

Niveles de ansiedad en estudiantes de Ciencias Básicas de la Facultad de Medicina UTP

ALBERTH C. HERRERA G.
RICARDO GÓMEZ O.
Estudiantes de séptimo semestre de Medicina UTP.

Resumen

Se midieron los niveles de ansiedad y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de ciencias básicas de la facultad de medicina de la UTP. Se describen las características demográficas, académicas y se identificaron las actitudes que asumen los estudiantes frente a la ansiedad. De los 154 estudiantes encuestados, el 42.3% presentó ansiedad normal, el 57.7% restante presentó ansiedad no basal. Al analizar los resultados se observa mayor ansiedad en mujeres y en el grupo de edad entre 15 y 18 años; también se identificó mayor ansiedad en primer, tercer y quinto semestre. En las preguntas de opinión, el 50% de los estudiantes opina que la actitud de los profesores es un factor generador de ansiedad. En cuanto a la forma en que los estudiantes enfrentan la ansiedad, se encontraron actividades como escuchar música, hacer deporte, fumar, consumir licor, entre otras. Es importante anotar que los resultados obtenidos permiten visualizar la presencia de ansiedad en más de la mitad de la población estudiantil. PALABRAS CLAVES: Ansiedad, Test de Zung.

Introducción

No hay estudios locales disponibles sobre la ansiedad en estudiantes universitarios, sus niveles y sus repercusiones en el rendimiento académico. La exigencia académica del programa de medicina requiere de total disponibilidad y dedicación; la ansiedad implica en los dicentes, reacciones de tipo psicofisiológicas no deseables en los actos académicos, razón por la cual es de alta importancia estudiar su presencia entre los estudiantes universitarios y determinar si influye o no sobre su rendimiento académico.

De acuerdo con estadísticas de la OMS, los problemas de salud mental constituyen alrededor del 15% de la carga mundial de enfermedad. En Colombia el segundo Estudio Nacional de Salud Mental y Consumo de Sustancias Psicoactivas realizado en 1997 (1), demostró que el 13,6 % de los encuestados manifestó haber sentido la necesidad de consultar por problemas relacionados con la salud mental, la prevalencia total de ansiedad alcanzó el 9.6%.

El significado médico más estricto de la palabra ansiedad que se emplea en esta investigación es un estado caracterizado por una sensación subjetiva de miedo e inquietud premonitoria (aprehensión), acompañado generalmente de un contenido tóxico definido y asociado con los acompañantes psicológicos de la emocionalidad interna, es decir, dificultad para respirar, sensación de ahogo, palpitación, inquietud, tensión muscular aumentada, opresión en el pecho, vahídos, temblores, sudación y bochornos. Por contenido tóxico se entiende la idea, persona u objeto, por el cual el sujeto está ansioso. Los múltiples trastornos vasomotores y viscerales subyacentes a los síntomas son mediados por el sistema nervioso autónomo, particularmente en su porción simpática, e involucran también las glándulas tiroideas y suprarrenales (2,3). El tipo de investigación que se llevó a cabo fue cuantitativa descriptiva; se pretendió describir los niveles de ansiedad, algunos factores asociados a su presentación y su relación con el nivel académico de los estudiantes.

El objetivo del presente estudio fue determinar el nivel de ansiedad en los estudiantes de Ciencias Básicas del Programa de Medicina de la Universidad Tecnológica de Pereira, segundo semestre académico de 1999; describir algunos factores relacionados con la ansiedad y su relación con el rendimiento académico, con el fin de contribuir al conocimiento de este fenómeno entre los protagonistas de actos docentes en la facultad.

Materiales y Métodos

La población objeto de estudio se definió como el grupo de estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Tecnológica de Pereira que al momento de aplicar la encuesta se encontraban matriculados entre el primero y el quinto semestre.

Conocidas las características de la investigación, se determinó que el método más adecuado para seleccionar los componentes de la muestra correspondía a un muestreo aleatorio simple.

Se procedió entonces a determinar el tamaño de la población necesaria para establecer los parámetros de la población con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%; las muestras necesarias para ello eran muy cercanas en número al total de la población y se decidió entonces hacer un censo; la población total inicial correspondía a 178 estudiantes de ciencias básicas y se aplicó la encuesta a todos ellos.

No se realizó la prueba piloto porque el test de Zung ya está validado(4) y no hubo necesidad de validar la encuesta. La depuración posterior de las encuestas arrojó un número total final de 154 resultados correspondientes estos al 86.52% del total de la población.

