de la rutina académica (69).

UCUENCA

En los estudiantes de medicina existe una alta incidencia de síntomas ansiosos y depresivos, así como de estrés académico, lo cual ha llevado a respuestas de adaptación inadecuadas como el consumo de alcohol, drogas y comportamiento violento. La ansiedad y la depresión pueden dificultar la concentración y la retención de conocimientos, mientras que el estrés puede hacer que los estudiantes se sientan abrumados y desmotivados para estudiar. Como consecuencia, esto puede resultar en un rendimiento académico disminuido y, eventualmente, en el abandono de los estudios (70).

2.7 Salud Mental en estudiantes de Medicina

Es crucial analizar los factores de riesgo en individuos expuestos a niveles elevados de estrés, como los estudiantes de medicina. Esta evaluación es importante porque las características personales pueden influir en los resultados académicos y en los problemas personales. Dado que estos estudiantes enfrentan una alta prevalencia de estrés, depresión y agotamiento profesional, es fundamental que dispongan de mecanismos de autorregulación efectivos para preservar su bienestar y evitar el desarrollo de trastornos de personalidad durante su formación (71).

Los elevados niveles de estrés académico están estrechamente relacionados con un mayor riesgo de depresión y ansiedad, autolesiones, baja autoestima y menor autoeficacia académica, entre otros problemas de salud y bienestar. Además, el alto estrés en los estudiantes universitarios también afecta negativamente su rendimiento académico, ya que se asocia con un bajo desempeño, una disminución de la motivación y un mayor riesgo de abandonar los estudios y falta de compromiso académico (72).

En el contexto universitario, se ha identificado que varios factores están asociados con la violencia, incluyendo la presencia de docentes que emplean métodos de enseñanza tradicionales y las dificultades de aprendizaje de los estudiantes, entre otros. El maltrato puede considerarse un tipo de violencia, definido como un acto que provoque daño a la salud y bienestar de la persona, cuando este maltrato proviene de docentes, quienes tienen una posición de poder superior a la de los estudiantes, se convierte en abuso (73).

Silver descubrió que el 46,4% de los estudiantes de medicina informaron haber sufrido abuso mientras estaban matriculados en la escuela, y un 80,6% de los estudiantes mayores reportaron haber sido abusados durante el año anterior. Además, se observó que, en los últimos años de estudio, los estudiantes de medicina reportaron comportamientos violentos

UCUENCA

entre compañeros y con los docentes. Estas situaciones de abuso aumentan el estrés en los estudiantes, sumándose al ya elevado estrés causado por los factores emocionales y las exigencias académicas de los programas de formación en medicina (74).

En el ámbito de la enseñanza en Ciencias de la Salud, muchos profesionales han adoptado una visión que enfatiza la importancia de tener un profundo conocimiento en su especialidad como el principal criterio para ser un buen profesor. Sin embargo, esta visión puede influir negativamente en la salud mental de los estudiantes de medicina, debido a que muchas veces no se da importancia a desarrollar habilidades comunicativas y emocionales, como la solidaridad, la compasión y la humanidad, que respalden e inspiren la relación con el paciente y, al mismo tiempo, involucren al estudiante de manera efectiva (75).

El trato y las exigencias de los docentes influyen significativamente en la salud mental de los estudiantes de medicina, a menudo a través de maltrato académico y social, como evaluaciones injustas, estigmatización y humillación. Este maltrato puede generar estrés, afectar la autoestima, y llevar a síntomas de estrés postraumático. Además, impacta negativamente en la percepción de la carrera, generando desconfianza en los sistemas de evaluación y, en algunos casos, considerando la deserción de la carrera (76).

Según una investigación de Dinamarca, Noack y Trujillo realizada en el año 2021, las estudiantes universitarias que son víctimas de violencia de género experimentan un impacto significativo en su salud mental y bienestar, lo que también interfiere gravemente en el correcto desarrollo de sus vidas académicas. Como tal, la violencia de género es un factor de riesgo que influye directamente en la salud mental (77).

En los estudiantes de medicina existe una alta incidencia de síntomas ansiosos y depresivos, así como de estrés académico, lo cual ha llevado a respuestas de adaptación inadecuadas como el consumo de alcohol, drogas y comportamiento violento. La ansiedad y la depresión pueden dificultar la concentración y la retención de conocimientos, mientras que el estrés puede hacer que los estudiantes se sientan abrumados y desmotivados para estudiar. Como consecuencia, esto puede resultar en un rendimiento académico disminuido y, eventualmente, en el abandono de los estudios (70).

2.8 Factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los Estudiantes de Medicina

Trabajar en el campo de la salud implica interactuar con pacientes que enfrentan problemas físicos o emocionales y que buscan tratamientos efectivos y eficientes. Por lo tanto, la medicina como profesión es muy exigente y se asocia con un alto riesgo de agotamiento, tanto físico como emocional. En consecuencia, los médicos están continuamente expuestos a altos niveles de presión laboral lo que incrementa el riesgo de experimentar cansancio emocional y mental, desarrollar una actitud de distanciamiento hacia sus colegas y sentir una sensación de incompetencia (78).

En la carrera de medicina además se ejecutan diferentes formas de enseñanza y es debido a esto que podrían llegar a afectar significativamente en el desarrollo profesional y personal de los estudiantes. Además, es relevante señalar que las tasas de enfermedades mentales entre los estudiantes de Medicina son más altas en comparación con el resto de la población. Se ha establecido que existen factores de riesgo asociados a la formación médica que influyen en la aparición de enfermedades mentales en este grupo de estudiantes, siendo las más prevalentes depresión y ansiedad (79).

Por ello los estudiantes de medicina además presentan mayor estrés y prevalencia de psicopatologías severas en comparación con otras carreras y de la población en general, el estrés puede contribuir al desarrollo de trastornos de ansiedad y aumentar su probabilidad o asociarse a otras condiciones psicológicas ya que la prevalencia en estudiantes de medicina es distinta entre países, aunque es mayor en las mujeres e incluye factores relacionados como académicos, psicosociales y económicos (80).

La población joven constituye un grupo poblacional de interés debido a los obstáculos que enfrentan y al aumento de la conciencia de sus capacidades, además pueden llegar a sufrir cambios destacables, transiciones y situaciones académicas que podrían conducir a estrés en las que se pueden presentar problemas de adaptación a la vida universitaria, bajo rendimiento e incluso malestar y trastornos psicológicos como la ansiedad, depresión, entre otros (81).

Los estudiantes de Medicina enfrentan una vulnerabilidad particular debido a la prolongada duración y la alta intensidad de sus estudios, así como a los cursos emocionalmente desafiantes y las decisiones de estilo de vida que deben tomar entre los desafíos que

UCUENCA

enfrentan se encuentra la ansiedad, que se caracteriza por sentimientos de frustración ante el fracaso y una percepción negativa de uno mismo (82).

Un factor de riesgo socio demográfico que podría afectar la salud mental de los estudiantes de medicina es la necesidad de trasladarse a otras provincias debido a la falta de disponibilidad de cupos en sus ciudades de origen. Por lo tanto, se ven forzados a mudarse a lugares diferentes para acceder a oportunidades educativas lo que conlleva un proceso de adaptación a una nueva cultura, entorno y estilo de vida, lo que puede resultar abrumador (83).

Uno de los factores de riesgo más relevantes para la salud mental de los estudiantes de medicina es la falta de actividades recreativas durante su formación académica, la dedicación de tiempo a actividades placenteras como el deporte, la música o el descanso ayuda a mantener un equilibrio emocional saludable. Sin embargo, si estos jóvenes no se involucran en tales actividades, pueden enfrentar un mayor riesgo de desarrollar problemas como depresión y ansiedad, y podrían verse involucrados en comportamientos dañinos, incluyendo el consumo de drogas u otras conductas perjudiciales para su salud y bienestar (84).

La falta crónica de sueño o la privación prolongada de este puede causar somnolencia y deteriorar los procesos cognitivos. Estos trastornos pueden eventualmente conducir a problemas de salud mental y al consumo de sustancias, como fármacos que promueven la vigilia, sustancias psicoactivas, bebidas energéticas y productos con cafeína. Los estudiantes de medicina, debido a su intenso compromiso académico y a las circunstancias estresantes diarias, son una población particularmente vulnerable a estos efectos, lo que impacta negativamente en su ciclo de sueño y vigilia (85).

Para los estudiantes, participar activamente en prácticas clínicas brinda la oportunidad de recibir una formación más centrada en el paciente y menos en la enfermedad, gracias a la interacción directa con los pacientes y sus familias en el entorno sanitario. Esto también les permite desarrollar habilidades comunicativas y emocionales, además de consolidar los conocimientos teóricos lo mencionan en un estudio Callizo Silvestre y Carrasco Picazo (86).

El entorno hospitalario es el lugar donde los estudiantes aplican todos los conocimientos adquiridos en las aulas universitarias, completando así su formación en aspectos tanto clínicos como emocionales. Si la calidad de la enseñanza durante las prácticas hospitalarias

UCUENCA

es baja, esto no solo puede desmotivar al estudiante, sino también afectar negativamente su rendimiento académico (87).

Los estudiantes de medicina suelen enfrentar niveles elevados de estrés durante sus prácticas clínicas, debido a la carga de responsabilidad de tratar con pacientes reales y este puede impactar negativamente en su bienestar físico y mental, lo que, a su vez, puede deteriorar su rendimiento académico y su desempeño profesional. Las responsabilidades laborales y académicas pueden causar estrés, que puede ser manejado de forma adaptativa o convertirse en un problema patológico (88).

Es importante centrarse en la prevalencia de conductas suicidas y los factores asociados en los estudiantes de medicina, destacando las variables más relevantes con un enfoque en estudiantes de primer año, considerados los más vulnerables, es crucial también considerar a los de años superiores, especialmente durante las prácticas pre profesionales donde los primeros encuentros clínicos pueden provocar fuertes emociones y sentimientos de culpa al usar las afecciones de los pacientes para su aprendizaje (89).

Los estudiantes son especialmente vulnerables porque están expuestos a una serie de presiones académicas, preocupaciones académicas, dificultad en las relaciones interpersonales y la falta de apoyo familiar. Las mujeres estudiantes de medicina muestran mayor riesgo para el estrés crónico y estilos de afrontamiento no adaptativos como juicios negativos, minimización de la amenaza y pocas valoraciones positivas en comparación con los hombres, lo que podría traer como consecuencia daños a su salud y a su desempeño académico (90).

Los estudiantes que presentan síntomas depresivos han reducido el rendimiento académico y la consecuente mala calidad de la atención médica prestada y el aumento de errores médicos y los factores de riesgo para el desarrollo de síntomas psiquiátricos en esta población estudiantil incluyen el sexo femenino, la exposición a eventos recientes de vida estresantes, el uso excesivo de teléfonos inteligentes y la baja calidad del sueño (50).

Un factor de riesgo significativo que afecta la salud mental de los estudiantes de medicina es la necesidad económica. Muchos deben trabajar mientras estudian debido a las dificultades financieras, asumiendo empleos a tiempo parcial o completo para cubrir sus gastos. Este trabajo extensivo contribuye a la fatiga física y mental, afectando negativamente su capacidad para concentrarse en los estudios, participar activamente en el aula y mantener un equilibrio

UCUENCA

saludable entre la vida laboral y académica, lo que puede resultar en problemas de salud mental como ansiedad y agotamiento (83).

Algunas disciplinas universitarias demandan un mayor compromiso y extensos años de estudio, como es el caso de la medicina, la cual requiere que los estudiantes asuman una carga académica considerable, con actividades como cursos clínicos, la interacción con los pacientes y sus familias que puede generar un nivel significativo de estrés, que junto con el aumento de las horas dedicadas al estudio y al trabajo, puede afectar los aspectos personales de la vida cotidiana del estudiante y, en consecuencia, impactar en su bienestar emocional, incrementando el riesgo de desarrollar trastornos depresivos (91).

Según un estudio realizado por Mora en el año 2012, identificó que las principales fortalezas de carácter de los estudiantes de medicina incluyen la esperanza, gratitud, bondad, honestidad y equidad. Además, una atención integral que abarque normas sobre horarios, alimentación y asistencia terapéutica es crucial para ayudar a los estudiantes a mantenerse en su carrera y completarla de manera saludable (92).

2.9 Problemas de salud mental más frecuentes y sus consecuencias

La presión inherente a la carrera de medicina puede provocar varias consecuencias significativas. Entre ellas se incluyen una disminución en la eficacia y el rendimiento académico, dificultades en el cumplimiento de responsabilidades durante situaciones estresantes, y malestar por la constante observación de docentes y compañeros. Además, la presión puede dificultar la búsqueda de estabilidad emocional y complicar el manejo del estrés, afectando el bienestar general de los estudiantes (93).

Los problemas de salud mental pueden afectar a las personas en cualquier etapa de su vida, independientemente de su sexo, etnia u otras características socio demográficas. No obstante, como se ha mencionado, los jóvenes son particularmente vulnerables a experimentar esta sintomatología. Según Baader en los últimos años, se ha observado un aumento en enfermedades como la depresión, los trastornos de ansiedad, del sueño, y la presencia de síntomas suicidas, entre otros problemas (94).

Según Silva y de la Cruz en un estudio realizado en el año 2017 afirmaron que los universitarios son más propensos a desarrollar trastornos del estado de ánimo, conductas autodestructivas, estrés, ansiedad y depresión, debido a la presión académica, la transición desde la adolescencia, las relaciones sentimentales y el bajo poder adquisitivo (95).

UCUENCA

Souza Conceição en el año 2019 subrayan el notable incremento de los problemas de salud mental, especialmente entre los estudiantes de medicina. Señalan que es esencial un cambio en esta situación debido a sus consecuencias en la salud y el desarrollo académico-profesional, así como la importancia de comprender los factores y estrategias de intervención para reducir el sufrimiento psíquico en los estudiantes (96).

Los trastornos mentales más frecuentes que padecen los estudiantes de Medicina son la ansiedad y la depresión. Como indica la investigación realizada por Caro et al. la cual arrojó resultados del 30% de los estudiantes que cursan la carrera de Medicina mostraron algún síntoma inicial de depresión, mientras que un 26,5% reportó niveles elevados de ansiedad (97,98).

La depresión se manifiesta a través de una serie de síntomas que reflejan una vulnerabilidad particular y una sensibilidad aumentada al entorno, donde el estrés actúa como un factor precursor para el desarrollo de la enfermedad (54). En un estudio realizado en siete universidades estadounidenses, se observó un incremento en la falta de motivación, la ansiedad, el estrés y el aislamiento social entre los estudiantes (99).

Estos hallazgos están en consonancia con otros informes que indican un aumento en el sedentarismo, la ansiedad y los síntomas depresivos en investigaciones similares realizadas en el mismo país (53). Este patrón sugiere una relación significativa entre el entorno académico y las condiciones de salud mental de los estudiantes, destacando la necesidad de abordar los factores que contribuyen al estrés y al sedentarismo para prevenir y mitigar los efectos adversos en la salud mental.

La ansiedad ha sido analizada en el contexto de exámenes y tareas académicas, ya que estas situaciones suelen influir en la continuidad educativa del estudiante y en la formación de sus expectativas de éxito. Se ha identificado una relación entre los niveles de ansiedad ante los exámenes y el rendimiento en pruebas de admisión universitaria, que frecuentemente tienen un impacto significativo en el futuro de los jóvenes (100).

