



FACTORES ASOCIADOS A ESTRÉS, ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL ÁREA DE LA SALUD (ID 1845)

Autores: Pacheco S._{1a}, Santín I._{1a}, Saavedra P._{1a}, Bravo Barrera M._{2b}, Sandoval Huenchual D._{2,3c*}

1 Escuela de Kinesiología, Facultad de Medicina, Universidad de Chile.
2 Departamento de Kinesiología, Facultad de Medicina. Universidad de Chile
3. Departamento de Atención Primaria & Salud Familiar. Facultad de Medicina. Universidad de Chile
a Estudiante de Kinesiología, b Kinesiólogo, candidato a Magister en Salud Pública, c Kinesióloga Magíster en Salud Pública

Introducción

Los estudiantes universitarios del área de la salud presentan alta prevalencia de problemas de salud mental, en particular ser mujer o estudiante de primer año se asocia a mayores niveles de estrés, ansiedad y depresión (Shafiee, 2024). Sin embargo, los factores de riesgo y protección aún no están claramente definidos. El objetivo de este estudio fue evaluar la asociación entre factores sociodemográficos y estilos de vida con la prevalencia de estrés, ansiedad y depresión en universitarios de primer año de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile.

Materiales y Métodos

Estudio observacional de corte transversal en 123 estudiantes de ocho carreras del área de la salud (N=844). Se aplicó la escala DASS-21 para evaluar estrés, ansiedad y depresión, y se registraron variables socioeconómicas (género, edad, carrera, financiamiento, tipo de establecimiento de educación media de procedencia, número de personas con quienes vive, máximo nivel educacional alcanzado por un miembro de su hogar o residencia actual). Además, se utilizaron cuestionarios específicos para evaluar el consumo de alcohol (AUDIT), tabaquismo (test GLOBE-NILSON), nivel de actividad física (GPAQ) y presencia de insomnio (ISI). Las asociaciones se analizaron mediante regresión logística binaria, estimando Odds Ratio (OR) con intervalos de confianza del 95% (IC 95%). El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile (Proy. N°005-2024)

Resultados

Se observó alta prevalencia de estrés, ansiedad y depresión (Fig.1). Ser mujer se asoció con estrés y ansiedad. El consumo de alcohol se relacionó con ansiedad y depresión mientras que el consumo de tabaco se asoció con estrés y depresión. La inactividad física se relacionó con ansiedad y el insomnio con los tres trastornos. Factores protectores fueron residir en zonas urbanas y convivir con personas universitarias en su núcleo familiar (Tabla 1).