La encuesta estuvo estructurada en dos partes, la primera correspondió a variables de identificación general y se hace mención al género, edad, semestre en curso y créditos matriculados, lugar de origen, tiempo de llegada a la universidad, formas de relajarse cuando se siente ansioso y dos preguntas de opinión sobre la influencia de los profesores en la ansiedad de los estudiantes y la relación de la misma con el rendimiento académico. La segunda parte corresponde al test de Zung, que contiene 20 preguntas que incluyen manifestación de síntomas psicósomáticos, así como una serie de distractores para dar mayor confiabilidad a la prueba, a través de los cuales se pudo establecer el nivel de ansiedad de un determinado individuo; esta segunda parte tuvo cuatro opciones de respuesta (nunca, a veces, muchas veces, siempre), que se calificaron numéricamente de 1 a 4 puntos para cada respuesta, al sumar los puntos, al resultado menor de 50 se le consideró como ansiedad normal, entre 50 y 70 puntos se consideró que existía ansiedad leve, entre 70 y 80 puntos ansiedad moderada y mayor de 80 puntos ansiedad severa.

Para determinar si la ansiedad se relacionaba con el

rendimiento académico, se solicitó al Centro de Registro y Control Académico de la UTP el promedio del último semestre que había cursado el encuestado y dicho promedio se enfrentó al resultado del test de Zung. Solo se recibieron 103 registros pues el número restante de alumnos se encontraba en primer semestre y no se tenía registro de ellos.

Resultados

Se encuestaron 154 alumnos, un 57.8% hombres y el restante 42.2% mujeres, en edades comprendidas entre 16 y 36 años, la mayoría en un rango de 17 a 22 años. Según el origen de los encuestados, el 46.1% de los estudiantes resultó ser de Pereira y el 53.9% eran provenientes de otras ciudades. La población a estudio estaba distribuida en un 29.2% en I semestre, 24% en II, 13.6% en III, 17.5% en IV y 15.5% en V semestre. Los promedios de calificaciones de los encuestados mostraron a un 25.2% con promedios mayores de 4.1, el 27.1% con promedios entre 3.6 y 4, el 38.8% entre 3.1 y 3.5, y el 8.7% presentó promedios menores de 3.

Al aplicar el Test de Zung llama la atención que solo un 42.3 % de la población estudiantil presentó un nivel de ansiedad normal (tabla 1), lo que significó que más de la mitad de los estudiantes manejaron niveles de ansiedad significativos que pueden llegar a ser perjudiciales para la convivencia en armonía con el resto de la comunidad universitaria. Vale la pena resaltar que los niveles de ansiedad severa sólo equivalen a un 1.9% y la calificación de estas personas en el Test de Zung estuvo en el borde de la calificación para los niveles moderados. Para facilitar el manejo de los resultados y poder dar un análisis más confiable, se agruparon los valores de niveles de ansiedad moderada y severa en un solo rango.

Tabla 1. Niveles de ansiedad en estudiantes de ciencias básicas de la Facultad de Medicina de la UTP.

NIVELES DE ANSIEDAD	PORCENTAJE	FRECUENCIA
NORMAL	42,3	65
LEVE	41,5	63
MODERADA-SEVERA	16,2	26
TOTAL	100	154

Según la aplicación del test, el 58% de la población encuestada presentó niveles de ansiedad significativos que iban desde leve hasta severa; siendo estos resultados más altos con relación al estudio de Comus y Silene (4) en la Universidad Nacional de Colombia donde se demostraron unos niveles menores.

La tabla 2 nos muestra que las personas con edades entre 15 y 18 años tienen mayor nivel de ansiedad que los otros grupos de edades; la ansiedad normal es predominante en el grupo con edades entre 19 y 22 años y en cuanto al grupo de mayores de 23 años, se encontró presencia de ansiedad no basal en un 53,84%.

Tabla 2. Niveles de ansiedad según edad en estudiantes de ciencias básicas de la Facultad de Medicina de la UTP.

