



La prevalencia global de ansiedad entre estudiantes de medicina: Un metaanálisis

► Las facultades de medicina de todo el mundo tienen como objetivo formar y producir médicos competentes y empáticos para ayudar a los enfermos, para promover el conocimiento médico y la salud pública. La educación médica se considera uno de los programas de formación más exigentes académica y emocionalmente con respecto de cualquier otra profesión. Tales demandas y estrés tienen un efecto negativo en el bienestar psicológico de los estudiantes y pueden precipitar la depresión y la ansiedad. La ansiedad, aunque es tan común y posiblemente tan debilitante como la depresión, ha atraído menos atención y a menudo no se detecta en la población general. Además de los intensos sentimientos de miedo o pánico, quienes padecen ansiedad pueden experimentar otros síntomas fisiológicos como fatiga, mareos, dolores de cabeza, náuseas, dolor abdominal, palpitaciones, dificultad para respirar e incontinencia urinaria. También puede afectar la atención y la concentración dirigidas a un objetivo, la memoria de trabajo y la función perceptivo-motora, todos los cuales son dominios importantes que permiten a los estudiantes de medicina y a los médicos brindar a los pacientes una atención médica segura y eficaz. En la literatura actual, la ansiedad entre los estudiantes de medicina ha sido menos estudiada que la depresión. Una revisión sistemática de 2014 respecto de la incidencia de la ansiedad entre los estudiantes de medicina fuera de América del Norte, encontró un rango de frecuencia de entre el 7.7% y el 65.5% en 11 estudios. El objetivo del estudio fue conocer la prevalencia global y los factores asociados que predisponen a los estudiantes de medicina a la ansiedad.

Metodología. En febrero de 2019, se aplicó una estrategia de búsqueda estandarizada en Embase, PsycINFO y Medline. Se incluyeron los estudios que cumplieron con los siguientes criterios: (1) Se evaluaron a los estudiantes que estaban cursando medicina; (2) Se analizó la prevalencia de ansiedad; (3) Se midió la incidencia de la ansiedad utilizando instrumentos y cuestionarios estandarizados validados, (4) así como artículos publicados en inglés.

El proceso de selección se basó en las directrices Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Metaanálisis (PRISMA). Para evaluar la calidad de los estudios seleccionados, se utilizó una versión adaptada de la escala de cohortes de Newcastle-Ottawa para estudios transversales. El análisis estadístico

se realizó utilizando el software Comprehensive Meta-Analysis (CMA) Versión 2.0.

Resultados. Se recopilaron y analizaron datos de 69 estudios que incluían a 40,348 estudiantes de medicina. La edad media del tamaño de la muestra osciló entre 18.02 años y 25.10 años. Se analizó la tasa de prevalencia global de ansiedad entre estudiantes de medicina utilizando el modelo de efectos aleatorios, encontrándose una incidencia combinada del 33.8% (IC del 95%: 29.2-38.7%; $I^2 = 98.79$). Cuando se estratificó la prevalencia por sexo, se encontró que las mujeres estudiantes de medicina tenían una mayor frecuencia de presentar ansiedad (38.0%, IC del 95%: 27.6-49.5%) que los estudiantes varones (27.6%, IC del 95%: 19.3-37.8%), pero esta diferencia no fue estadísticamente significativa ($p = 0.16$). Cuando se comparó a los estudiantes de medicina en los años preclínicos con los de los años clínicos, los estudiantes de medicina en los años clínicos tenían una prevalencia de ansiedad levemente más alta, del 26.4% (IC del 95%: 20.6-33.1%) en comparación con los de los años preclínicos en 26.2% (IC del 95%: 21.2-31.9%), pero la diferencia en la prevalencia no fue estadísticamente significativa ($p = 0.96$).

Discusión. Algunos factores relacionados con el riesgo a padecer algún problema de salud mental durante la formación médica incluyen: la personalidad, el perfeccionismo, sentido exagerado de responsabilidad, el apoyo social (familiar y por pares), la fatiga, los mecanismos de afrontamiento y la resiliencia; los factores estresantes de la vida fuera de la medicina (p. ej. problemas económicos), los hábitos de ejercicio, sueño y alimentación. A medida que los estudiantes de medicina progresen en su formación, se les confiarán mayores responsabilidades y, por lo tanto, se enfrentarán a un mayor nivel de estrés. La promoción de los programas de bienestar disponibles y los recursos para la salud mental en la escuela de medicina deberían incrementarse a medida que los estudiantes se vuelven más vulnerables. Sin embargo, a pesar de la diversidad de estrategias (individuales, grupales e institucionales) es posible que no busquen ayuda debido al estigma, falta de conocimiento e información acerca de los servicios de salud mental disponibles en su comunidad. Los administradores y líderes de las facultades de medicina deben tomar la iniciativa para des-estigmatizar las enfermedades mentales y promover comportamientos de búsqueda de ayuda cuando los estudiantes están estresados y ansiosos.

Diana Patricia Guízar Sánchez

Bibliografía

Quek TT, Tam WW, Tran BX, Zhang M, Zhang Z, Ho CS, Ho RC. The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2019;16(15):2735. doi: 10.3390/ijerph16152735

El portafolio más completo para el tratamiento de **TRASTORNOS DE ANSIEDAD**

Usted ya lo comprobó **Alzam** el regreso a la calma
alprazolam

0.25, 0.5, 1 y 2 mg
con 30 tabletas



Tabletas birranuradas



Kriadex
clonazepam

El tratamiento efectivo
contra la ansiedad



Tabletas Birranuradas



Con su gotero independiente garantiza la pureza del líquido al cerrar herméticamente.

Lozam
Lorazepam

TRANQUILIDAD CON **RAPIDEZ**



Ortopsique
diazepam

un clásico de grandes beneficios

- 5 mg caja con 30 tabletas
- 10 mg caja con 20 tabletas
- 10 mg / 2 ml caja con 5 ampollitas



BIRRANURADAS



Con **Otedram**
Bromazepam

revele lo mejor de sus pacientes



Caja con 30 y 60 Tabletadas de

3 mg