



CARTA AL EDITOR 1 / EDITOR LETTER

<https://dx.doi.org/10.14482/sun.40.01.001.245>

Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina de una universidad pública de México

Stress and coping strategies in medical students of a public university of México

YEYETSY G. ORDÓÑEZ-AZUARA¹, RAÚL F. GUTIÉRREZ-HERRERA²,
SARAHÍ G. CANTÚ-MARTÍNEZ³, JONATHAN F. MONCADA-MEJÍA⁴,
ROSALBA MENDOZA-RIVERA⁵

¹Especialista medicina familiar, Departamento de Medicina Familiar, Hospital Universitario Dr. José Eleuterio González “Gonzalitos”. Universidad Autónoma de Nuevo León. yeyetsy_10@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4425-8770>.

² Especialista medicina familiar, Jefe de departamento, Departamento de Medicina Familiar, Hospital Universitario Dr. José Eleuterio González “Gonzalitos”. Universidad Autónoma de Nuevo León. gutierrezrf@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1320-6214>.

³ Especialista medicina familiar, Departamento de Medicina Familiar, Hospital Universitario Dr. José Eleuterio González “Gonzalitos”. Universidad Autónoma de Nuevo León. srahcantum@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5070-2153>.

⁴ Medico Pasante de Servicio Social, Departamento de Medicina Familiar, Hospital Universitario Dr. José Eleuterio González “Gonzalitos”. Universidad Autónoma de Nuevo León. jonathanfmoncadamejia96@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7147-3743>.

⁵ Coordinación Clínica de Educación e Investigación en Salud, Unidad Médica Familiar 66, Instituto Mexicano del Seguro Social. Xalapa, Veracruz, México. ross1403@yahoo.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2148-7017>.

Correspondencia: Jonathan F. Moncada Mejía. Mar Caribe #2004 Bernardo Reyes, C.P. 64280, Monterrey, Nuevo León. Tel. +52 866 173 1218. jonathanfmoncadamejia96@gmail.com

Señor editor:

Nombre de la institución: Facultad de Medicina, Universidad Autónoma de Nuevo León. Av. Dr. José Eleuterio González S/N, Mitras Centro, 64460 Monterrey, N.L.

Se define el estrés como un efecto desfavorable de los factores ambientales sobre el organismo (1-2), el cual, sin resolver a largo plazo, puede afectar la homeostasis y conducir a daño o afecciones(2). Como respuesta, se activa un mecanismo adaptativo para afrontar el estrés, que puede ser dividido de acuerdo con la estrategia empleada, clasificadas, a su vez, en estrategias maduras, que favorecen la adaptación, o inmaduras, si son poco efectivas para el control del estrés (2,3).

En 2021 la revista Salud Uninorte se publicó un estudio de Pérez-Pérez et al.(4) con una muestra de 105 estudiantes de enfermería de la Universidad Veracruzana, sin poder correlacionar el nivel de estrés con depresión y ansiedad($r=-0.192$, $n=105$, $p=0.134$). No obstante, se encontró una alta prevalencia de depresión(85.8 %), ansiedad(84 %), estrés(77.4 %) y un nivel bajo de apoyo familiar. Además, el 45 % refirió no realizar ninguna actividad para mejora de la salud mental, sin embargo, poco se ha descrito sobre los mecanismos de afrontamiento a los que recurren los estudiantes del área de la salud (3).

Se han reportado altos niveles de estrés en estudiantes de medicina, así como altos índices de malestar psicológico, incluyendo depresión, ansiedad y alto riesgo suicida (5,6).

En relación con esto, en 2021 se realizó una encuesta sobre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina de una universidad pública en Monterrey (Nuevo León, México), durante su integración a las actividades clínicas, en 4° año. Se aplicó la escala PSS-14 (7) para estrés recibido y el inventario ACS (Adolescent Coping Scale) (8) para estrategias de afrontamiento en un total de 240 alumnos, 158 (65.8 %) del sexo femenino. El nivel promedio

de estrés percibido fue de 29.63 ± 6.12 (“A menudo se encuentra estresado”); además, se encontró una diferencia significativa entre el nivel de estrés por sexo ($r_{pb} -0.21$, $t -3.34$, $p 0.001$), siendo las mujeres (30.56 ± 5.83) más afectadas que los hombres (27.83 ± 6.3), siendo esto similar a lo reportado por otros estudios (3,9,10).

Tabla 1. Correlación de la estrategia de afrontamiento empleada con el nivel de estrés percibido y sexo

Estrategia	Frecuencia de uso <i>f</i> (%)	Correlación con el nivel de estrés percibido		Correlación biserial con el sexo (Masc=0, Fem=1)		
		<i>r</i> (Spearman)	<i>p</i>	r_{pb}	<i>t</i>	<i>p</i>
1. Buscar apoyo social	199 (83%)	-0.12	0.069	0.05	0.82	0.415
2. Concentrarse en resolver	228 (95%)	-0.29	<0.001	-0.07	-1.12	0.263
3. Esforzarse y tener éxito	230 (96%)	-0.24	<0.001	0.06	0.97	0.332
4. Preocuparse	233 (97%)	0.28	<0.001	0.17	2.7	0.007
5. Invertir en amigos	167 (70%)	-0.17	0.009	-0.05	-0.78	0.437
6. Buscar pertenencia	213 (89%)	0.06	0.355	0.03	0.44	0.66
7. Hacerse ilusiones	172 (71%)	0.23	<0.001	0.03	0.39	0.696
8. Falta de afrontamiento	76 (31%)	0.43	<0.001	0.12	1.9	0.059
9. Reducción de la tensión	101 (42%)	0.35	<0.001	0.09	1.45	0.147
10. Acción social	77 (32%)	0.15	0.24	0.01	0.22	0.824
11. Ignorar el problema	98 (40%)	0.23	<0.001	-0.03	-0.54	0.593
12. Autoculparse	166 (69%)	0.49	<0.001	0.17	2.68	0.008
13. Reservarlo para mi	180 (75%)	0.41	<0.001	0.04	0.66	0.588
14. Buscar apoyo espiritual	143 (59%)	-0.08	0.198	0.1	1.58	0.116
15. Fijarse en lo positivo	206 (86%)	-0.31	<0.001	-0.01	-0.13	0.899

Continúa...