NIVEL DE ANSIEDAD	Edad (años)						
	15-18		19-22		>23		Total
	Frec. %		Frec. %		Frec. %		
NORMAL	17	32,08	36	48	12	46,16	65
LEVE	24	45,28	27	36	12	46,15	63
MODERADA-SEVERA	12	22,64	12	16	2	7,69	26
TOTAL	53	100	75	100	26	100	154

La prevalencia de ansiedad en las mujeres encuestadas fue superior a la presentada por el sexo masculino (tabla 3); el 83% de las encuestadas presentó algún nivel de ansiedad anormal, mientras que la mayoría de los hombres, el 61%, presentaban niveles normales. Tanto los hombres como las mujeres que presentaron niveles no basales de ansiedad, en su mayoría se encontraban en un nivel de ansiedad leve (41%), porcentaje que indica que se deben tomar medidas preventivas para disminuir estos valores y evitar que este porcentaje pase a un nivel de ansiedad moderada – severa.

La prevalencia de niveles anormales de ansiedad fue mayor en los alumnos con promedios más bajos, seguidos por los encuestados con promedios aceptables, relacionándose estos hallazgos tal vez con la exigencia de la carrera.

Según el lugar de procedencia, el 65% de los estudiantes procedentes de otros departamentos presentaron niveles de ansiedad fuera de lo normal, de los estudiantes encuestados que viven en Pereira el 48% presentaron nivel de ansiedad normal, encontrándose un mayor nivel de ansiedad en los estudiantes provenientes de otros lugares. Debemos entonces, establecer programas de prevención y manejo de ansiedad en todos los estudiantes por medio del Bienestar Universitario, haciendo un apoyo especial a los alumnos provenientes de otras regiones.

Tabla 3. Niveles de ansiedad según sexo en estudiantes de ciencias básicas de la Facultad de Medicina de la UTP.

SEXO	NORMAL	LEVE – MODERADA-SEVERA	TOTAL
FEMENINO	17%	83%	100%
MASCULINO	61%	39%	100%
TOTAL	42%	58%	100%

Según los factores académicos (tabla 4) se encontró que la prevalencia de ansiedad fue mayor en los estudiantes de III semestre, seguidos por I y V; estos tres semestres son cruciales para los estudiantes, pues en I semestre se produce un gran cambio de ambiente e integración a la vida universitaria, en V semestre se empieza a integrar las ciencias clínicas y en III se encuentra la materia de fisiología que es muy extensa, con gran carga académica y una gran cantidad de créditos.

Tabla 4. Niveles de ansiedad según el semestre que cursa en estudiantes de ciencias básicas de la Facultad de Medicina de la UTP.

SEMESTRE QUE CURSA	NIVELES DE ANSIEDAD						
	NORMAL	LEVE	MODERADA SEVERA	TOTAL			
I	15	33,30%	23	51,10%	7	15,60%	45
II	19	51,36%	11	29,72%	7	18,92%	37
III	5	23,80%	9	43%	7	33,30%	21
IV	16	59,26%	10	37,04%	1	3,70%	27
V	10	41,70%	10	41,70%	4	16,60%	24
TOTAL	65	100%	63	100%	26	100%	154

Con relación al número de créditos que los estudiantes tenían matriculados, se encontró que los estudiantes con menor número de créditos registrados mostraron niveles mayores de ansiedad, contradictoriamente pues a menor número de créditos matriculados menor es la carga académica.

Con respecto a la opinión de la influencia de los profesores en la ansiedad de los alumnos, se observó que un 29% de los estudiantes opinó que influían medianamente y un 50% consideró que sí lo hacían en gran proporción. Se observó también que un 91% de los estudiantes opinó que los niveles de ansiedad sí influyen en su rendimiento académico de una forma importante. Como formas de relajarse cuando se sienten ansiosos, los encuestados prefieren fumar en un 16.88%, prefieren consumir licor como actitud frente a la ansiedad en un 11.68%, prefieren el uso de sustancias psicoactivas prohibidas un 5.25% (figura 1). De todas las personas encuestadas, el 87% recurren a actividades diferentes, además de fumar, consumir alcohol o sustancias psicoactivas. Se presentaron 29 actividades diferentes, de las cuales las más comunes fueron escuchar música, practicar algún deporte, dormir y ver televisión.

Dentro de la sintomatología del campo somático referente a la ansiedad, en los estudiantes encuestados se presentó con mayor frecuencia y severidad, los dolo-

Figura 1. Formas de afrontar la ansiedad los estudiantes de ciencias básicas de la facultad de medicina de la UTP.

res de cuello, espalda y cabeza, sentirse cansado y débil fácilmente; con menor frecuencia y severidad, se presentaron los síntomas de desmayarse o sentir síntomas de desmayo; Dentro de las percepciones referentes a la ansiedad, se presentaron con mayor frecuencia y severidad, sentirse últimamente más nervioso o ansioso, seguido de sentirse irritado. El comportamiento de sintomatología y percepciones se muestra en la tabla 5.