Durante la vida universitaria, la ansiedad y el estrés son trastornos mentales frecuentes, pero a menudo pasados por alto, estos tienen un impacto significativo debido a que el estrés puede funcionar como un impulso de superación y motivación, mientras que la ansiedad activa mecanismos de alerta ante posibles amenazas. Sin embargo, cuando estos sentimientos superan lo normal, pueden desencadenar una serie de problemas en los estudiantes, como

UCUENCA

aspectos académicos, desmotivación y miedo son factores comunes que contribuyen al estrés y la ansiedad entre los estudiantes universitarios, especialmente en áreas como la salud (9).

La práctica regular de actividad física es crucial para prevenir la depresión en estudiantes de medicina, ya que tiene un impacto positivo significativo en su salud mental. Por el contrario, la falta de actividad física puede agravar estos problemas, aumentando el riesgo de deterioro emocional y estrés crónico. Al integrar el ejercicio en su rutina diaria, los estudiantes experimentan mejoras en su bienestar general, mejoran su estado de ánimo y equilibrio emocional, y fortalecen su capacidad para enfrentar las demandas académicas y personales (101).

La práctica de actividad física, ejercicio o deportes tiene efectos psicológicos beneficiosos para el individuo puesto que contribuye a la prevención del estrés, la ansiedad y la depresión, y promueve una mayor sensación de competencia. Además, facilita el aumento del autocontrol y la autosuficiencia, proporciona distracción y diversión, y ofrece un tiempo para escapar de pensamientos, emociones y comportamientos desagradables. También fomenta la relajación y mejora la concentración para el estudio o la focalización en temas de interés (102).

Durante el periodo de exámenes finales los estudiantes de medicina independientemente del nivel de estrés académico que experimenten, pasan la mayor parte del día en actividad sedentaria y mantienen un bajo nivel de actividad física durante el período de exámenes finales. En adultos, la evidencia sugiere que el tiempo prolongado e ininterrumpido en posición sentada se asocia con efectos negativos para la salud y una mayor tasa de mortalidad por enfermedades cardiovasculares (65).

2.10 Impacto en el Entorno Académico

Un estudio realizado en estudiantes de medicina en México, indica que la cantidad de trabajo, la preocupación por obtener calificaciones bajas y la escasez de tiempo para el ocio son factores de estrés que pueden influir negativamente en su rendimiento académico y en sus relaciones con otras personas (103).

El cansancio mental deteriora la capacidad de concentración, la memoria y la toma de decisiones, lo que lleva a los estudiantes con altos niveles de fatiga a tener dificultades para asimilar nueva información, resultando en un rendimiento académico disminuido en

UCUENCA

exámenes y tareas. Además, puede provocar una reducción en la motivación y el interés por el aprendizaje, empeorando aún más su situación académica (83).

Según Chekole y Abate, la ansiedad y la depresión son problemas de salud mental frecuente en los adultos, con una prevalencia aproximada del 33% y 27%. Esto nos da a conocer que una parte importante de la población, incluidos los estudiantes universitarios que presentan tasas similares, enfrenta dificultades relacionadas con su salud mental. Por ello, resulta importante realizar un seguimiento constante de la salud mental y detectar posibles cambios, especialmente considerando las alteraciones recientes (30).

Según Álvarez en el año 2009 describe la depresión desde un enfoque cognitivo como un conjunto de pensamientos negativos que una persona tiene sobre sí misma, su entorno y el futuro. Estos pensamientos llevan a varias confusiones en la manera de procesar la información, el pensamiento extremo, sacar conclusiones sin evidencias, centrarse solo en los aspectos negativos y asumir todo de forma personal (104).

2.11 Estrategias de intervención y prevención

2.11.1 Programas de Bienestar Psicológico

Un estudio realizado en universitarios de México muestra que los estudiantes de primer año de medicina muestran una prevalencia significativamente alta de problemas psicológicos, mucho mayor que la observada en estudiantes de otras carreras universitarias y en la población general. Estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar programas de tamizaje temprano para cada nueva cohorte de estudiantes, con el fin de proporcionar un diagnóstico adecuado y una rápida derivación a los servicios de salud mental (105).

Es importante reconocer que la Salud Mental es un aspecto integral de la salud en general y que su impacto puede variar significativamente de una persona a otra por eso algunos estudiantes pueden ser más vulnerables a experimentar problemas de Salud Mental debido a factores como la genética, experiencias pasadas o condiciones de vida (106).

Por todo lo expuesto anteriormente es importante implementar programas que promuevan el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios y además brindar protección ante los diversos factores de riesgo que pueden llegar a afectar su Salud Mental, la cual garantiza que en la edad adulta puedan desarrollar su potencial y gozar de salud física y mental (33).

UCUENCA

2.11.2 Promoción de Hábitos Saludables

El tiempo dedicado al descanso, durante el cual el cuerpo, incluidos órganos, músculos y cerebro, está completamente en reposo, es un factor crítico para la salud mental de los estudiantes de medicina. Mantener un sueño adecuado es esencial para la recuperación de energía mental y física, lo cual impacta directamente en su rendimiento académico. La falta de sueño puede afectar negativamente el desempeño académico, el estado emocional y el nivel de alerta, lo que puede llevar a un aumento de la ansiedad y otros problemas relacionados (88).

Los estudiantes universitarios, aquellos que se encuentran cursando los primeros años son vulnerables a cambios debido a las demandas académicas, estas circunstancias afectan notablemente en sus hábitos alimenticios, actividad física y manejo del estrés académico. A pesar de estos factores, la mayoría de los estudiantes presentan patrones alimentarios poco saludables. En cuanto a la actividad física, no alcanzan los niveles recomendados, y además, enfrentan un alto grado de estrés emocional durante esta etapa de su formación académica (107).

2.11.3 Redes de Apoyo Institucional

Zapata en el año 2021 señala que, aunque los estudiantes son el núcleo del sistema educativo, es fundamental implementar estrategias que promuevan el bienestar mental de maestros, administradores y también de los propios estudiantes (108).

El estudio de Vera realizado en 2020 indica que los estudiantes universitarios con alta prevalencia de ansiedad, trastornos del estado de ánimo y consumo de alcohol mostraron mejoras cuando recibieron apoyo de Bienestar Universitario. Dado el rol social que cumplen las universidades, estas instituciones son idóneas para atender las necesidades de salud y bienestar de sus estudiantes (109).

2.2 Rol de la Enfermera en Salud Mental

El rol de enfermería en la salud mental se centra en promover el bienestar integral de las personas y la comunidad, brindando asistencia, orientación y educación desde el primer contacto con el paciente. Los enfermeros deben gestionar el estrés y mantener un equilibrio emocional, ya que, en general, la atención puede implicar riesgos para su propia salud mental, como ansiedad y despersonalización. Para ello, necesitan desarrollar habilidades como calmar a los pacientes en situaciones críticas, comunicarse de manera efectiva, trabajar en

UCUENCA

equipo y observar comportamientos no verbales. Estas competencias les permiten apoyar el proceso de recuperación y contribuir significativamente a la promoción de la salud mental (110).

En la planificación de las intervenciones de enfermería la Teoría de Peplau se aplica enfatizando la importancia de la relación entre la enfermera y el paciente como un proceso terapéutico en el ámbito interpersonal. La teoría identifica cuatro aspectos claves que son necesidad, frustración, conflicto y ansiedad que influyen en la forma en que los pacientes desarrollan respuestas ya sean constructivas o destructivas frente a diversidad situaciones (111).

Desde el enfoque de Hildegard Peplau, el papel de la enfermería en la salud mental es un elemento primordial dentro del proceso interpersonal que facilita el crecimiento y adaptación del paciente a través de la articulación con otras disciplinas como la psicología, psiquiatría y trabajo social. La enfermería no solo atiende los problemas y necesidades de la persona sino que además fortalece la relación terapéutica enfermero - paciente, de esta manera facilita el desarrollo de actividades psicosociales necesarias para afrontar dificultades y mantener un equilibrio biopsicosocial (112). Por esto, la enfermería juega un rol importante en el acompañamiento adecuado para los estudiantes de medicina, quienes enfrentan altos niveles de estrés y presión académica, además brinda contribución al desarrollo de estrategias psicosociales que permitan a los estudiantes enfrentar estas dificultades.

Peplau, destaca a la Enfermera como un apoyo clave para el cambio y la facilitación junto con otros profesionales contribuyendo tanto a la promoción como a la restitución de la salud de los individuos y comunidades. También, su labor está orientada en identificar y fortalecer las áreas de necesidad, al mismo tiempo que proporciona herramientas que favorecen la autonomía personal. A través del desarrollo y fortalecimiento de habilidades para la vida, especialmente en grupos específicos como el de mujeres, la enfermera en salud mental desempeña un papel importante en la mejora de su bienestar y en la promoción de su desarrollo integral (113).

2.12 Escala de Salud General de Goldberg (GHQ - 12)

Es crucial evaluar los síntomas de depresión, ansiedad y malestar psicológico general en los diferentes entornos mediante herramientas válidas. Entre los instrumentos más utilizados se encuentra la versión de 12 ítems del Cuestionario de Salud General (114).

UCUENCA

David Goldberg desarrolló un cuestionario de autoevaluación de salud general, también conocido como cuestionario de salud auto percibida, en el Hospital Universitario de Manchester, Inglaterra, en la década de 1970. Esta herramienta fue creada con el propósito de evaluar el estado general de salud, y el cuestionario original constaba de 60 preguntas. Con el tiempo, se han producido versiones más cortas, con 30, 28 y 12 ítems, que han demostrado ser igualmente útiles según diversos estudios de validación (115).

El objetivo inicial de Goldberg al diseñar el cuestionario era identificar la gravedad de trastornos psiquiátricos menores. Por lo tanto, aunque se denomina cuestionario de salud general, en realidad está más orientado a medir la salud mental en lugar del estado de salud general, el cual también debería incluir la autoevaluación de síntomas físicos. La motivación detrás de esta creación fue el deseo de médicos y profesionales de la salud de contar con una herramienta objetiva para evaluar los niveles de salud (116).

El GHQ-12 desarrollado por Goldberg en 1972, es una herramienta ampliamente utilizada para el cribado de trastornos mentales comunes. Ha demostrado tener sólidas propiedades psicométricas, como consistencia interna, fiabilidad en pruebas repetidas y validez en diversas poblaciones, incluyendo adultos generales, pacientes de atención primaria, poblaciones multiculturales, personas mayores y adolescentes (117).

Capítulo III**Hipótesis**

Los factores de riesgo influyen significativamente en la Salud Mental de los estudiantes de Medicina de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca.

Capítulo IV**3 Objetivos de la investigación****3.1.1 Objetivo general**

Analizar los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los estudiantes de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca, 2024-2025.

3.1.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar la población según variables sociodemográficas de los estudiantes de Medicina.
- Determinar los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los estudiantes de Medicina.
- Relacionar las variables sociodemográficas, factores de riesgo con la Salud Mental de los estudiantes de Medicina.

Capítulo V**4 Diseño Metodológico****4.1.1 Diseño de estudio**

Estudio cuantitativo, analítico de cohorte transversal.

4.1.2 Área de estudio

El presente estudio se realizó en la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca, ubicada en la Av. 12 de Abril y El Paraíso 3-52 junto al Hospital Vicente Corral Moscoso, cantón Cuenca, provincia del Azuay, perteneciente a la zona 6. La Universidad de Cuenca es una institución de carácter público, cuya carrera de medicina cuenta con una población muy grande comparada con las demás carreras. La investigación se realizó en estudiantes de la Carrera de Medicina de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca.

4.1.3 Universo y muestra

El universo de estudio estuvo compuesto por 1,000 estudiantes matriculados en la Carrera de Medicina. Se decidió trabajar con todo el universo disponible, excluyendo a los estudiantes de primer año, quienes representan un total de 303 estudiantes. De esta forma, la muestra quedó conformada por 697 estudiantes.

De los 697 estudiantes seleccionados, 134 decidieron no participar en el estudio. Por lo tanto, el número final de participantes fue de 563 estudiantes, quienes cumplieron con los criterios de inclusión y aportaron información relevante para el desarrollo de la investigación.

4.1.4 Criterios de inclusión y exclusión**4.1.4.1 Criterios de inclusión**

- Estudiantes matriculados en la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca.
- Estudiantes que acepten participar en el estudio y firmen el consentimiento informado.
- Mayores de 18 años.

4.1.4.2 Criterios de exclusión

- Estudiantes que estén con calamidad doméstica y/o permiso médico

UCUENCA

4.2 Variables de estudio

Variable dependiente: Salud Mental

Variables independientes: sociodemográficas y factores de riesgo.

4.3 Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de información

4.3.1 Método

Analítico de cohorte transversal

4.3.2 Técnica

Encuesta, cuestionario estructurado.

4.3.3 Instrumentos

Se utilizó un cuestionario ex profeso creado por los autores (ANEXO B). Contiene tres partes:

- a. Variables sociodemográficas.
- b. Factores de riesgo que influyen en la Salud Mental.
- c. Escala de Salud General de Goldberg (GHQ – 12)

En el contexto de evaluar la salud mental de los estudiantes de medicina, el GHQ-12 es una herramienta ampliamente utilizada para el cribado de trastornos mentales comunes. Ayuda a evaluar el bienestar psicológico de los estudiantes que enfrentan el entorno exigente y estresante, común en la educación médica. Tiene como objetivo evaluar la salud mental tanto en poblaciones generales como en contextos clínicos. Consta de 12 ítems, que se dividen en preguntas positivas (ítems 1, 3, 4, 7, 8 y 12) y negativas (ítems 2, 5, 6, 9, 10 y 11). Las respuestas se califican mediante una escala tipo Likert de cuatro opciones, que van desde 0 (No, en absoluto) hasta 3 (Más que antes) (118). Si la puntuación alcanza 12 o más puntos, esto sugiere una probabilidad significativa de que la persona esté enfrentando algún tipo de trastorno emocional, como ansiedad, depresión u otros trastornos relacionados. En este caso, se recomienda llevar a cabo una evaluación clínica exhaustiva, a fin de confirmar el diagnóstico y determinar el tratamiento más adecuado para la situación.

4.3.4 Procedimientos

Autorización: Se realizó la solicitud a la Dra. Vilma Bojorque Iñiguez Decana de la Facultad de Ciencias Médicas, quien autorizó llevar a cabo la investigación en la Carrera de Medicina. Luego de la aceptación por parte de las autoridades pertinentes el tema fue aprobado por la comisión académica de la carrera de Medicina, de esta manera se pudo llevar a cabo el presente estudio dentro de la comunidad universitaria. El protocolo además fue aprobado por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos y seguidamente por el Consejo Académico de la Universidad de Cuenca.

Capacitación: Las autoras de este estudio estuvimos capacitadas para la aplicación de los instrumentos, recolección de datos y análisis estadístico con formación previa en los campos de investigación y psicología, al tener aprobadas las asignaturas de Informática en Salud, Investigación Profesional, Bioestadística e Investigación Aplicada. Además, también asignaturas de la rama de psicología como Psicología General, Psicología Evolutiva I y Psicología Evolutiva II. Asimismo, se realizó la revisión de bibliografía respectiva y confiable en base al tema.

Supervisión: Se realizó por parte de la directora de tesis, Lcda. Francisca Burgueño quien analizó la consistencia y secuencia de la investigación.