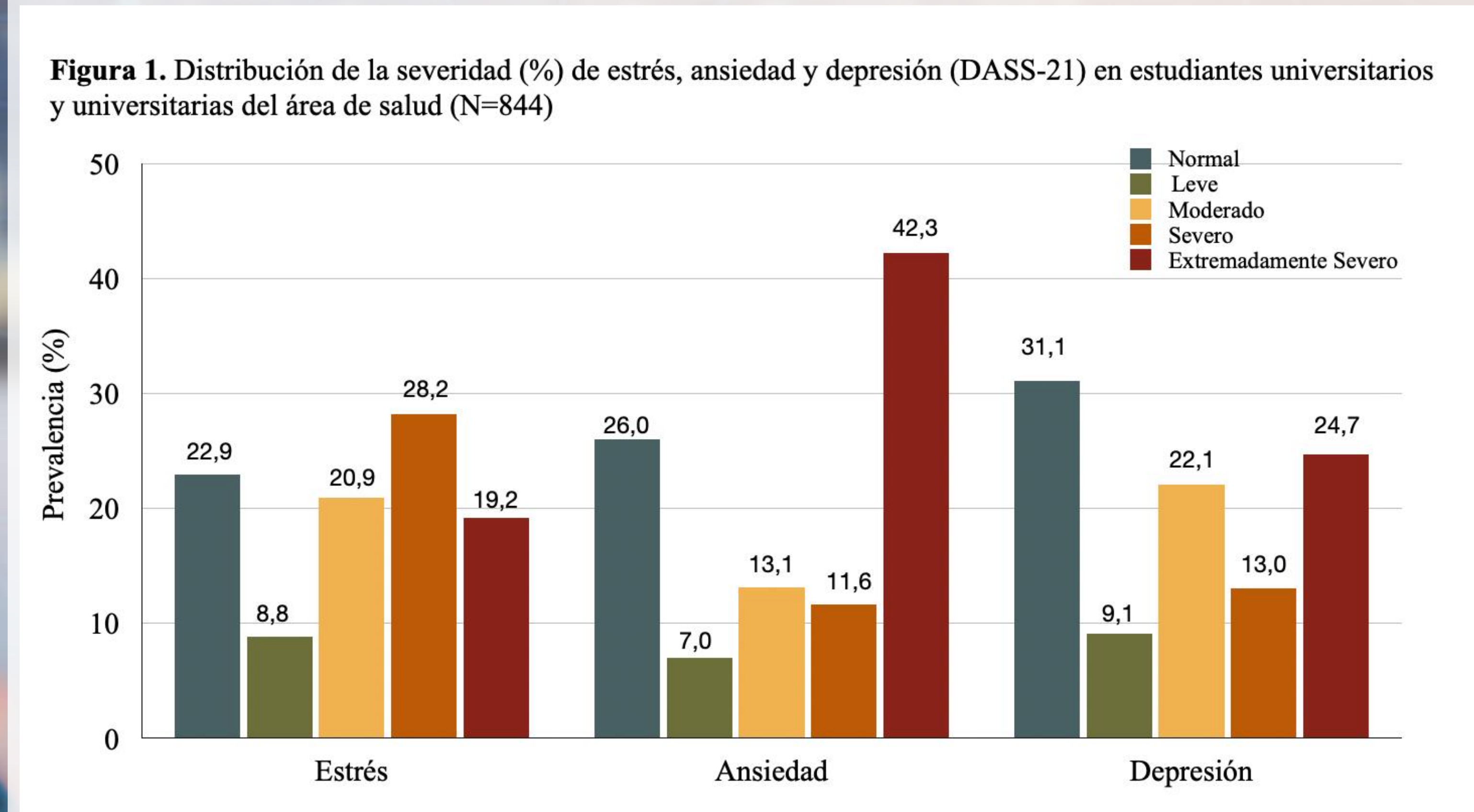


Tabla 1. Asociación de estrés, ansiedad y depresión

Variables	Estrés	Ansiedad	Depresión
	OR (IC 95%)	OR (IC 95%)	OR (IC 95%)
Edad (años)	0,79 (0,79 – 0,88)	0,83 (0,76 – 0,91)	0,99 (0,93 – 1,07)
Sexo masculino*			
Sexo femenino	1,93 (1,38 – 2,68)	3,29 (2,39 – 4,54)	1,30 (0,95 – 1,77)
Financiamiento de estudios			
Particular*			
Beca	1,38 (0,99 – 1,93)	2,60 (1,89 – 3,58)	1,86 (1,37 – 2,53)
Procedencia de Ed. media			
Humanista-Científico*			
Técnico Profesional	0,46 (0,26 – 0,79)	1,43 (0,73 – 2,79)	0,83 (0,48 – 1,42)
Bachillerato u otra carrera universitaria	0,58 (0,37 – 0,93)	0,40 (0,26 – 0,61)	1,56 (0,96 – 1,34)
Nivel educacional máximo de familiar			
Básica-Media*			
Superior	0,69 (0,48 – 0,99)	0,33 (0,22 – 0,48)	0,64 (0,46 – 0,88)
Lugar de residencia			
Periurbana*			
Urbana	0,82 (0,50 – 1,34)	0,58 (0,35 – 0,97)	1,34 (0,88 – 2,03)
Hábitos y estilos de vida			
Sin consumo de alcohol*			
Consumo de alcohol de riesgo	---	7,65 (3,59 – 16,26)	5,20 (2,89 – 9,33)
Sin tabaquismo*			
Tabaquismo activo	3,61 (2,14 – 6,09)	1,39 (0,94 – 2,05)	1,68 (1,15 – 2,45)
Físicamente activos*			
Inactividad física	1,49 (0,98 – 2,26)	2,59 (1,65 – 4,08)	0,77 (0,55 – 1,09)
Sin insomnio*			
Insomnio	1,49 (1,03 – 2,17)	2,56 (1,80 – 3,62)	2,16 (1,54 – 3,03)
*Control			

Conclusión

Los hallazgos confirman una asociación entre el género, factores sociodemográficos y estilos de vida en la salud mental de estudiantes, destacando la importancia de incorporar la perspectiva de género y de abordar factores de riesgo modificables en las estrategias de prevención y promoción de la salud mental universitaria (Valladares, 2023; Marlon 2023). Estudios de seguimiento de mayor extensión permitirían una mejor comprensión de estos hallazgos y su implicancia en los futuros promotores de la salud.

Referencias

Shafiee A, Teymouri Athar MM, Seighali N, Amini MJ, Hajishah H, Arabzadeh Bahri R, et al. The prevalence of depression, anxiety, and sleep disturbances among medical students and resident physicians in Iran: A systematic review and meta-analysis. PLoS One [Internet]. 2024;19(8):e0307117

Valladares-Garrido D, Quiroga-Castañeda PP, Berrios-Villegas I, Zila-Velasque JP, Anchay-Zuloeta C, Chumán-Sánchez M, et al. Depression, anxiety, and stress in medical students in Peru: a cross-sectional study. Front Psychiatry [Internet]. 2023;14:1268872.

Marlon Elías Lobos-Rivera, Edgardo René Chacón-Andrade, Natalie Gómez-Gómez & Robson Alexis Calito-Palacios. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en una muestra de estudiantes universitarios de nuevo ingreso [Internet]. Veritas & Research; 2023.