Discusión

El límite entre la ansiedad normal y la ansiedad patológica no es bien claro; la ansiedad es un estado displacentero que tiene varios grados, que van desde inquietudes menores resultantes de las actividades

diarias, hasta angustia completa, que es la forma más extrema de ansiedad (5). Se decidió investigar sobre este estado en los estudiantes de medicina, pues dicha entidad en sus máximas presentaciones no es compatible con el desarrollo del acto académico, la ansiedad está presente en la mayoría de estos actos, condicionada tanto por el volumen y contenido de las asignaturas como por los ambientes donde se celebran, pero en lo fundamental determinada por las actitudes de los docentes hacia las asignaturas y a su aprendizaje.

Zung realizó un estudio en 739 pacientes, en un servicio de atención primaria en salud de los Estados Unidos, donde el 70% de los pacientes estudiados eran menores de 39 años y encontró que el 20.4% de la población presentaba una prevalencia global de ansiedad con síntomas clínicamente significantes entre leve, moderada y severa. Encontró además que la presentación de ansiedad tenía mayor relación con componentes psicológicos que somáticos. Otro dato del estudio de Zung es la presentación de diferentes frecuencias de la prevalencia total según el sexo; el 24.1% en el sexo masculino y 38.8% en el femenino, y se encontró que en el primero no apareció ansiedad severa(6,7). En la Universidad Nacional de Bogotá, el grupo COMUS Y SILENE realizó un estudio sobre la preva-

Tabla 5. Comportamiento de la sintomatología, según la Escala de Ansiedad en los estudiantes de ciencias básicas de la facultad de medicina de la universidad Tecnológica de Pereira.

SÍNTOMA	ESCALA			
	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
Se ha sentido últimamente más nervioso y ansioso.	4.5	51.9	39.0	4.5
Se ha sentido temeroso sin razón.	26.6	53.9	16.9	2.6
Se ha irritado fácilmente o ha sentido pánico.	20.1	46.8	31.8	1.3
Ha sentido que está derrumbado.	33.1	43.5	20.8	2.6
Ha sentido que nada malo va a pasar, que todo va bien.	8.4	49.4	37.0	5.2
Se ha sentido tembloroso	39.0	44.2	14.9	1.9
Le ha dolido el cuello, la espalda o la cabeza.	8.4	40.9	40.9	9.7
Se ha sentido débil, se cansa fácilmente.	11.7	50.0	34.4	3.9
Se ha sentido calmado y puede mantenerse quieto.	13.6	49.4	29.2	7.8
Ha sentido palpitaciones-taquicardia últimamente.	51.9	31.8	15.6	0.6
Se ha sentido últimamente mareado.	61.7	29.2	7.8	1.3
Se ha desmayado o ha sentido síntomas de desmayo.	81.8	14.9	1.9	1.4
Ha podido respirar con facilidad.	8.4	9.7	17.5	64.4
Ha sentido hormigueo, falta de sensibilidad en los dedos.	64.9	27.9	5.2	1.9
Ha sentido náuseas y malestar en el estómago.	36.4	46.1	16.9	0.6
Ha orinado con mayor frecuencia de lo normal.	36.4	43.5	14.9	5.2
Ha sentido sus manos secas y calientes.	50.0	36.4	11.0	2.6
Se ha ruborizado con frecuencia.	28.6	50.0	19.5	1.9
Ha dormido bien y descansado toda la noche.	12.3	46.2	30.5	11.0
Ha tenido pesadillas.	38.3	46.1	14.3	1.4

lencia de Trastornos del Comportamiento Alimentario (T.C.A) en estudiantes universitarios para el período Julio/94-Diciembre/95, en el cual el Test de Zung de ansiedad fue positivo en el 23.8%, siendo superior en las mujeres (4).

Comparando el presente estudio con los anteriormente citados, vemos cómo los niveles de ansiedad son más altos para nuestra población, pues se encontró que los grupos más afectados por la ansiedad fueron la población femenina, el grupo etáreo entre 15 y 18 años y los grupos que están sometidos a una gran carga académica y psicológica, como lo fueron I, III y V semestre; se observa también una cierta prevalencia de ansiedad en los estudiantes con menor rendimiento académico y la población proveniente de otros lugares. La mayoría de los estudiantes encuestados está de acuerdo con la gran influencia que tienen los profesores sobre la ansiedad y la influencia que tiene esta sobre el rendimiento académico. No fue posible describir los niveles de ansiedad de acuerdo con el nivel socioeconómico de la población estudiantil por dificultades con el Centro de Registro y Control de la UTP, del cual se requerían datos respecto al nivel socioeconómico de los estudiantes para describir los niveles de ansiedad según esta variable; De acuerdo con el Estudio Nacional de Salud Mental se presentó el mayor riesgo de ansiedad en el estrato bajo-bajo, al igual que en Estados Unidos según lo reportado por Zung.