4.3.5 Plan de tabulación y análisis

Para el análisis y tabulación de datos se utilizó el programa IBM SPSS versión 29. Se presentaron los datos con estadística descriptiva por medio de tablas simples de frecuencias y porcentajes y para la asociación se utilizará la estadística inferencial con el chi Cuadrado y el valor de $p \leq 0,05$.

4.3.6 Consideraciones bioéticas

En este proyecto de investigación, los participantes son seres humanos, específicamente estudiantes de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca. Por lo tanto, se prestó atención a las consideraciones éticas relacionadas con la investigación, está enmarcado en los principios bioéticos propuestos por Helsinki (199), entre los cuales destacan:

- **Consentimiento Informado:** Para participar en el presente estudio fue necesario obtener el consentimiento informado de cada participante, para así garantizar la

UCUENCA

comprensión de los propósitos, procedimientos y posibles riesgos de la investigación y el derecho a retirarse en cualquier momento que deseen sin repercusión alguna.

- **Confidencialidad:** Se garantizó la privacidad de todos los participantes mediante el uso de técnicas que aseguran el anonimato y protegen la confidencialidad en la recolección, almacenamiento y el uso de datos, para procurar que esta información no se difunda a personas no autorizadas. En esta investigación los datos de identificación personal fueron únicamente usados de manera anónima, además el análisis y manejo de información fue realizado por las autoras y socializado con tutores y autoridades de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca.
- **Beneficencia y no maleficencia:** En esta investigación se buscó que se maximicen los beneficios de tal manera que se reduzcan los riesgos para los participantes, asegurándose de que la investigación supere cualquier riesgo potencial, y tomar medidas preventivas para evitar daños físicos, psicológicos o emocionales.
- **Respeto a la autonomía y la dignidad:** Las autoras tuvieron la responsabilidad de respetar la capacidad de decisión y la dignidad de todos los participantes, permitiéndoles ser partícipes de manera voluntaria, respetuosa y con consideración durante todo el proceso de investigación.
- **Equidad y justicia:** Durante la recolección y análisis de la información, no existió discriminación alguna en la selección y tratamiento de todos los participantes, de esta manera se garantizó que todos tengan la misma oportunidad de participar en la investigación de forma justa y equitativa sin importar su origen, género, etnia u otras características.
- **Evaluación y gestión de riesgos:** Fue fundamental identificar y evaluar detenidamente los posibles riesgos que se asocian con la investigación en Salud Mental, implementar medidas para gestionar y reducir riesgos de manera efectiva, de tal manera que se protegiera la seguridad y el bienestar de todos los participantes. En este estudio existe un riesgo mínimo para la salud de los participantes.
- **Supervisión ética:** Para la aprobación de esta investigación, se involucró el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH) quienes fueron encargados de revisar y aprobar el protocolo de investigación, proporcionando orientaciones en cuestiones éticas a lo largo del proceso investigativo.
- **Conflicto de intereses:** En esta investigación las autoras declaramos que no existe conflicto de intereses de manera que se garantice la integridad, la imparcialidad y el objetivo de las decisiones de las personas involucradas.

UCUENCA

- Idoneidad: La idoneidad de los investigadores se basa en las capacidades, habilidades, cualidades y experiencias éticas que nos hicieron capaces de llevar a cabo esta investigación de forma responsable y competente. La tutora y las investigadoras cuentan una formación en investigación, bioestadística, ética y valores y psicología.

4.3.7 Recursos humanos y materiales (ANEXO F)

4.3.7.1 Recursos humanos

Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz (autora)

Aleida Geovanna Aguirre Granda (autora)

Lcda. Francisca Burgueño Alcalde (tutora)

Estudiantes de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca (participantes)

4.3.7.2 Recursos materiales

Computadoras, celulares Internet Transporte Impresora hojas de papel bond.

Capítulo VI

5 Resultados y análisis de datos

5.1 Análisis de la información según las variables sociodemográficas.

Tabla 1. Distribución de variables sociodemográficas según edad, sexo, identidad de género, orientación sexual y estado civil.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Edad		
Jóvenes de 18 a 20 años	208	36,9
Jóvenes de 21 a 25 años	334	59,3
Jóvenes de 26 años o más	21	3,7
Sexo		
Hombre	182	32,3
Mujer	380	67,5
Prefiero no decirlo	1	0,2
Identidad de Género		
Masculino	178	31,6
Femenino	382	67,9
No binaria	1	0,2
Prefiero no decirlo	2	0,4
Orientación Sexual		
Heterosexual	501	89
Homosexual	19	3,4
Bisexual	23	4,1
Pansexual	7	1,2
Prefiero no decirlo	12	2,1
Prefiero describirlo yo mismo	1	0,2
Estado Civil		
Casado	8	1,4
Soltero	545	96,8
Viudo	2	0,4
Divorciado	1	0,2
Unión libre	7	1,2

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

Un total de 563 estudiantes de la carrera de Medicina participaron en esta investigación. Según las características sociodemográficas presentadas en la tabla, la mayoría de los participantes 59.3% tiene entre 21 y 25 años, y predominan las mujeres con el 67.5%, frente al 32.3% de hombres. Además, el 89% se identifica como heterosexual, y el 96.8% es soltero.

Tabla 2. Distribución de variables sociodemográficas según procedencia y residencia

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
País de origen		
Ecuador	550	97,7
Estados Unidos	3	0,5
España	3	0,5
Otros	7	1,2
Provincia de origen		
Azuay	279	49,6
Loja	88	15,6
Pichincha	19	3,4
Guayas	60	10,7
Morona Santiago	38	6,7
Otros	79	14
Provincia de residencia		
Azuay	504	89,5
Cañar	37	6,6
Otros	22	3,9
Parroquia de residencia		
Huayna Cápac	164	29,1
Cañaribamba	93	16,5
Yanuncay	124	22
Monay	75	13,322
El Vecino	79	14
Otros	28	5
Barrio de residencia		
El Vergel	232	41,2
El Paraíso	143	25,4
Las Herrerías	99	17,6
Miraflores	50	8,9
Otros	39	6,9

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

La tabla muestra que el 97.7% de los participantes son de Ecuador. Azuay concentra la mayor parte de la población, tanto en términos de origen como de residencia, siendo el barrio El Vergel, en la parroquia Huayna Cápac, el principal lugar de residencia con un 41.2%.

Tabla 3. Distribución de variables sociodemográficas según trabajo y ayuda económica.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Trabajo remunerado		
Si	50	8,9
No	513	91,1
Tipo de jornada		
Tiempo completo	1	2
Medio tiempo	23	46
Ocasional	26	52
Ingreso mensual		
Menos del salario básico	42	84
Igual al salario básico	2	4
Mayor al salario básico	6	12
Ayuda económica externa		
Si	155	27,5
No	408	72,5
Cantidad recibida		
Menos del salario básico	144	92,9
Igual al salario básico	5	3,2
Mayor al salario básico	6	3,9
Ingresos totales del hogar		
Menos del salario básico	118	21
Igual al salario básico	202	35,9
Mayor al salario básico	243	43,2
Miembros del hogar		
De 1 a 3 personas	135	24
De 4 a 6 personas	404	71,8
Más de 7 personas	24	4,3

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

El 8.9% de los participantes realiza trabajo remunerado, de estos el 52% realiza labores ocasionales y el 84% tiene ingresos mensuales por debajo del salario básico. El 27,5% de los participantes recibe ayuda económica externa, de los cuales el 92,2% percibe ingresos menores al salario básico. En cuanto a los ingresos totales del hogar, el 43,25% de los participantes pertenece a hogares con ingresos superiores al salario básico. Finalmente, el 71,8% vive en hogares con 4 a 6 integrantes.

Tabla 4. Distribución de variables sociodemográficas según antecedentes de salud.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Enfermedad diagnosticada		
Si	49	8,7
No	514	91,3
Nombre de la enfermedad		
Depresión	25	4,4
Hipotiroidismo	9	1,6
Prediabetes	8	1,4
Otros	7	1,2
Tratamiento farmacológico		
Venlafaxina	16	2,8
Levotiroxina	9	1,6
Metformina	8	1,4
Otros	16	2,8
Tipo y frecuencia de terapia		
Diaria	29	5,2
Semanal	14	2,5
Mensual	6	1,1

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

Entre los participantes con enfermedad diagnosticada, la depresión fue la más prevalente, afectando al 4.4%, y la venlafaxina fue el tratamiento farmacológico más común, utilizado por el 2.8%. Además, el 5.2% de la población reportó asistir a terapia de forma diaria.

Tabla 5. Distribución de variables sociodemográficas según aspectos académicos y factores de influencia para elección y continuación de la carrera universitaria.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Ciclo universitario		
Tercer ciclo	204	36,2
Quinto ciclo	148	26,3
Sexto ciclo	38	6,7
Séptimo ciclo	64	11,4
Octavo ciclo	58	10,3
Noveno ciclo	26	4,6
Internado	25	4,4
Número de asignaturas que cursa actualmente		
Menos de 5	205	36,4
De 5 a 10	353	62,7
Más de 10	5	0,9
Horas académicas semanales teóricas y prácticas		
Menos de 5	1	0,2
De 5 a 10	56	9,9
Más de 10	506	89,9
Horas de estudio y trabajo autónomo semanales		
Menos de 5	36	6,4
De 5 a 10	94	16,7
Más de 10	433	76,9
Elección libre de la carrera universitaria		
Sí	541	96,1
No	22	3,9
Influencia externa		
Padres	13	59,1
Familiares	6	27,3
Otros	3	13,6
Influencia externa para continuar la carrera		
Sí	182	32,3
No	381	67,7
Fuentes de influencia		
Padres	110	60,4
Familiares	65	35,7
Otros	7	3,8

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra que la mayoría de los participantes 36.2% se encuentran en el tercer ciclo, lo que indica que están en las primeras etapas de su formación. El 67.2% cursa entre 5 y 10 asignaturas, y el 89.9% dedica más de 10 horas semanales a actividades teóricas y prácticas. En cuanto a la elección de carrera, el 3.9% reportó influencia externa, mientras que el 32.3% mencionó recibir influencia para continuar su carrera, siendo principalmente de sus padres.

5.2 Análisis de la información según factores de riesgo que influyen la Salud Mental.

Tabla 6. Distribución de factores de riesgo según problemas de salud mental.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Problemas de salud mental		
Sí	148	26,3
No	415	73,7
Evento desencadenante		
Problemas familiares	55	37,2
Carrera	51	34,5
Noviazgo	9	6,1
Otros	33	22,3
Tipo de crisis		
Ansiedad	84	56,8
Depresión	61	41,2
Ideación suicida	2	1,4
Otros	1	0,7
Tratamiento farmacológico		
Sí	44	29,9
No	104	70,1
Tipo de terapia		
Psicológica	130	87,8
Psiquiátrica	18	12,2
Antecedentes psiquiátricos familiares		
Sí	100	17,8
No	463	82,2
Parentesco		
Padres	43	43
Hermanos	14	14
Abuelos	14	14
Tíos	17	17
Otros	12	12
Tipo de problema de salud mental y/o trastorno psiquiátrico		
Depresión	66	66
Ansiedad	15	15
Esquizofrenia	12	12
Otros	7	7

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra que el 26,3% de los participantes reportaron problemas de salud mental, siendo la ansiedad el tipo de crisis más común con 56,8%. El evento desencadenante principal fue por los problemas familiares (37,2%), de los cuales el 29,9% recibió tratamiento farmacológico. El 87,8% de este grupo ha recibido atención psicológica y el 12,2% atención psiquiátrica. Respecto a los antecedentes psiquiátricos familiares, el 17,8% indicó presencia de problemas psiquiátricos, principalmente depresión con un 66%.

Tabla 7. Distribución de factores de riesgo según hábitos y experiencias digitales.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Horas diarias de sueño		
Menos de 6 horas	194	34,5
Entre 6 y 7 horas	278	49,4
Más de 7 horas	91	16,2
Actividad física		
Sí	171	30,4
No	392	69,6
Tipo de actividad física		
Gimnasio	90	52,6
Correr	19	11,1
CrossFit	11	6,4
Otros	51	29,8
Tiempo empleado de actividad física		
30 minutos	21	12,3
Una a dos horas	136	79,5
Más de dos horas	14	8,2
Tiempo diario en internet		
menos de 5 horas	77	13,7
5 a 10 horas	368	65,4
más de 10 horas	118	21
Tiempo en ámbito académico		
menos de 5 horas	305	54,2
5 a 10 horas	228	40,5
más de 10 horas	30	5,3
Tiempo en redes sociales		
menos de 5 horas	523	92,9
5 a 10 horas	38	6,7
más de 10 horas	2	0,4
Tiempo en otras actividades		
menos de 5 horas	540	95,9
5 a 10 horas	22	3,9
más de 10 horas	1	0,2
Acoso y/o amenaza por medios digitales		
Sí	37	6,6
No	526	93,4
Descripción del incidente		
Mensajes inadecuados	15	40,5
Amenazas	14	37,8
Fotos inadecuadas	6	16,2
Otros	2	5,4

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra que el 49.4% de los participantes duerme entre 6 y 7 horas diarias. El 30.4% realiza actividad física, de los cuales más de la mitad asiste al gimnasio, y el 79.5% de los que hacen ejercicio lo practican entre una y dos horas al día. En cuanto al uso de internet, el 65.4% de los estudiantes dedica entre 5 y 10 horas diarias, y de este tiempo, el 54.2% se destina a estudios. En relación con el acoso digital, el 6.6% ha sido víctima, siendo los mensajes inadecuados el incidente más común.

Tabla 8. Distribución de factores de riesgo según estrés académico e influencias de docentes y de pares.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Sentimiento de insuficiencia por carga académica		
Sí	348	61,8
No	215	38,2
Causa del sentimiento		
Sobrecarga académica	165	47,4
Bajo rendimiento y falta de organización	100	28,7
Docentes	50	14,4
Otros	33	9,5
Influencia de los docentes en la salud mental		
Sí	208	36,9
No	355	63,1
Descripción de la situación		
Exigencia académica	78	37,5
Comentarios desmotivadores	55	26,4
Prácticas	65	31,3
Otros	10	4,8
Influencia de los pares en la salud mental		
Sí	59	10,5
No	504	89,5
Descripción de la situación		
Comentarios negativos	16	27,1
Exclusión/ Discriminación	22	37,3
Trabajo en equipo	11	18,6
Otros	10	16,9

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

La tabla muestra que el 61.8% de los participantes experimenta sensación de insuficiencia por la carga académica, siendo la sobrecarga académica la causa más frecuente con un 47.4%. En cuanto a la influencia docente en la salud mental, el 36.9% de los participantes indicó que su bienestar se ha visto afectado, especialmente por la exigencia académica. Además, el 10.5% reportó sentirse afectado por sus compañeros debido a casos de exclusión o discriminación.

Tabla 9. Distribución de factores de riesgo según aspectos del área práctica.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Sobrecarga de trabajo en el área de práctica		
Sí	152	27
No	411	73
Frecuencia		
Muy frecuente	68	44,7
Frecuente	42	27,6
Poco frecuente	42	27,6
Consecuencias en tu salud mental		
Sí	79	52
No	73	48
Descripción de la situación		
Ansiedad	36	45,6
Depresión	10	12,7
Estrés	17	21,5
Otros	16	20,3
Desmotivación para acudir al área de práctica por el maltrato del personal, de docentes, pacientes y/o familiares		
Sí	78	13,9
No	485	86,1
Descripción de la situación		
Maltrato	24	30,8
Presión académica	27	34,6
Humillación	14	17,9
Otros	13	16,7
Consecuencias en tu salud mental		
Sí	51	65,4
No	27	34,6
Descripción de la situación		
Ansiedad	20	39,2
Depresión	13	25,5
Estrés	10	19,6
Otros	8	15,7

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra que el 27% de los participantes reportó sobrecarga de trabajo en el área práctica, y el 44,7% la calificó como muy frecuente, afectando a la salud mental del 52%. Entre las consecuencias destaca la ansiedad con el 46,5%. Además, el 86,1% admitió desmotivación para asistir al área práctica, siendo la presión académica la causa principal con 34,6%. Esta desmotivación tuvo un impacto en la salud mental del 65,4%, destacándose la ansiedad con el 39,2%.