Estrategia	Frecuencia de uso <i>f</i> (%)	Correlación con el nivel de estrés percibido		Correlación biserial con el sexo (Masc=0, Fem=1)		
		<i>r</i> (Spearman)	<i>p</i>	<i>r_{pb}</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
16. Buscar ayuda profesional	136 (56%)	-0.01	0.922	0.01	0.14	0.892
17. Actividades relajantes	205 (85%)	-0.13	0.038	-0.17	-2.59	0.01
18. Distracción física	152 (63%)	-0.34	<0.001	-0.21	-3.27	0.001

Fuente: elaborada a partir de los datos recolectados.

Las estrategias de afrontamiento más utilizados fueron “Preocuparse” (97 %), “Esforzarse” (96 %), “Concentrarse en resolver” (95 %) y “Buscar pertenencia” (89 %). Se encontraron algunas correlaciones estadísticamente significativas entre la estrategia de afrontamiento usada y el sexo, así como con los niveles de estrés percibidos.

Mientras que el sexo femenino tendía a “Preocuparse” y “Autoculparse”, el sexo masculino tendía a “Actividades relajantes” y “Distracción física”. Esto podría explicar la diferencia de estrés entre hombres y mujeres si tomamos en consideración que dichas estrategias se correlacionaron con niveles de estrés superiores.

La mayoría de los estudiantes utiliza estrategias de afrontamiento inmaduras, como “Reservarlo para mí” o “Autoculparse”, lo que constituye una gran área de oportunidad para implementar o mejorar programas de intervención a través de sesiones psicoeducativas que promuevan estrategias efectivas como “Distracción física”, “Fijarse en lo positivo”, “Actividades relajantes” y “Concentrarse en resolver”, que a su vez consideren los factores biológicos como la influencia hormonal y factores psicosociales con perspectiva de género para paliar las diferencias encontrada por sexo, favoreciendo así el rendimiento y bienestar general de los futuros médicos.

Financiamiento: Los gastos del estudio fueron cubiertos por los mismos investigadores.

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Agradecimientos: Los autores agradecen al Grupo Estudiantil de Bioética e Investigación en Medicina GEBIMED, con especial agradecimiento a Fernando Ruiz Hernández, Rosalinda Romo García y Heber Rodríguez Ondarza.

REFERENCIAS

1. Lupien SJ, McEwen BS, Gunnar MR, Heim C. Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. 2009; 10(6): 434-445. doi:10.1038/nrn2639.
2. Fierro-Santillán C, Díaz-Azuara S, Tobón S. Estudio del Eustrés Académico desde el enfoque Socioformativo mediante la Cartografía Conceptual: Study of Academic Eustres from the socio-formative approach through Conceptual Mapping. *Educación y Humanismo*. 2019; 21(37): 8-27. doi:10.17081/EDUHUM.21.37.3123.
3. Izquierdo-Sotorrío E. Los Mecanismos De Defensa Desde La Perspectiva De Género Y Su Impacto Sobre La Salud. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*. 2015; 1(5): 1-27.
4. Pérez-Pérez M, Fernández-Sánchez H, Enríquez-Hernández CB, López-Orozco G, Ortiz-Vargas I, Gómez-Calles TJ. Estrés, ansiedad, depresión y apoyo familiar en universitarios mexicanos durante la pandemia de Covid-19. *Uninorte Salud*. 2021; 37(3): 553-568. doi: 10.14482/SUN.37.3.616.98.
5. Martínez J. Estrategias de afrontamiento ante el estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista académica semestral*. 2010; 2(18). doi:10.5944/EDUCXX1.25651.
6. Rosiek A, Rosiek-Kryszewska A, Leksowski Ł, Leksowski K. Chronic Stress and Suicidal Thinking Among Medical Students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2016; 13: 212. doi: 10.3390/IJERPH13020212.
7. Puentes Martínez L, Díaz Rábago AB. Fiabilidad y validez de constructo de la Escala de Estrés Percibido en estudiantes de Medicina. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*. 2019; 23(3): 373-379. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000300373&lng=es.
8. Frydenberg E, Lewis R. Manual ACS Escalas de afrontamiento para adolescentes. Madrid. TEA ediciones; 2000. Santalla-Corrales A. Estrés académico y técnicas de afrontamiento en estudiantes de Medicina de Pinar del Río 2022. *Universidad Médica Pinareña [revista en Internet]*. 2022 [citado 8 junio 2022]; 18 (2). Disponible en: <http://revgaleno.sld.cu/index.php/ump/article/view/888>.
9. Pozos-Radillo BE, Preciado-Serrano ML, Plascencia-Campos AR, Acosta-Fernández M, Aguilera Velasco MA. Estrategias de afrontamiento ante el estrés de estudiantes de medicina de una universidad pública en México. *Investigación educ. médica [revista en la Internet]*. 2022 mar [citado 8 junio 2022]; 11(41): 18-25. doi: [HTTPS://DOI.ORG/10.22201/FM.20075057E.2022.41.21379](https://doi.org/10.22201/FM.20075057E.2022.41.21379).