Otro aspecto importante que permite entrever este estudio, es la manera como afrontan los estudiantes la ansiedad; es importante reconocer que el nivel de consumo de alcohol como mecanismo de afrontamiento de la ansiedad es alto, máxime cuando el alcoholismo es un problema de primer orden en los médicos de todo el mundo(5).

Otro problema es el alto consumo de cigarrillo que también juega un papel importante dentro de los factores de riesgo a los que está sometida la población de médicos; Respecto al uso de sustancias psicoactivas prohibidas también es preocupante el consumo de las mismas por parte de los estudiantes. El resto de actividades que prefieren los encuestados, son actividades que ameritan una buena cantidad de tiempo libre y la exigencia académica del programa de medicina requiere de total disponibilidad y dedicación, coartando esto un poco los mecanismos que tienen los estu-

diantes de afrontar la ansiedad resultante de sus actos académicos.

Recomendaciones

Después de realizada la presente investigación, el grupo de investigación de niveles de ansiedad en estudiantes de Medicina de la Facultad de Medicina de la UTP, recomienda a los profesores y comités académicos de bienestar universitario diseñar programas de atención y prevención a estos estudiantes con niveles de ansiedad moderada a severa para disminuir sus niveles de ansiedad y detectar los estudiantes con niveles leves para que no sobrepasen este nivel.

Aprovechando las potencialidades que se tienen en la facultad en el programa de Ciencias del Deporte y la Recreación, fomentar programas que permitan la utilización del tiempo libre de los estudiantes del programa de Medicina, con miras a reforzar actividades que permitan el manejo de la ansiedad que está presente en los estudiantes, habida cuenta de haber sido detectadas actividades recreativas que espontáneamente utilizan como mediadores para evitar llegar a niveles más altos de ansiedad.

Es necesario que la universidad por medio de Bienestar Universitario y sus orientadores, diseñen programas de recreación, musicales y culturales que permitan a los estudiantes involucrarse de forma activa con actos diferentes a los académicos disminuyendo los niveles de ansiedad y promoviendo el crecimiento personal, psicológico y social de todos los dicentes.

También se recomiendan programas de educación destinados a los profesores para inculcar un trato diferente hacia los estudiantes, tendientes a mejorar un poco la calidad de vida estudiantil.

De igual forma se hace necesario establecer programas de prevención de consumo de cigarrillo, alcoholismo y drogadicción más fuertes para concientizar a los que toman estas actitudes frente a la ansiedad y evitar que más estudiantes adquieran estos hábitos.

Agradecimientos

Al Dr. Diómedes Tabima G., a la Ingeniera Catalina González y a los estudiantes Pilar Navia y Cesar Rivas por sus valiosos aportes.

Referencias bibliográficas

1. Ministerio De Salud. Estudio Nacional de Salud Mental y Sustancias Psicoactivas. 1993.
2. Harrison. Principios de Medicina Interna. 14 ed. en español. Editorial Mc Graw-Hill. (España)1998. p181, 221, 2831, 2837, 2834-2837.
3. Toro G Ricardo J; Yépez R Luis E. Fundamentos de medicina psiquiátrica. 3 ed. Editorial Corporación para Investigaciones Biológicas CIB (Colombia) 1998. p182-185.
4. Comus y Silene. Prevalencia de trastornos del comportamiento alimentario (T.C.A.) en estudiantes universitarios, para el período julio/94 – diciembre/95. Universidad Nacional de Colombia. Bogota, Colombia.
5. Howard H. Goldman, Psiquiatría General.3ed. Editorial El Manual Moderno. (México)1994. p5, 6, 217,311-329, 397, 616,
6. Sheehan D V. Panic attacks and phobias. N. Engl. J. Med. 307: 156-8, 1982.
7. Sheehan D V; Ballenger J; Jacobson G. Treatment of endogenous anxiety with phobia, hysterical and hypocondriacal symptoms. Arch. Gen. Psychiatry. 37: 51-9, 1980.