Tabla 10. Distribución de factores de riesgo según experiencia de violencia.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Experiencia de violencia		
Sí	65	11,5
No	498	88,5
Tipo de violencia		
Psicológica	44	67,7
Física	15	23,1
Sexual	6	9,2
Lugar donde ocurrió		
Universidad	13	20
Hogar	35	53,8
Colegio	8	12,3
Otros	9	13,8
Frecuencia		
Muy frecuente	16	24,6
Poco frecuente	24	36,9
Por una ocasión	25	38,5

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

La tabla muestra que el 11.5% de los participantes ha experimentado algún tipo de violencia, siendo la psicológica la más frecuente con un 70.8%. El hogar fue identificado como el lugar predominante, con un 53.8%, y de estos, el 38.5% indicó haber sufrido la violencia en una sola ocasión.

Tabla 11. Distribución de factores de riesgo según patrones de consumo de sustancias.

Variables	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
Consumo de drogas legales o ilegales		
Sí	33	5,9
No	530	94,1
Tipo de sustancia		
Alcohol	18	54,5
Marihuana	7	21,2
Tabaco	6	18,2
Otras drogas	2	6,1
Frecuencia de consumo		
Diario	7	21,2
Semanal	9	27,3
Mensual	17	51,5
Tiempo de consumo		
Menos de 1 año	4	12,1
De 1 a 5 años	18	54,5
Más de 5 años	11	33,3
Gasto en consumo		
Menos 10 dólares	16	48,5
Entre 10 y 50 dólares	13	39,4
Más de 50 dólares	4	12,1
Limitación en el desarrollo de actividades académicas		
Sí	8	24,2
No	25	75,8
Actividades limitadas		
Funciones mentales	5	62,5
Estudio de materia	3	37,5
Consumo de sustancias por sobrecarga académica		
Sí	24	4,3
No	539	95,7
Número de ocasiones		
Menos 3 ocasiones	9	37,5
De 3 a 6 ocasiones	7	29,2
Más de 6 ocasiones	8	33,3

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra que el 5,9% consume drogas siendo el alcohol la sustancia más frecuente, la mayoría de los participantes 51,5% consume mensualmente, y el 54,5% lleva entre 1 y 5 años consumiendo. Respecto a las limitaciones en el desarrollo de sus actividades académicas el 23,2% indicó experimentarlas en las funciones mentales. Además, el 4,3% indicó que optó por estas sustancias debido a la sobrecarga académica y 37,5% consumió en menos de tres ocasiones.

Tabla 12. Distribución de los estudiantes de Medicina según el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).

GHQ-12	Frecuencia N=563	Porcentaje 100%
INTERPRETACIÓN GHQ-12		
Sin riesgo de trastorno mental	325	57,7
Riesgo de trastorno mental	238	42,3

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

Un total de 563 estudiantes de la carrera de Medicina participaron en esta investigación. Según los resultados del GHQ-12, el 57.7% de los participantes no presenta riesgo de trastorno mental, mientras que el 42.3% se encuentra en riesgo de desarrollar algún tipo de trastorno mental. Estos resultados reflejan una proporción significativa de estudiantes con vulnerabilidad en su salud mental.

5.3 Análisis del Cuestionario de Salud General (GHQ-12) asociado a las variables sociodemográficas y los factores de riesgo.

Tabla 13. Relación de las variables sociodemográficas (aspectos académicos y factores de influencia para elección y continuación de la carrera universitaria) con el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).

INTERPRETACIÓN GHQ – 12				
Variables	Sin riesgo de trastorno mental	Riesgo de trastorno mental	Total	Chi Cuadrado Valor p
Ciclo universitario				
Tercer ciclo	126	78	204	27,740a
Quinto ciclo	82	66	148	<0,001
Sexto ciclo	8	30	38	
Séptimo ciclo	35	29	64	
Octavo ciclo	39	19	58	
Noveno ciclo	17	9	26	
Internado	18	7	25	
Horas académicas semanales teóricas y prácticas				
Menos de 5	1	0	1	9,330a
De 5 a 10	22	34	56	0,009
Más de 10	302	204	506	
Elección libre de la carrera Universitaria				
Sí	319	222	541	8,701a
No	6	16	22	0,003
Influencia externa para continuar la carrera				
Sí	82	100	182	17,696a
No	243	138	381	<,001

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra que varias variables están asociadas con el riesgo de trastorno mental según el cuestionario GHQ-12. El ciclo universitario ($p = <0,001$) revela que los estudiantes del tercer ciclo tienen el mayor número de casos sin riesgo, aunque también representan un grupo considerable. En cambio, en el sexto ciclo y el internado, la proporción de participantes en riesgo es más alta. Respecto a las horas semanales ($p = 0.009$), los estudiantes que dedican más de 10 horas presentan la mayor cantidad de casos tanto sin riesgo como en riesgo. La elección libre de la carrera ($p = 0.003$) siendo mayor en los estudiantes que no la eligieron libremente. Finalmente, la influencia externa para continuar la carrera ($p = <,001$) está significativamente relacionada con el riesgo, siendo más alta en aquellos que la recibieron.

Tabla 14. Relación de los factores de riesgo (estrés académico y salud mental, área práctica) con el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).

Variables	INTERPRETACIÓN GHQ – 12			
	Sin riesgo de trastorno mental	Riesgo de trastorno mental	Total	Chi Cuadrado Valor p
Sentimiento de insuficiencia por carga académica				
Sí	160	188	348	51,551a
No	165	50	215	<,001
Salud mental afectada por docentes				
Sí	99	109	208	13,872a
No	226	129	355	<,001
Salud mental afectada por compañeros				
Sí	26	33	59	5,039a
No	299	205	504	0,025
Sobrecarga de trabajo en el área de práctica				
Sí	67	85	152	15,892a
No	258	153	411	<,001
Consecuencias en tu salud mental debido a la sobrecarga de trabajo en el área de práctica				
Sí	27	52	79	6,543a
No	40	33	73	0,011
Desmotivación para acudir al área de practica por el maltrato del personal, de docentes, pacientes y/o familiares				
Sí	29	49	78	15,664a
No	296	189	485	<,001
Sentimiento de abrumación por ingreso al mundo laboral o las altas expectativas por el futuro				
Sí	116	142	258	31,801a
No	209	96	305	<,001

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra que diversas variables, como la insuficiencia por la carga académica ($p < ,001$), la afectación de la salud por docentes ($p = < ,001$) y compañeros ($p = 0.025$), la sobrecarga en el área de práctica ($p = < ,001$) destacan como contribuyentes al riesgo de trastorno mental. Asimismo, consecuencias como la desmotivación debido al maltrato ($p = < ,001$) y el sentimiento de abrumación frente al futuro laboral ($p = < ,001$) están significativamente relacionadas con el riesgo de trastornos mentales según el cuestionario GHQ-12.

Tabla 15. Relación de las variables sociodemográficas (trabajo) y los factores de riesgo (experiencias digitales, problemas de salud mental, violencia, patrones de consumo de sustancias) con el Cuestionario de Salud General (GHQ-12).

Variables	INTERPRETACIÓN GHQ –12			Chi Cuadrado Valor p
	Sin riesgo de trastorno mental	Riesgo de trastorno mental	Total	
Ingresos totales del hogar				
Menos del salario básico	54	64	118	11,143a
Igual al salario básico	115	87	202	0,004
Mayor al salario básico	156	87	243	
Problemas de salud mental				
Sí	59	89	148	26,249a
No	266	149	415	<,001
Acoso y/o amenaza por medios digitales				
Sí	11	26	37	12,720a
No	314	212	526	<,001
Experiencia de violencia				
Sí	27	38	65	7,891a
No	298	200	498	0,005
Frecuencia de consumo de drogas legales o ilegales				
Diario	2	5	7	6,834a
Semanal	3	6	9	0,033
Mensual	13	4	17	
Gasto en consumo de drogas legales o ilegales				
Menos 10 dólares	12	4	16	7,869a
Entre 10 y 50 dólares	6	7	13	0,02
Más de 50 dólares	0	4	4	
Actividades limitadas debido al consumo de drogas legales o ilegales				
Funciones mentales	0	5	5	4,444a
Estudio de materia	2	1	3	0,035

Fuente: Base de datos

Elaboración: Autoras

UCUENCA

La tabla muestra qué factores como ingresos económicos ($p = 0.004$), los antecedentes de salud mental ($p = <,001$), acoso digital ($p = <,001$), violencia ($p = 0.005$) y el consumo de drogas legales o ilegales, ya sea por frecuencia ($p = 0.033$) o gasto asociado ($p = 0.02$), están significativamente relacionados con un mayor riesgo de trastornos mentales según el cuestionario GHQ-12.

Capítulo VII**Discusión**

En este apartado se busca contrastar las ideas de nuestra investigación con otras investigaciones realizadas a nivel internacional y nacional. El estudio de Micin y Bagladi realizado en el año de 2011 identificó una alta prevalencia de trastornos en estudiantes universitarios, destacando los trastornos adaptativos con 48,3%, trastornos del estado de ánimo con un 22,8% y los trastornos ansiosos con un 20,9% como los más comunes. Comparativamente, en nuestro estudio, aunque los trastornos específicos no se desglosan de la misma manera, el 26,3% de los estudiantes reportó problemas de salud mental, con ansiedad 56,8% y la depresión 41,2% como principales manifestaciones (33). Esto sugiere una mayor prevalencia de ansiedad y depresión en nuestra población.

Por su parte, Gallagher en el año de 2014 identificó un 15,8% de estudiantes universitarios en Estados Unidos sufrían trastornos de ansiedad y un 13,1% trastornos depresivos reflejando cifras más bajas que las observadas en nuestra investigación, donde la ansiedad y depresión fueron reportadas por el 56,8% y el 41,2%, respectivamente (9). Esto podría estar relacionado con las diferencias culturales y académicas.

En Francia, un estudio señaló que el 73% de los estudiantes experimentó síntomas de ansiedad y un 80% síntomas de depresión siendo significativamente mayores que los observados en nuestra muestra. Aunque los niveles de ansiedad 56,8% y depresión con un 41,2% en nuestra población son muy alto, las cifras en este estudio son aún mayores. Sin embargo, la alta prevalencia de sintomatología en ambas poblaciones destaca la necesidad de intervenciones. En nuestro estudio el 42,3% está en riesgo de trastornos mentales según el GHQ-12 (9).

En nuestra investigación el 26,3% reportó problemas de salud mental, y el 5,9% indicó consumo de drogas legales e ilegales. Comparativamente en Australia, se observó que el 30% de los estudiantes cumple con criterios clínicos de depresión, ansiedad, trastornos alimentarios y consumo de alcohol. De esta manera, aunque los problemas de salud mental son comparables en términos de ansiedad y la depresión, los problemas relacionados con el consumo de sustancias son menos prevalentes en nuestra población (18).

UCUENCA

El estudio de García, Sánchez y Luque identificó que varios factores como ser estudiante foráneo, irregular y provenir de una escuela pública se encuentran asociados con mayor riesgo de ansiedad, depresión e ideas paranoides. En nuestro estudio, se observaron asociaciones significativas entre el riesgo de trastornos mentales y factores como la sobrecarga académica y la influencia externa para continuar en la carrera. Ambos estudios coinciden en destacar el impacto del estrés académico y de factores externos en la salud mental de los estudiantes (19).

En el estudio de Moreta se señaló que la disfunción social y la somatización son los indicadores más frecuentes de problemas de salud mental en estudiantes ecuatorianos, seguidos por síntomas de ansiedad. En contraste, en nuestro estudio, la ansiedad con un 56,8% y la depresión 41,2% fueron las manifestaciones más prevalentes. Aunque ambos estudios resaltan la ansiedad como un problema predominante, nuestro estudio enfatiza también la alta prevalencia de depresión, lo que amplía la comprensión de los problemas de salud mental en estudiantes de medicina (20).

En Ecuador se ha reportado una sintomatología subclínica significativa entre los estudiantes universitarios, aunque no se especifican cifras exactas ni factores de riesgo asociados. En cambio, en nuestro estudio el 42,3% de los estudiantes se encuentra en riesgo de desarrollar trastornos mentales, siendo la ansiedad y la depresión los problemas más comunes (18).

El estudio de Luis Aguilar Sandoval sobre los estudiantes de primer ingreso a la carrera de medicina en México identificó una prevalencia de 59% de al menos una psicopatología, siendo la depresión con un 46% y la ansiedad con un 44% de las más comunes. En comparación, en nuestro estudio se observó que el 42,3% de los estudiantes de medicina evaluados está en riesgo de desarrollar un trastorno mental según el GHQ-12 con la ansiedad con un 56,8% y la depresión con un 41,2% como manifestaciones principales indicando una mayor prevalencia de ansiedad en nuestra población, mientras que la depresión presenta cifras similares (105).

En nuestro estudio, se observó que el 36,9% de los estudiantes indicó afectaciones en la salud mental relacionadas con el comportamiento de los docentes, y un 10,5% señaló que sus compañeros han influido de manera negativa, principalmente a través de exclusión o discriminación. En similitud, el estudio de Silver reveló que el 46,4% de los estudiantes de medicina reportaron haber sufrido abuso durante su formación, mientras que el 80,6% de los

UCUENCA

estudiantes mayores afirmó haber experimentado abuso en su último año, ambos estudios resaltan el impacto significativo del abuso y maltrato en el bienestar de los estudiantes, siendo estas experiencias sumadas al estrés académico lo que perjudica a los problemas de salud mental en esta población (74).

En nuestro estudio los resultados arrojaron que el 96.1% de los estudiantes indicaron que eligieron libremente su carrera universitaria, lo que se correlaciona con una menor prevalencia de síntomas depresivos debido a que el 3,9% que no elige su carrera libremente presenta mayor riesgo de trastorno mental. En contraste, un estudio realizado en la Facultad de Medicina de la universidad de Antioquia sobre la prevalencia de sintomatología depresiva y ansiedad, indica que un 12.2% de los estudiantes con depresión no están satisfechos con su carrera, lo que refuerza la importancia de la elección libre de la carrera como factor protector, además que está asociada con una mayor satisfacción académica (98).

En el presente estudio el 11, 5% de los estudiantes ha sufrido una experiencia de violencia que se destaca como factor importante de riesgo de trastorno mental, de manera similar un estudio realizado por Muñoz Albarracín M, Mayorga Muñoz C, Jiménez Figueroa A. acerca de la relación entre salud mental, autoestima y satisfacción vital en estudiantes de una universidad del sur de Chile, indica que factores como la exposición a la violencia incrementa el riesgo de desarrollar afecciones como la ansiedad, la depresión y el estrés postraumático (44).

En el estudio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM), el 94% de los estudiantes reportaron niveles elevados de estrés, mientras que en nuestro estudio señala que el 61.8% de los participantes experimentaron una sensación de insuficiencia académica derivada de la sobrecarga de trabajo. Ambos identifican al estrés como un elemento central de la experiencia académica, relacionado principalmente con las altas demandas de la carrera. En cuanto a la violencia, el estudio de la UNMSM señala que el 95.5% de los estudiantes percibieron algún tipo de violencia, siendo las formas más comunes la agresión verbal, la exclusión social y el maltrato entre iguales. En contraste, nuestro estudio señala que el 11.5% de los estudiantes experimentaron violencia, predominando la psicológica y ocurriendo principalmente en el hogar (74).

En el presente estudio se reportó que el 36,9% de los estudiantes ha presentado consecuencias en su salud mental debido al proceder de algún docente, siendo la Salud

UCUENCA

mental afectada por docentes una variable que tiene una asociación estadísticamente significativa con el riesgo de trastorno mental en el cuestionario GHQ-12, lo que coincide con el estudio realizado por Bastías Vega N, Pérez Villalobos C, et al en pregrado de la carrera de Medicina que señala que el trato y las exigencias de los docentes influyen significativamente en la salud mental de los estudiantes de medicina, a menudo a través de maltrato académico y social, como evaluaciones injustas, estigmatización y humillación. Este maltrato puede generar estrés, afectar la autoestima, y llevar a síntomas de estrés postraumático (76).

Por otro lado, en el presente estudio, el 10,5% de los estudiantes señaló que su salud mental se ha visto afectada por la interacción con sus compañeros. Esta variable mostró una relación estadísticamente significativa con el riesgo de trastornos de salud mental, según el cuestionario GHQ-12. Estos hallazgos coinciden con los de Silver, quien descubrió que el 46,4% de los estudiantes de medicina reportaron haber sufrido abuso durante su formación académica, y un 80,6% de los estudiantes de cursos avanzados informaron haber experimentado abusos en el año anterior. Además, se observó que, en los últimos años de la carrera, los estudiantes de medicina reportaron comportamientos violentos tanto entre ellos como con los docentes. Estas situaciones de abuso contribuyen a un aumento del estrés en los estudiantes, sumándose al elevado nivel de estrés ya provocado por los factores emocionales y las exigentes demandas académicas de los programas de formación médica (74).

El estudio realizado por Matamoros en estudiantes de Medicina Humana de una universidad pública de Lima en 2023 revela una alta incidencia de síntomas ansiosos y depresivos, así como de estrés académico. Estas condiciones han provocado respuestas de adaptación inadecuadas, como el consumo de alcohol, drogas y comportamientos violentos. La ansiedad y la depresión dificultan la concentración y la retención de conocimientos, mientras que el estrés genera sentimientos de abrumo y desmotivación, afectando negativamente la salud mental de los estudiantes (70). De manera similar, el presente estudio indica que el 5,9% de los estudiantes consume sustancias ilegales o legales, lo que representa un porcentaje bajo, pero con una asociación estadísticamente significativa con el riesgo de trastornos mentales, según el cuestionario GHQ 12.

En el presente estudio se halló una relación estadísticamente significativa entre el ciclo universitario y el riesgo de trastornos mentales, según el cuestionario GHQ 12. Este resultado

UCUENCA

coincide con los hallazgos de la investigación realizada en 2018 por Lemos et al. en una universidad colombiana, la cual indicó que los estudiantes que se encontraban en ciclos básicos, sin participación en actividades extracurriculares y con una tendencia hacia el afrontamiento pasivo del estrés, eran más propensos a experimentar alteraciones emocionales (47).

Un estudio realizado por Orrego, S.T., Morales, H.I. y Medina señala que el programa de medicina es extremadamente exigente, ya que requiere una integración rigurosa entre la teoría y la práctica clínica. Los estudiantes de medicina suelen enfrentar niveles elevados de estrés durante sus prácticas clínicas, debido a la carga de responsabilidad que conlleva el trato con pacientes reales. Este estrés puede afectar negativamente su bienestar físico y mental, lo que, a su vez, puede deteriorar su rendimiento académico y profesional (88). De manera similar, el presente estudio encontró una asociación estadísticamente significativa entre la sobrecarga de trabajo en el área práctica y el riesgo de trastornos mentales, según el cuestionario GHQ 12.

De acuerdo a todo lo expuesto se evidencia una interacción entre las variables sociodemográficas, los factores de riesgo y la salud mental de los estudiantes de Medicina. Comparando con estudios tanto a nivel nacional como internacional, se observa que el riesgo de trastornos mentales en esta población es significativamente alto, lo que indica la importancia de promover la Salud Mental en el ámbito académico. Además como factores determinantes en el bienestar mental de los estudiantes se destacan el estrés académico, la influencia de los docentes y compañeros, las experiencias de violencia y la sobrecarga en el área práctica. Además, el consumo de sustancias en la población de estudio no es tan elevado en comparación con otros estudios, pero sigue constituyendo un factor de riesgo importante debido a su impacto en la salud mental.

Por lo tanto, los resultados de esta investigación refuerzan la necesidad de un enfoque integral en las instituciones de educación superior, promoviendo un ambiente académico más saludable, con mecanismos efectivos para la gestión del estrés y el bienestar emocional. La identificación temprana de riesgos y el fortalecimiento de redes de apoyo serán claves para mejorar la calidad de vida de los futuros profesionales de la salud.

Capítulo VIII

Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

En la presente investigación luego de haber generado el análisis de resultados se puede concluir:

- La población de estudio fue conformada principalmente por estudiantes de entre 21 y 25 años, con un predominio de mujeres. Además, la mayoría de los estudiantes son solteros y se identifican como heterosexuales. En cuanto al origen, la mayor parte proviene y reside en la provincia del Azuay lo que indica que no han tenido un cambio significativo en su entorno al ingresar en la universidad. Se evidenció también que la mayoría no trabaja y algunos dependen de una ayuda económica para su sostenimiento.
- Entre los factores de riesgo identificados, el estrés académico constituye un importante factor con un alto porcentaje de estudiantes que experimentan sensación de insuficiencia debido a la carga académica. Así mismo, la influencia negativa de los docentes y pares tienen una influencia significativa en la Salud Mental. En los aspectos del área práctica, se observó que un porcentaje de estudiantes han sido víctimas de maltrato, lo que repercute en el deterioro de su salud mental. Además se identificó experiencias de violencia en diversos contextos, uso excesivo de internet y la falta de actividad física, como factores que afectan la estabilidad psicológica.
- Se identificó una relación significativa ($p < 0,005$) entre las variables sociodemográficas, los factores de riesgo y el cuestionario GHQ-12. Los aspectos académicos como el estrés debido a la carga académica y la influencia en la elección y continuidad de la carrera, se relacionan con el riesgo de desarrollar trastornos mentales. También se encontró relación entre el trabajo, las experiencias digitales, los problemas de salud mental, antecedentes de violencia y consumo de sustancias presentaron mayor vulnerabilidad a sufrir alteraciones en su salud mental, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias de apoyo y prevención dentro del entorno universitario.

Recomendaciones

- Las instituciones educativas deben implementar programas preventivos enfocados en reducir el estrés académico, promoviendo el equilibrio entre la carga académica y el bienestar emocional de los estudiantes. Estos programas deben incluir talleres sobre manejo del estrés, habilidades de afrontamiento y estrategias de organización del tiempo. Además, es fundamental fomentar un sistema de tutorías y mentorías que brinden apoyo emocional y académico, ayudando a los estudiantes a enfrentar los desafíos de manera efectiva y promoviendo su bienestar integral.
- Es fundamental capacitar a los docentes para crear un ambiente de aprendizaje inclusivo y respetuoso. Esto incluye promover prácticas de enseñanza que minimicen el estrés innecesario y fomenten un trato igualitario hacia todos los estudiantes.
- Promover campañas para la adopción de estilos de vida saludables que incluyan una dieta equilibrada, actividad física regular, técnicas de relajación y horarios de sueño adecuados. Estas prácticas no solo mejoran la salud mental, sino que también contribuyen al rendimiento académico.
- Es necesario implementar sistemas de monitoreo que permitan evaluar periódicamente el estado de salud mental de los estudiantes, así como la efectividad de las intervenciones implementadas. Esto garantizará que las estrategias sean ajustadas según las necesidades emergentes.
- Se debe garantizar que los estudiantes tengan acceso a servicios de salud mental gratuitos dentro de las universidades. Esto incluye la presencia de psicólogos dentro de los servicios de Bienestar Estudiantil para los casos donde los estudiantes presenten estrés, ansiedad y depresión debido a la carga académica.

Referencias

1. OPS/OMS. Salud Mental: fortalecer nuestra respuesta [Internet]. [citado 23 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. OPS/OMS. "No hay salud sin Salud Mental" - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. 2020 [citado 16 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental>
3. Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. *Acad Med.* abril de 2006;81(4):354-73.
4. Flórez ES, Castro CEA, Pinzón DQ, Peláez AV, Cardona AS, Cardona LSG. Salud Mental en estudiantes de medicina: un reto más allá del estrés académico. *Psicología desde el Caribe [Internet]*. 9 de marzo de 2024 [citado 19 de marzo de 2024];41(1). Disponible en: <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/15802>.
5. OPS/OMS. Salud Mental [Internet]. [citado 23 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/health-topics/mental-health>
6. Vergara-Darré MV. Trastornos mentales y bajos niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista científica ciencias de la salud.* 2023;5:14.
7. Martínez P, Jiménez-Molina Á, Mac-Ginty S, Martínez V, Rojas G, Martínez P, et al. Salud Mental en estudiantes de educación superior en Chile: una revisión de alcance con meta-análisis. *Terapia psicológica.* diciembre de 2021;39(3):405-26.
8. Maza Ramon EL, Cabrera MSC. Nivel de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería de la universidad nacional de Loja. *Enferm investig.* 3 de julio de 2023;8(3):11-6.
9. Cuamba Osorio N, Zazueta Sánchez NA, Cuamba Osorio N, Zazueta Sánchez NA. Salud Mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex.* diciembre de 2020;10(2):71-94.
10. Cruzado L. La Salud Mental de los estudiantes de Medicina. *Medical students' mental health. Revista de neuro-psiquiatría.* 1 de junio de 2016;79:73-5.
11. Castillo Cabrera ME, Coronel Espinoza LF. Estrés académico y su asociación con Salud Mental en estudiantes de medicina de la universidad de cuenca, 2018 [Internet]

- [bachelorThesis]. 2018 [citado 21 de marzo de 2024]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31344>
12. Idrugo Jave HA, Sánchez Cabrejos WM, Idrugo Jave HA, Sánchez Cabrejos WM. Salud Mental en estudiantes de medicina. *Investigación en educación médica*. marzo de 2020;9(33):107-107.
 13. Regalado Chamorro M, Baltazar Ayquipa H, Pineda Florián F, Medina Gamero A. La Salud Mental en los jóvenes universitarios: un desafío para las instituciones. *Aten Primaria Prac [Internet]*. 1 de octubre de 2023 [citado 21 de marzo de 2024];5(4). Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-practica-24-articulo-la-salud-mental-jovenes-universitarios-S2605073023000160>
 14. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Líneas de Investigación – INSPI-INSPI [Internet]. [citado 25 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.investigacionsalud.gob.ec/lineas-de-investigacion/>
 15. Comisión de Investigación de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca. Líneas de Investigación 2020-2025. [Internet]. Disponible en: file:///C:/Users/ASUS%20INTEL%20I3%2011VA/Downloads/RESUMEN_LINEAS%20DE%20INVESTIGACION%202020%202025-1.pdf
 16. Robles NEC, Bravo LMR, Riva MEML, Suyo -Vega JA. Salud Mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2020;39(6):689-95.
 17. Jave HAI, Cabrejos WMS. Salud Mental en estudiantes de medicina. *Investigación en Educación Médica*. 2020;9(33):107.
 18. Moreta-Herrera R, Zambrano-Estrella J, Sánchez-Vélez H, Naranjo-Vaca S. Salud Mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos¹. *Pensamiento Psicológico [Internet]*. 2021 [citado 16 de abril de 2024];19(1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/801/80165629004/html/>
 19. Maldonado GG, Márquez WS, Ramos AL, Zúñiga KAH. Análisis predictivo y multidimensional de la Salud Mental en estudiantes de medicina. *Investigación en educación médica*. 2021;10(40):9-18.
 20. Vol. 3 Núm. 1 (2021): *Revista Tejidos Sociales | Tejidos Sociales*. [citado 16 de abril de 2024]; Disponible en: <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/tejsociales/issue/view/252>
 21. Auerbach RP, Mortier P, Bruffaerts R, Alonso J, Benjet C, Cuijpers P, et al. Mental disorder comorbidity and suicidal thoughts and behaviors in the World Health

- Organization World Mental Health Surveys International College Student initiative. International Journal of Methods in Psychiatric Research. 18 de noviembre de 2018;28(2):e1752.
22. Patiño Torres JF. Salud mental y subjetividad: Pensando el mundo universitario pospandemia. En: Reimaginar el futuro pospandemia, 2020, ISBN 978-958-5147-09-6, págs 68-82 [Internet]. Universidad Santiago de Cali; 2020 [citado 6 de noviembre de 2024]. p. 68-82. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7644813>
 23. Karyotaki E, Cuijpers P, Albor Y, Alonso J, Auerbach RP, Bantjes J, et al. Sources of Stress and Their Associations With Mental Disorders Among College Students: Results of the World Health Organization World Mental Health Surveys International College Student Initiative. Frontiers in Psychology. 30 de julio de 2020;11:1759.
 24. OPS/OMS. La salud de los adolescentes y los adultos jóvenes [Internet]. [citado 6 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
 25. Lluch MT. Evaluación empírica de un modelo conceptual de salud mental positiva. Salud Mental. 2002;25(4):42-55.
 26. Ramírez M de la CG, Rodríguez RFP, Bécquer RM. Salud mental en la infancia y adolescencia durante la pandemia de COVID-19. Revista Cubana de Pediatría [Internet]. 18 de enero de 2021 [citado 6 de noviembre de 2024];92(0). Disponible en: <https://revpediatria.sld.cu/index.php/ped/article/view/1342>
 27. Nuñez Tavera FN, Ramírez Mendoza CR. Relación de la Salud Mental positiva y el autocuidado de los estudiantes del X semestre de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María, Arequipa 2020. 7 de abril de 2021 [citado 16 de abril de 2024]; Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/10620>
 28. González-Urbieta I, Almirón M, Torales J. ¿Estamos haciendo lo suficiente para abordar los problemas de autoestima en los estudiantes de medicina y de otras ciencias de la salud? Medicina Clínica y Social. 16 de mayo de 2019;3(1):2-3.
 29. Sosa GKT, Véliz GYM, Alcívar MFS, Jalca JEC. Epidemiología de los problemas mentales: Factores de Riesgo y Causas en Habitantes de Latinoamérica. Revista Científica Higía de la Salud [Internet]. 28 de diciembre de 2022 [citado 25 de abril de 2024];7(2). Disponible en: <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/752>

30. Mena-Freire M, Ruíz-Olarte A, Moreta-Herrera R. Bienestar Subjetivo y Salud Mental en universitarios del Ecuador: análisis de relaciones latentes con SEM. *Actualidades en Psicología*. diciembre de 2023;37(135):55-68.
31. Sarmiento Morales AC, Vivar Guamán TE. Salud mental de los adolescentes de Nabón durante la pandemia [Internet] [bachelorThesis]. Universidad del Azuay; 2022 [citado 6 de noviembre de 2024]. Disponible en: <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/12492>
32. Mjøsund N. A Salutogenic Mental Health Model: Flourishing as a Metaphor for Good Mental Health. En 2021. p. 47-59.
33. Micin S, Bagladi V. Mental Health in University Students: Incidence of Psychopathology and Suicidal Behavior Data in The Student Health Service Users. *Terapia psicológica*. julio de 2011;29(1):53-64.
34. Robles NEC, Riva L, Vallejo UC, Perú L. *Universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática*. 2020
35. Sosa FEM. Universidad Autónoma De Madrid Facultad De Medicina Departamento De Psiquiatría Doctorado De Patología Existencial E Intervención En Crisis. 2010;
36. Morales CF, Pérez VB, León SO, Medrano AJ, Aguilar MEU, Guevara-Guzmán R. Síntomas depresivos y rendimiento escolar en estudiantes de Medicina. 2013;36(1).
37. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LRPP*. 23 de diciembre de 2021;27(2):e482.
38. Silva-Ramos MF, López-Cocotle JJ, Meza-Zamora MEC. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*. 2020;28(79):75-83.
39. Guamán Ramírez SL, Chiriapa Solano EA. Influencia de los factores de riesgo psicosociales en la salud mental. Cooperativa San José Limitada. Bolívar, 2021 [Internet] [bachelorThesis]. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo; 2022 [citado 6 de noviembre de 2024]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/8579>
40. Cataño JA. *La Salud Mental, Un Factor que repercute en el Desarrollo de los niños y niñas*.
41. Mis genes: ¿Qué me pueden decir sobre mi salud mental? - National Institute of Mental Health (NIMH) [Internet]. [citado 6 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/mis-genes-que-me-pueden-decir-sobre-mi-salud-mental>

42. Moreno SEU, López AGS, Enriquez MBP. La función epigenética en la salud mental y las enfermedades neurodegenerativas. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas* [Internet]. 17 de julio de 2023 [citado 6 de noviembre de 2024];42(2). Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/2951>
43. Zapana Aroquipa RR. Salud mental asociado al promedio académico de estudiantes universitarios de la carrera de Medicina Humana de la Universidad Privada de Tacna en el semestre I 2023. *Repositorio Institucional - UPT* [Internet]. 3 de agosto de 2023 [citado 6 de noviembre de 2024]; Disponible en: <http://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2981>
44. Almanza-Avenida AM, Luis AHGS, Gurrola-Peña GM. Victimización, resiliencia y salud mental de estudiantes de universidad en Tamaulipas, México*. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 2018;16(1):345-60.
45. Allande Cussó R, García Iglesias JJ, Fagundo Rivera J, Navarro Abal Y, Climent Rodríguez JA, Gómez Salgado J. Salud mental y trastornos mentales en los lugares de trabajo. *Revista española de salud pública*. 2022;(96):27.
46. Castro Colque SM. Factores asociados al consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes de medicina humana. *Repositorio Institucional - UCV* [Internet]. 2023 [citado 30 de diciembre de 2024]; Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/131814>
47. García Maldonado G, Sánchez Márquez W, Luque Ramos A, Herbert Zúñiga KA, García Maldonado G, Sánchez Márquez W, et al. Análisis predictivo y multidimensional de la salud mental en estudiantes de medicina. *Investigación en educación médica*. diciembre de 2021;10(40):9-18.
48. Rivera Chávez KM, Torres Zuloaga GT, Rivera Chávez KM, Torres Zuloaga GT. Salud Mental en estudiantes de Odontología durante la pandemia de COVID-19. *Revista Estomatológica Herediana*. enero de 2021;31(1):68-9.
49. Mandiola MI, Arancibia M, Elton V, Madrid E, Meza N, Stojanova J, et al. [Perfectionism, academic stress and social anxiety in female medical students and the risk for eating disorders]. *Rev Med Chil*. agosto de 2022;150(8):1046-53.
50. Sampogna G, Lovisi GM, Zinno F, Del Vecchio V, Luciano M, Gonçalves Loureiro Sol É, et al. Mental Health Disturbances and Related Problems in Italian University Medical Students from 2000 to 2020: An Integrative Review of Qualitative and Quantitative Studies. *Medicina*. enero de 2021;57(1):11.

51. Figueroa, Diez. Tema 2. Factores de riesgo de trastornos psiquiátricos en niños y adolescentes [Internet]. I Curso de psiquiatría del niño y del adolescente para pediatras. 2020 [citado 25 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.cursopsiquiatriasema.com/tema-2-factores-de-riesgo-de-trastornos-psiquiatricos-en-ninos-y-adolescentes/>
52. Tafani R, Chiesa G, Caminati R, Gaspio N. Factores de riesgo y determinantes de la salud. *Revista de Salud Pública*. 2013;17(3):53-68.
53. Huckins JF, daSilva AW, Wang W, Hedlund E, Rogers C, Nepal SK, et al. Mental Health and Behavior of College Students During the Early Phases of the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Smartphone and Ecological Momentary Assessment Study. *Journal of Medical Internet Research*. 17 de junio de 2020;22(6):e20185.
54. Rossi JL, Jiménez JP, Barros P, Assar R, Jaramillo K, Herrera L, et al. Depressive symptomatology and psychological well-being among Chilean university students. *Revista médica de Chile*. mayo de 2019;147(5):579-88.
55. Garcés Chicaiza EE. Factores Psicosociales y Salud Mental en Estudiantes Universitarios. septiembre de 2023 [citado 6 de noviembre de 2024]; Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/39510>
56. Sahrão F, Kienen N. Adaptação E Saúde Mental Do Estudante Universitário: Revisão Sistemática Da Literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*. 1 de enero de 2021;25.
57. Alarcón RD. La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*. 2019;30(4):219-21.
58. Sussman S, Arnett JJ. Emerging Adulthood: Developmental Period Facilitative of the Addictions. *Eval Health Prof*. junio de 2014;37(2):147-55.
59. Karyotaki E, Cuijpers P, Albor Y, Alonso J, Auerbach RP, Bantjes J, et al. Sources of Stress and Their Associations With Mental Disorders Among College Students: Results of the World Health Organization World Mental Health Surveys International College Student Initiative. *Frontiers in Psychology*. 30 de julio de 2020;11:1759.
60. Rodas JAG, Vélez LPM, Isaza BET, Zapata MAB, Restrepo ER, Quintero LES. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. 2010;
61. Espinosa-Castro JF, Hernández-Lalinde J, Rodríguez JE, Chacín M, Bermúdez-Pirela V. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2020;39(1):63-9.

62. Cova Solar F, Alvial S W, Aro D M, Bonifetti D A, Hernández M, Rodríguez C. Problemas de Salud Mental en Estudiantes de la Universidad de Concepción. *Terapia psicológica*. diciembre de 2007;25(2):105-12.
63. Araoz EGE, Farfán-Latorre M, Lavilla-Condori WG, Quispe-Aquise J, Lavilla-Condori ML, Mamani-Roque M. Estrés académico y cansancio emocional en estudiantes universitarios: Un estudio transversal. *Gaceta Médica de Caracas* [Internet]. 9 de marzo de 2024 [citado 7 de noviembre de 2024];132(1). Disponible en: http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/27976
64. Hernández-Yépez PJ, Contreras-Carmona PJ, Inga-Berrosipi F, Basurto Ayala P, Valladares-Garrido MJ, Hernández-Yépez PJ, et al. Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina. *Revista Cubana de Medicina Militar* [Internet]. marzo de 2022 [citado 7 de noviembre de 2024];51(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S013865572022000100006&lng=es&nrm=iso&tIng=es
65. Muñoz Donoso D, Soto Sánchez JP, Leyton B, Carrasco H, Valdés Cabezas E. Nivel de actividad física y estrés académico percibido por estudiantes universitarios del área de salud durante el periodo de exámenes. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. 2023;(49):22-8.
66. Martín Monzón I. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, ISSN 0213-3334, Vol 25, Nº 1, 2007, pags 87-99. 1 de marzo de 2007;25.
67. Elsevier.com [Internet]. [citado 9 de diciembre de 2024]. Estrés en Profesionales de la Salud: Impacto en la Salud. Disponible en: <https://www.elsevier.com/es-es/connect/manejo-del-estres-y-su-afrontamiento-en-pacientes-y-personal-clinico>.
68. Esquerda M, Garcia-Estañ J, Ruiz-Rosales A, Garcia-Abajo JM, Millan J. Relationship between academic climate and burnout in Spanish medical schools. *EDUMED* [Internet]. 1 de noviembre de 2024 [citado 24 de diciembre de 2024];25(6). Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-educacion-medica-71-articulo-relationship-between-academic-climate-burnout-S1575181324000706>
69. Ribeiro LCM, Peixoto MKAV, Weirich CF, Ribeiro JP, Marinho TA. Ações de educação em saúde no combate ao tabagismo: relato de experiência. *Ciência, Cuidado & Saúde*. junio de 2011;10(2):345-52.
70. Matamoros Quispe, Helen. Salud mental y rendimiento académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad pública de Lima, 2023 [Internet]. [citado 7 de

- noviembre de 2024]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/item/7e744828-04ee-4bcd-ae7a-eab2ba2ca8b6>
71. Díaz-Quiquia V, López K. J, De Souza-Arruda J, Díaz C. R, Mejía A. C, Díaz-Quiquia V, et al. Características y factores asociados a trastornos de la esfera mental en estudiantes de medicina de la costa, sierra y selva peruana. *Revista chilena de neuropsiquiatría*. septiembre de 2020;58(3):230-9.
 72. Estrada-Araoz EG, Farfán-Latorre M, Lavilla-Condori WG, Avendaño-Cruz CE, Quispe-Aquise J, Yancachajlla-Quispe LI, et al. Salud mental y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios: Un estudio correlacional. *Gaceta Médica de Caracas* [Internet]. 18 de enero de 2024 [citado 6 de noviembre de 2024];132(S1). Disponible en: http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/27721
 73. Mejia CR, Serrano FT, Hidalgo SR, Avila YC. Factores asociados al maltrato universitario y hospitalario a estudiantes de Medicina de 7 países latinoamericanos. *Educación Médica*. 1 de julio de 2022;23(4):100757.
 74. Amemiya I, Oliveros M, Acosta Z, Martina M, Barrientos A. Violencia y estrés percibido por estudiantes de primer año medicina de una universidad pública, 2016. *Anales de la Facultad de Medicina*. octubre de 2019;80(4):482-7.
 75. Orellana Franco EO, Juanes Giraud BY, Orellana Arévalo O, Orellana Arévalo F, Orellana Franco EO, Juanes Giraud BY, et al. Formación pedagógica de los docentes de la carrera de medicina en Ecuador. *Revista Universidad y Sociedad*. junio de 2020;12(3):176-84.
 76. Bastías-Vega N, Pérez-Villalobos C, Alvarado-Figueroa D, Schilling-Norman MJ, Espinoza-Riffo M, Parra-Ponce P, et al. Maltrato en el pregrado de la carrera de Medicina: percepción de los estudiantes. *Revista médica de Chile*. abril de 2021;149(4):617-25.
 77. Bravo MER, Gil CIC. Violencia de género en el contexto universitario: revisión sistemática. 3 de enero de 2024 [citado 7 de noviembre de 2024]; Disponible en: <http://repositorio.cidecuador.org/jspui/handle/123456789/2936>
 78. Suárez Cadavid E, Lemos M, Ruiz González EP, Krikorian A, Suárez Cadavid E, Lemos M, et al. Relación entre empatía, compasión y burnout en estudiantes de medicina, residentes y profesionales médicos de Medellín. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*. diciembre de 2022;14(3):59-72.

79. Córdoba-Castro E, Rivera-Largacha S. Herramientas para el análisis y la transformación de la educación y cultura médica para la promoción de la Salud Mental en estudiantes de Medicina. *Educación Médica*. 1 de septiembre de 2019;20:148-53.
80. Luna D, Urquiza-Flores DI, Figuerola-Escoto RP, Carreño-Morales C, Meneses-González F, Luna D, et al. Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. Estudio transversal. *Gaceta médica de México*. febrero de 2020;156(1):40-6 1.
81. Lolbé M, Flores M. Salud Mental positiva para el desarrollo humano: Creencias y significados en jóvenes universitarios. 2020;10(20).
82. Armas-Elguera F, Talavera JE, Cárdenas MM, de la Cruz-Vargas JA, Armas-Elguera F, Talavera JE, et al. Trastornos del sueño y ansiedad de estudiantes de Medicina del primer y último año en Lima, Perú. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*. 2021;24(3):133-8.
83. Ponce SRT, Toral CKH, Mera MVV, Gracia NSG, Arroyo HG. Cansancio mental y su repercusión en el desempeño académico. *Ibero-American Journal of Education & Society Research*. 30 de septiembre de 2023;3(2):95-104.
84. Schnaider E del C, López-Sánchez CV, Matus PWV. Relación entre la Actividad Física e Indicadores de Salud Mental. *Acta de investigación psicológica*. 2022;12(2):106-19.
85. Huatuco Ore GA. Relación entre la ansiedad y estilo de vida en estudiantes de medicina humana en una universidad privada de Lima, 2021 [Internet] [Médico cirujano]. [Lima]: Universidad Privada San Juan Bautista; 2023 [citado 7 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/4865>
86. Blanco O. Las prácticas clínicas y la motivación de los estudiantes de medicina. *HUMAN REVIEW International Humanities Review / Revista Internacional de Humanidades*. 12 de diciembre de 2022;11:1-16.
87. Baldera Aquino JE, Alvarado Alva FJ. Ansiedad ante el examen, grado de satisfacción en las prácticas hospitalarias y las estrategias de aprendizaje en el resultado del Examen Nacional de Medicina. *Escuela Profesional de Medicina Humana de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, desde el 2016 hasta el 2018*. Universidad Nacional Hermilio Valdizán [Internet]. 2021 [citado 7 de noviembre de 2024]; Disponible en: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/6378>
88. Zapo S, Huamán H, Valderrama C. Impacto del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. *Hacedor - AIAPÆC*. 28 de septiembre de 2023;7:120-32.

89. Vildoso-Álvarez AL, Hernández-Patiño RI. Salud mental y estudios universitarios. *Revista Médica Herediana*. 2022;33(4):292-3.
90. Pozos-Radillo BE, Preciado-Serrano M de L, Plascencia-Campos AR, Acosta-Fernández M, Velasco M de los ÁA. Estrategias de afrontamiento ante el estrés de estudiantes de medicina de una universidad pública en México. *Investigación en educación médica*. 2022;11(41):18-25.
91. Obregón-Morales B, Montalván-Romero JC, Segama-Fabian E, Dámaso-Mata B, Panduro-Correa V, Arteaga-Livias K. Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educación Médica Superior* [Internet]. junio de 2020 [citado 16 de abril de 2024];34(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S086421412020000200013&lng=es&nrm=iso&tlng=es
92. Paez FBQ. Maestra en Psicología de la salud. [Internet]. [citado 7 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://web.archive.org/web/20221122012513id_/https://repositorioinstitucional.uabc.mx/bitstream/20.500.12930/9599/1/TIJ137845.pdf
93. Lanuque A. Revisión Sistemática del Afrontamiento del Estrés Universitario en Momentos de Presión. *Calidad de Vida y Salud*. 24 de julio de 2020;13(ESPECIAL):130-42.
94. Muñoz-Albarracín M, Mayorga-Muñoz C, Jiménez-Figueroa A. Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile*. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 2023;21(2):72-98.
95. Bonilla RR, Chávez-Flores YV, Noriega CP. Promoción de la salud mental en el ámbito universitario. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. 1 de enero de 2021;3(1):1-9.
96. Souza DC de, Favarin DB, Scorsolini-Comin F. Estratégias grupais para promoção de saúde em universitários. *Educação*. 31 de julio de 2021;e72/ 1-24.
97. Neponuceno H de J, Souza BDM, Neves NMBC. Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. *Rev Bioét*. 26 de septiembre de 2019;27:465-70.
98. Caro Y, Trujillo S, Trujillo N. Prevalencia y factores asociados a sintomatología depresiva y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios del área de la salud. *Psychol*. [Internet]. 2019 [Citado 10 Set 2023]; 13(1): 41-52. Disponible en: <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/3726>
99. Browning MHEM, Larson LR, Sharaievskaya I, Rigolon A, McAnirlin O, Mullenbach L, et al. Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors

- across seven states in the United States. PLOS ONE. 7 de enero de 2021;16(1):e0245327.
100. Riquelme VC, Maureira NC, Navarro CV, Puente CT. Ansiedad al aprendizaje en línea: relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios. 2021;15.
 101. Torres ACC. Efectos de la actividad física sobre la depresión en estudiantes universitarios: revisión sistemática. GADE: Revista Científica. 20 de mayo de 2023;3(2):35-50.
 102. Valenzuela MCS, Gallegos LIF, Baca LRL, López HLM, Rico FJF. Estrés académico en universitarios y la práctica de ejercicio físico-deportivo. Revista Publicando. 14 de enero de 2021;8(28):1-8.
 103. Fouilloux C, Fouilloux-Morales M, Tafoya SA, Petra-Micu I. Asociación entre actividad física y Salud Mental positiva en estudiantes de medicina en México: un estudio transversal. Cuadernos de Psicología del Deporte. 23 de septiembre de 2021;21(3):1-15.
 104. Oliver-Quetglas A, Torres E, March S, Socías IM, Esteva M. Risk factors of depressive syndrome in young adults. Actas Españolas de Psiquiatría. 1 de marzo de 2013;41(2):84-96.
 105. Sandoval LRA, Landeros OG, Cosme JAG, Altamirano AA, Torres MFB. Prevalencia de daños en la salud mental en estudiantes de primer ingreso a la carrera de medicina en una universidad de la ciudad de México. DIVULGARE Boletín Científico de la Escuela Superior de Actopan. 5 de enero de 2023;10(19):20-4.
 106. Buitrago SCC, Marín MN, Mejía PB, Hurtado OLM, Jaimes GIB, Agudelo JMP. Caracterización de las condiciones en Salud Mental de estudiantes de la Universidad de Manizales, Caldas, Colombia. Tesis Psicológica. 2022;17(2):1-21.
 107. Durán-Galdo R, Mamani-Urrutia V. Hábitos alimentarios, actividad física y su asociación con el estrés académico en estudiantes universitarios de primer año de ciencias de la salud. Rev chil nutr. junio de 2021;48(3):389-95.
 108. Zapata-Ospina JP, Patiño-Lugo DF, Vélez CM, Campos-Ortiz S, Madrid-Martínez P, Pemberthy-Quintero S, et al. Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. Revista Colombiana De Psiquiatria. 5 de junio de 2021;50(3):199
 109. Cobo-Rendón R, Vega-Valenzuela A, García-Álvarez D. Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. CienciAmérica. 20 de julio de 2020;9(2):277-84.

110. Regalado Chamorro M, Medina Gamero A. El rol de enfermeros en la atención de la salud mental. *Atención Primaria*. febrero de 2023;55(2):102530.
111. Padilla Torres IT, Martínez León LD. Intervención de enfermería en salud mental desde la teoría de Hildergard Peplau a pacientes de larga estancia hospitalaria. 2024 [citado 29 de enero de 2025]; Disponible en: <https://repositorio.fucsalud.edu.co/handle/001/3474>
112. Aparicio Díaz LA. Fortalecimiento de la salud mental en el personal y usuarios de la Clínica Isnor basado en la teoría psicodinámica de Hildegard Peplau. 2020 [citado 29 de enero de 2025]; Disponible en: <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/12260>
113. Vargas LA, Barboza YG. “Intervención de Enfermería en Salud Mental desde la Teoría de Hildegard Peplau para el fortalecimiento de las habilidades para la vida dirigida a un grupo de mujeres del área de salud de San Sebastián, San José, a cargo de la Asociación de servicios médicos costarricenses (Asemeco). 2018”.
114. Elovania M, Hakulinen C, Pulkki-Råback L, Aalto AM, Virtanen M, Partonen T, et al. General Health Questionnaire (GHQ-12), Beck Depression Inventory (BDI-6), and Mental Health Index (MHI-5): psychometric and predictive properties in a Finnish population-based sample. *Psychiatry Research*. 1 de julio de 2020;289:112973.
115. Pérez-Sánchez J, Delgado AR, Prieto G, Pérez-Sánchez J, Delgado AR, Prieto G. Propiedades psicométricas de las puntuaciones de los test más empleados en la evaluación de la regulación emocional. *Papeles del Psicólogo*. agosto de 2020;41(2):116-24.
116. Brabete A. El Cuestionario de Salud General de 12 items (GHQ- 12): estudio de traducción y adaptación de la versión rumana. [citado 7 de noviembre de 2024]; Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645433002.pdf>
117. Lee B, Kim Y. Factor Structure of the 12-item General Health Questionnaire (GHQ-12) Among Korean University Students. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology - PCP*. 2020;30(3):1.
118. Brabete AC. El cuestionario de salud general de 12 items (ghq-12): Estudio de traducción y adaptación de la versión rumana. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*. 2014;1(37):1-30.

119. Percio DD. La Declaración de Helsinki: sinopsis de su nacimiento y evolución. Revista Argentina de Reumatología.

Anexos

Anexo A. Operacionalización de las variables

VARIABLE	CONCEPTO OPERATIVO	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
Edad	Cada uno de los períodos en que se considera dividida la vida humana.	Etaria	Edad en años cumplidos	Abierto para el sujeto de investigación
Sexo fenotípico	Aquellas características sexuales que clasifican a los seres humanos. El Estado ecuatoriano reconoce a la intersexualidad como aquellas personas que nacen con características ambiguas o estados de intersex	Fenotipo	Cédula de Identidad, pasaporte o testimonio	1.Hombre 2.Mujer 3.Intersexual 4.Prefiero no decirlo
Identidad de Género	Reconocimiento de la expresión y autoidentificación de una persona independiente del sexo biológico. La OMS identifica a las personas con identidades no binarias.	Social	Cédula de Identidad, pasaporte o testimonio	1.Masculino 2.Femenino 3.No binaria 4.Prefiero no decirlo

UCUENCA

Orientación sexual	Refiere a la atracción física, romántica y/o emocional de una persona por otra en base a su género.	Psicológica	Testimonio	<ol style="list-style-type: none"> 1.Heterosexual 2.Homosexual 3.Bisexual 4.Pansexual 5.Asexual 6.Prefiero no decirlo 7. Prefiero describirlo yo mismo.
Procedencia	Lugar de natalidad del individuo	Demográfica	Registro de nacimiento por provincia	<p>Especifique</p> <p>País:</p> <p>Provincia:</p>
Residencia	Lugar en donde el individuo permanece por un periodo de tiempo que se establece por los descansos diarios, sin contar las ausencias temporales	Demográfica	Testimonio	<p>Especifique</p> <p>Provincia:</p> <p>Cantón:</p> <p>Parroquia:</p> <p>Barrio:</p>
Estado Civil	Condición de la población investigada en función de si tiene o no pareja y la situación con respecto a esta relación.	Legal	Registro Civil	<ol style="list-style-type: none"> 1.Casado 2.Soltero 3.Viudo 4.Divorciado 5.Unión libre
Carrera universitaria	Estudios que realiza un individuo con el	Administrativa	Testimonio registrado por la	<ol style="list-style-type: none"> 1. Enfermería. 2. Estimulación

UCUENCA

	objetivo final de alcanzar un grado académico		Universidad	temprana en salud. 3. Fisioterapia. 4. Fonoaudiología. 5. Imagenología y radiología. 6. Laboratorio clínico. 7. Medicina 8. Nutrición y dietética
Ciclo universitario	Periodo específico de tiempo donde el estudiante completa asistencia y evaluaciones.	Administrativo	Testimonio registrado por la Universidad	1. Tercer ciclo 2. Quinto ciclo 3. Sexto ciclo 4. Séptimo ciclo 5. Noveno ciclo 6. Internado
Trabajo	Empleo o actividad que realiza un individuo, por el que recibe o no un rédito económico.	Legal	Determinado por el usuario, estudio y trabajo, trabajo y estudio	1. Si Especifique: 2.No
Apoyo económico familiar	Beneficios monetarios que recibe por parte de un familiar.	Socioeconómico	Testimonio	1.Si 2. No
Estratificación socioeconómica	Nivel socioeconómico al que pertenece	Socioeconómico	Testimonio	1. Menos del salario básico.

UCUENCA

	según los ingresos de los jefes de hogar.			2. Igual al salario básico 3. Mayor al salario básico
Miembros del hogar	Número de integrantes por los cuales está conformado su hogar.	Social	Testimonio	1. De 1 a 3 personas 2. De 4 a 6 personas 3. Más de 7 personas
Comorbilidades	Aquellos trastornos o enfermedades que ocurren en el sujeto de investigación	Salud	Testimonio	1.Sí Especifique: 2. No
Discapacidad	Afección en el cuerpo o la mente que hace más difícil que el individuo haga ciertas actividades e interactúe con el mundo que le rodea	Social	Carnet y porcentaje	1.Si Tipo: Porcentaje: 2.No
Antecedentes psiquiátricos personales	Padecimientos psiquiátricos en los sujetos, en conjunto con las tratamientos y resultados de los mismos	Salud Mental	Testimonio	1.Sí Especifique: 2.No
Antecedentes psiquiátricos familiares	Padecimientos psiquiátricos en los familiares de los sujetos, en	Salud Mental	Testimonio	1.Sí Especifique:

UCUENCA

	conjunto con los tratamientos y resultados de los mismos			2.No
Salud General	Evidencia en el sujeto de síntomas sugestivos de ansiedad, depresión, disfunción social en la actividad de la vida diaria y en lo psicosocial	Salud	Escala de Salud General de Goldberg GHQ 12	1. Menos de 12 puntos = Sin riesgo de trastorno mental 2. 12 puntos o más = Riesgo de trastorno mental
Horas diarias de sueño	Horas necesarias de sueño del sujeto para no sentir somnolencia durante el resto del día	Salud	Horas de sueño recomendadas por la OMS	1. Menos de las horas de sueño necesarias= menos de 6 horas 2. Horas de sueño necesarias= entre 6 y 7 horas 3. Más de las horas de sueño necesarias= más de 7 horas
Actividad física	Cualquier movimiento realizado por el sujeto para desplazarse hacia un objetivo o a partir de este. Un ejercicio aeróbico vigoroso se entiende como correr, nadar, trabajos pesados y baile aeróbico;	Salud	Testimonio	1.Sí Especifique: 2.No

UCUENCA

	el ejercicio aeróbico moderado engloba caminar, andar en bicicleta o cortar el césped.			
Uso de internet	Frecuencia del uso de internet, con diferentes fines	Salud	Tiempo diario	Abierto para el sujeto de investigación
Carga académica	Horas sea de carácter obligatorio o voluntario que cursa el estudiante durante un periodo académico	Social	Testimonio	Abierto para el sujeto de investigación
Experiencia práctica/clínica	Permite a los estudiantes integrar conocimientos y habilidades con el fin de desarrollar pensamiento crítico y planes de atención en beneficio de la formación de los estudiantes.	Social	Testimonio	Abierto para el sujeto de investigación
Expectativas académicas	Aquellos aspectos que los estudiantes esperan alcanzar durante su formación en base a vivencias o acontecimientos	Social	Testimonio	Abierto para el sujeto de investigación

UCUENCA

	vividos.			
Violencia	Violencia sufrida en la convivencia asimilada, hacia el individuo o a otros miembros de la familia.	Social	Exposición de violencia física, emocional o sexual.	<p>1.Sí</p> <p>Tipo de violencia:</p> <p>Ámbito:</p> <p>Frecuencia:</p> <p>Muy frecuente ()</p> <p>Poco frecuente ()</p> <p>Por una ocasión ()</p> <p>2.No</p>
Consumo de sustancias nocivas	Medición respecto al consumo de sustancias del individuo	Salud	Sustancias más comunes de consumo	<p>1.Sí consume</p> <p>Tipo:</p> <p>Cuánto al día:</p> <p>Por cuánto tiempo:</p> <p>2.No</p>

Anexo B. Cuestionario ex profeso creado por los autores

N° folio: _____

Proyecto de Investigación: "Trazando el Mapa de la Salud Mental Estudiantil: Percepciones y Factores de Riesgo en la Facultad de Ciencias Médicas, Cuenca 2024-2026"

Objetivo: Caracterizar a la población según variables sociodemográficas e identificación de factores de riesgo específicos que afectan la salud mental de los estudiantes de Ciencias Médicas, considerando elementos como la carga académica, la exposición a situaciones clínicas estresantes y las expectativas relacionadas con su carrera.

Una vez que has firmado el consentimiento informado te invitamos a responder la siguiente encuesta.

Antes de empezar con la encuesta nos gustaría que contestaras unas preguntas generales sobre ti: has un círculo en la respuesta correcta o contesta en el espacio en blanco:

- 1) ¿Qué edad tienes?
Coloque su edad en años cumplidos _____
- 2) ¿Cuál es tu sexo?
 - A. Hombre
 - B. Mujer
 - C. Intersexual
 - D. Prefiero no decirlo
- 3) ¿Cuál es tu identidad de género?
 - A. Masculino
 - B. Femenino
 - C. No binaria
 - D. Prefiero no decirlo
- 4) ¿Cuál es tu orientación sexual?
 - A. Heterosexual
 - B. Homosexual
 - C. Bisexual
 - D. Pansexual
 - E. Asexual
 - F. Prefiero no decirlo
 - G. Prefiero describirlo yo mismo: _____
- 5) ¿Cuál es tu Procedencia? Escriba
País: _____
Provincia: _____
- 6) ¿Cuál es tu residencia? Escriba:
Provincia: _____
Cantón: _____
Parroquia: _____

UCUENCA

Barrio: _____

- 7) ¿Cuál es tu estado civil actual?
- A. Casado
 - B. Soltero
 - C. Viudo
 - D. Divorciado
 - E. Unión libre

- 8) ¿Qué carrera universitaria te encuentras cursando?

Escribe: _____

- 9) ¿En qué ciclo o nivel te encuentras actualmente en tu carrera universitaria? (Si estás tomando materias en dos ciclos coloca el ciclo con mayor carga horaria)

Escribe: _____

- 10) ¿Tú trabajas? (Considerándose como trabajo el recibir algún tipo de remuneración económica por el desarrollo de ciertas actividades.)

- A. Si.
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Trabajas medio tiempo, ocasión, tiempo complejo?

Por este trabajo ¿Cuánto ganas aproximadamente?: _____

- 11) ¿Recibes algún tipo de ayuda económica externa?

- A. Si
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responda lo siguiente:

¿Cuál es la cantidad económica que recibes?: _____

¿De dónde proviene el apoyo externo?: _____

- 12) ¿Cuáles son los ingresos totales de tu hogar de procedencia? (salario básico 460)

- A. Menos del salario básico.
- B. Igual al salario básico
- C. Mayor al salario básico

- 13) ¿Cuántas personas conforman tu hogar de procedencia incluyéndote? Escriba el número

Escribe: _____

- 14) ¿Has sido diagnosticado con alguna enfermedad?

- A. Sí
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Cuál es tu enfermedad?: _____

¿Qué fármacos tomas?: _____

¿Recibes terapia, indica el tipo y frecuencia?: _____

UCUENCA

15) ¿Has sido diagnosticado con alguna discapacidad debidamente certificada por el Ministerio de Salud Pública?

- A. Sí
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Qué tipo de discapacidad?: _____

¿Cuál es el porcentaje?: _____

16) ¿En algún momento de tu vida has experimentado un problema en tu salud mental?

- A. Sí
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Cuál fue el evento desencadenante? _____

¿Qué crisis experimentaste?: _____

¿Recibiste tratamiento farmacológico?: _____

¿Recibiste terapia, indica el tipo y frecuencia?: _____

17) ¿Tienes o tuviste algún familiar con problemas de salud mental y/o trastornos psiquiátricos?

- A. Sí
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Qué relación de consanguinidad tienen? (Ej., Papá, tío, abuelos, etc.): _____

¿Qué tipo de problema de salud mental y/o trastorno psiquiátrico presenta o presenta? _____

18) ¿Cuántas horas duermes diariamente?

Escriba: _____

19) ¿Realizas algún tipo de actividad física?

- A. Sí
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Qué tipo de actividad realizas?: _____

¿Con que frecuencia realizas esta actividad?: _____

¿Qué tiempo empleas para realizar esta actividad?: _____

20) ¿Cuánto tiempo dedicas a internet diariamente?

Escribe _____

21) De este tiempo cuantas horas destinas a:

Ámbito académico _____

Redes sociales _____

Otras, escriba: _____

22) ¿Te has sentido alguna vez acosada/o, amenazada/o por medios digitales?:

- A. Si
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde como fue este incidente:

23) ¿Cuentas asignaturas cursas actualmente?

Escribe: _____

24) Escriba el número de horas académicas que cursa a la semana, considerando teoría y práctica.

Escribe: _____

25) ¿Cuántas horas de estudio y trabajo autónomo invierte usted a la semana?

Escribe: _____

26) ¿Alguna vez te has sentido insuficiente en tu carrera debido a la carga académica?

- A. Si.
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Cuál crees que fue la causa? _____

27) ¿Alguna vez has sentido que tu salud mental se ha visto deteriorada debido al proceder de algún docente?

- A. Si.
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente

¿En qué situaciones? _____

28) ¿Alguna vez has sentido que tu salud mental se ha visto deteriorada debido al proceder de uno o varios compañeros?

- A. Si.
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente

¿En qué situaciones? _____

29) ¿Has sentido sobrecarga de trabajo en el área de práctica?

- A. Si
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente

¿Con qué frecuencia? _____

¿Ha tenido consecuencias en tu Salud Mental?

UCUENCA

- A. Si, Escriba la situación: _____
 B. No

30) ¿Alguna vez has perdido las ganas de acudir a tu área de práctica por el mal trato que recibes ya sea del personal, de docentes, pacientes y/o familiares?

- A. Si, ¿Describe la situación? _____
 B. No

¿Ha tenido consecuencias en tu Salud Mental?

- A. Si, Escriba la situación: _____
 B. No

31) ¿La carrera que estas cursando la elegiste libremente?

- A. Si
 B. No

Si tu respuesta es negativa, responde lo siguiente:

¿Quién te influencio a seguir esta carrera? _____

32) ¿Alguna vez te has sentido influenciado por parte de tu familia, amigos o docentes para continuar la carrera?

- A. Si.
 B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Quién te influencio a continuar en la carrera? _____

33) ¿A menudo te sientes abrumado por el ingreso al mundo laboral o las altas expectativas por tu futuro?

- A. Si.
 B. No

Si su respuesta es afirmativa, responda lo siguiente:

¿Qué aspectos te preocupan? _____

34) ¿Has sufrido algún tipo de violencia a lo largo de tu vida?

- A. Sí
 B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responda lo siguiente:

¿Qué tipo de violencia has sufrido?: _____

¿En qué lugar has sufrido esta violencia?: _____

¿Con que frecuencia se han presentado estos episodios de violencia? _____

35) ¿Consumes algún tipo de droga legal o ilegal?

- A. Sí
 B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Qué sustancia consumes?: _____

¿Con que frecuencia consumes esta sustancia?: _____

¿Cuánto tiempo llevas consumiendo esta sustancia?: _____

UCUENCA

¿Cuánto dinero gastas en el consumo de esta sustancia? _____

¿Alguna vez has buscado ayuda para eliminar el consumo de esta sustancia?

- A. Sí
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿A quién o a que institución acudiste? _____

¿Alguna vez has sentido que el consumo de esta sustancia te limita en el desarrollo de tus actividades académicas?

- A. Sí
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente:

¿Qué actividades limita el consumo de esta sustancia? _____

36) ¿Alguna vez has optado por el consumo de sustancias como una alternativa de liberación por la sobrecarga académica?

- A. Si
- B. No

Si tu respuesta es afirmativa, responde lo siguiente

Por cuantas ocasiones _____

GHQ-12 A continuación se le plantean una serie de preguntas acerca de cómo ha estado de salud en las ÚLTIMAS semanas. Responda haciendo una cruz a la izquierda de la respuesta que mejor se ajuste a su experiencia.

1. ¿Ha podido concentrarse bien en lo que hace?
 0. Mejor que lo habitual.
 1. Igual que lo habitual.
 2. Menos que lo habitual.
 3. Mucho menos que lo habitual.
2. ¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho el sueño?
 0. No, en absoluto.
 1. Igual que lo habitual.
 2. Más que lo habitual.
 3. Mucho más que lo habitual.
3. ¿Ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida?
 0. Más que lo habitual.
 1. Igual que lo habitual.
 2. Menos que lo habitual.
 3. Mucho menos que lo habitual.
4. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?
 0. Más capaz que lo habitual.
 1. Igual que lo habitual.
 2. Menos capaz que lo habitual.
 3. Mucho menos capaz que lo habitual.
5. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?
 0. No, en absoluto.
 1. Igual que lo habitual.
 2. Más que lo habitual.
 3. Mucho más que lo habitual.
6. ¿Ha sentido que no puede superar sus dificultades?

UCUENCA

- ___ 0. No, en absoluto.
 ___ 1. Igual que lo habitual.
 ___ 2. Más que lo habitual.
 ___ 3. Mucho más que lo habitual.
7. ¿Ha sido capaz de disfrutar de sus actividades normales de cada día?
 ___ 0. Más que lo habitual.
 ___ 1. Igual que lo habitual.
 ___ 2. Menos que lo habitual.
 ___ 3. Mucho menos que lo habitual.
8. ¿Ha sido capaz de hacer frente adecuadamente a sus problemas?
 ___ 0. Más capaz que lo habitual.
 ___ 1. Igual que lo habitual.
 ___ 2. Menos capaz que lo habitual.
 ___ 3. Mucho menos capaz que lo habitual.
9. ¿Se ha sentido poco feliz o deprimido/a?
 ___ 0. No, en absoluto.
 ___ 1. No más que lo habitual.
 ___ 2. Más que lo habitual.
 ___ 3. Mucho más que lo habitual.
10. ¿Ha perdido confianza en sí mismo/a?
 ___ 0. No, en absoluto.
 ___ 1. No más que lo habitual.
 ___ 2. Más que lo habitual.
 ___ 3. Mucho más que lo habitual.
11. ¿Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?
 ___ 0. No, en absoluto.
 ___ 1. No más que lo habitual.
 ___ 2. Más que lo habitual.
 ___ 3. Mucho más que lo habitual.
12. ¿Se siente razonablemente feliz considerando todas las circunstancias?
 ___ 0. Más feliz que lo habitual.
 ___ 1. Igual que lo habitual.
 ___ 2. Menos feliz que lo habitual.
 ___ 3. Mucho menos feliz que lo habitual.

¿Le gustaría hacer algún comentario sobre el cuestionario?

GRACIAS POR SU AYUDA

Anexo C. Consentimiento Informado

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA, 2024 - 2025.

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece

Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz - Aleida Geovanna Aguirre Granda

Director/a del proyecto	Francisca Burgueño Alcalde	0150949691	Universidad de Cuenca
Investigador Principal (IP)	Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz	0350208518	Universidad de Cuenca
Investigador Principal (IP)	Aleida Geovanna Aguirre Granda	0106998495	Universidad de Cuenca

¿De qué se trata este documento?

De la manera más comedida y respetuosa le invitamos a usted a participar en este estudio, que se realizará en la Universidad de Cuenca, Carrera de Medicina. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

Introducción

El motivo principal de la realización de este estudio es conocer los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental en los estudiantes universitarios, siendo esta en la actualidad un problema que trae grandes consecuencias. Su participación en este estudio será fundamental para poder obtener información acerca de los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los estudiantes de la carrera de Medicina; esta información será tomada bajo su consentimiento y sólo si usted acepta esta invitación a formar parte del grupo de estudio. Además, el presente estudio permitirá producir cambios positivos tanto a nivel individual como a nivel institucional mediante la implementación de medidas de los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental en el campus, promover entornos seguros y saludables si fuese necesario. Para el desarrollo de este estudio, usted ha sido elegido para participar en este proyecto por ser estudiante de la Facultad de Ciencias Médicas, estudiante de la carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca.

Objetivo del estudio

Analizar los factores de riesgo que influyen en la Salud Mental de los estudiantes de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca, 2024 - 2025.

Descripción de los procedimientos

Se desarrollará de forma presencial, una vez en el lugar se dispondrá a dar a conocer los objetivos y razones por las cuales se realizará el presente proyecto en estudiantes de la Universidad del Cuenca, una vez en el lugar se dispondrá a dar a conocer los objetivos y razones por las cuales se realizará el presente proyecto. El cuestionario deberá ser realizado con la mayor honestidad posible, y de haber dudas serán resueltas por el encuestador. Los procedimientos a seguir este estudio son:

- Primer contacto con los estudiantes en las aulas que reciben sus respectivas clases, entrega del consentimiento informado la firma que acepta participar en el estudio.
- Obtención del consentimiento informado para la participación del estudiante en la investigación.
- Con el consentimiento informado ya firmado, se procederá a entregar las encuestas físicas a cada estudiante para que llene el cuestionario.
- Una vez obtenidos los resultados del estudio, podrá conocerlos al ingresar en el Repositorio Institucional de la Universidad de Cuenca.

Riesgos y beneficios

Existe un riesgo mínimo que se refiere al quebranto de la confidencialidad de los datos recogidos, sin embargo, para reducir el riesgo los investigadores tomarán la información presencialmente omitiendo los nombres de los participantes y codificando los formularios con números de tres dígitos. Además, la base de datos de la investigación se mantendrá bajo contraseñas de manera que solamente los investigadores tengan acceso a la información. Entre los beneficios de que usted participe en este estudio es: identificar los factores de riesgo que

influyen en la Salud Mental en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca. Aparte de esto, no existe ningún otro tipo de beneficio directo (material, económico o simbólico) para el participante.

Otras opciones si no participa en el estudio

Los participantes tienen la libertad de participar o no en el estudio.

Derechos de los participantes

Usted tiene derecho a:

1. Recibir la información del estudio de forma clara;
2. Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
3. Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
4. Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
5. Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
6. El respeto de su anonimato (confidencialidad);
7. Que se respete su intimidad (privacidad);
8. Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
9. Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
10. Contar con la asistencia para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes;
11. Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0987264817/0998870972 que pertenece a Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz / Aleida Geovanna Aguirre Granda o envíe un correo electrónico a (pamela.aguaiza@ucuenca.edu.ec / aleida.aguirre@ucuenca.edu.ec)

Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

_____	_____	_____
Nombres completos del/a participante	Firma del/a participante	Fecha
_____	_____	_____
Nombres completos del testigo (<i>si aplica</i>)	Firma del testigo	Fecha
_____	_____	_____
Nombres completos del/a investigador/a	Firma del/a investigador/a	Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Ismael Morocho Malla, Presidente del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: ismael.morocho@ucuenca.edu.ec



Carta de interés institucional para estudios observacionales, estudios de intervención y ensayos clínicos en seres humanos

A QUIEN PUEDA INTERESAR

Por medio de la presente manifiesto que el proyecto titulado "FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA, 2024 - 2025" es de interés institucional por los resultados que se pueden generar de este proyecto para la **Universidad de Cuenca-Facultad de Ciencias Médicas** tomando en cuenta que es importante identificar cuáles son los factores de riesgo que influyen en la salud mental de los estudiantes, para comprender y analizar los obstáculos emocionales que los mismos enfrentan, dentro del contexto académico y profesional.

Informo también que la participación de **Universidad de Cuenca-Facultad de Ciencias Médicas** es libre y voluntaria; guardando la confidencialidad de los datos obtenidos.

Además, los investigadores han manifestado que cuentan con los insumos necesarios para la ejecución del proyecto de Investigación. Por tanto, la **Universidad de Cuenca-Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina**, no contemplan algún tipo de financiamiento para el desarrollo de este estudio.

Se aclara que este documento no constituye la autorización, ni la aprobación del proyecto, o del uso de insumos o recursos humanos de la institución. Además, se informa que una vez que la investigación sea aprobada por un Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos autorizado por el Ministerio de Salud Pública, el Investigador principal podrá solicitar los datos de los sujetos de estudio o datos de salud anonimizados o seudonimizado, debiendo adjuntar el protocolo de investigación aprobado y la carta de aprobación emitida por el CEISH.

Cuenca, 16 de abril del 2024.

Dra. Vilma Bojorque Iñiguez
Decana de la Facultad de Ciencias Médicas

Dirección: Av. El Paraíso s/n. Junto al Hospital Vicente Corral Moscoso. Telf: 593-7-4051000 Ext.: 3165
Web: www.ceish.ucuenca.edu.ec
Correo: ceish@ucuenca.edu.ec
Cuenca - Ecuador

Anexo E. Cronograma de trabajo

	Meses					
	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6
Socialización del protocolo	X					
Recolección de la información.		X	X			
Procesamiento y análisis de datos.				X		
Elaboración y presentación del informe final.					X	X
Defensa de la tesis.						X

Anexo F. Recursos materiales y humanos

Recursos humanos

Función o rol que desempeña	Nombres Completos
Investigador Principal (IP)	Joselyn Pamela Aguaiza Ruiz.
Investigador Secundario (IS)	Aleida Geovanna Aguirre Granda.
Tutor/a	Lcda. Francisca Burgueño Alcalde.
Participantes	Estudiantes de la Carrera de Medicina de la Universidad de Cuenca.

Recursos materiales

Materiales
Computadoras, celulares Internet Transporte Impresora hojas de papel bond

Anexo G. Presupuesto

UCUENCA

Elementos	Costo Unitario	Cantidad	Costo Total
Computadores	\$ 500,00	2	\$ 1000,00
Impresora	\$ 275,00	1	\$ 275,00
Tinta de Impresora	\$ 30,00	1	\$ 30,00
Esferos	\$ 0,30	6	\$ 1,80
Transporte	\$ 30,00	1	\$ 30,00
Hojas de papel bond	\$ 1,00	3	\$ 3,00
Total			\$ 1.339,80