

Salud mental y manifestaciones psicosomáticas en estudiantes de medicina de pregrado

Mental health and psychosomatic manifestations in undergraduate medical students

Aldo Medina-Gamero^{1*}  y Mónica Regalado-Chamorro² 

¹Facultad de Humanidades, Universidad Tecnológica del Perú; ²Departamento de Letras, Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú

En el ámbito médico, la responsabilidad de ofrecer un servicio de calidad tiende a ocasionar presión en los profesionales de la salud, quienes se enfrentan a diversos factores de riesgo psicosociales que generan estrés, el cual repercute en lo físico e influye en la productividad laboral.

En el artículo “Factores asociados a síntomas psicopatológicos en estudiantes de medicina en el contexto de la pandemia de COVID-19: comparación 2019-2022”¹ se menciona que en la época de la COVID-19 hubo un aumento de síntomas psicopatológicos en los estudiantes de medicina, en especial en las mujeres. Por ello, en la actualidad es de importancia la investigación. Sin embargo, consideramos que existen otros factores que afectan la salud mental, como resultado del rezago de la pandemia. Entre estos factores se encuentran las restricciones sanitarias, la competitividad entre compañeros, la escasez de resiliencia ante situaciones familiares y la elección de cursos, que contribuyen en el desgaste mental.

También es necesario identificar que existen niveles de estrés y manifestaciones psicosomáticas que provocan enfermedades dermatológicas, cardiovasculares, problemas neuromusculares y trastornos digestivos. Por lo tanto, para evitar estos síntomas psicosomáticos es necesario actuar de manera oportuna, y se deben incentivar la colaboración y el empoderamiento de los futuros profesionales de la salud en el proceso de toma de decisiones. Al igual, se deben respetar los períodos

de descanso, promover el bienestar emocional y brindar recursos y apoyo adecuados. Además, las instituciones pueden contribuir de manera significativa a la salud mental y al éxito académico de los jóvenes estudiantes. Finalmente, es fundamental que el futuro profesional de la salud aprenda a desconectarse, dedicándose a actividades relajantes que disfrute tras la jornada académica. Si esto no fuera suficiente, sería aconsejable solicitar la asistencia de un especialista para afrontar el agotamiento.^{2,3}

En conclusión, se deben desarrollar estrategias adecuadas y oportunas para fomentar el bienestar personal; de esta manera se tendría como resultado estudiantes motivados, y por consiguiente impactaría positivamente en su desempeño profesional y laboral.

Financiamiento

Ninguno.

Conflicto de intereses

Ninguno.

Consideraciones éticas

Protección de personas y animales. Los autores declaran que para esta investigación no se han realizado experimentos en seres humanos ni en animales.

*Correspondencia:

Aldo Medina-Gamero

E-mail: medrafa222@gmail.com

0016-3813/© 2025 Academia Nacional de Medicina de México, A.C. Publicado por Permanyer. Este es un artículo *open access* bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Fecha de recepción: 03-03-2025

Fecha de aceptación: 10-03-2025

DOI: 10.24875/GMM.25000090

Gac Med Mex. 2025;161:358-359

Disponible en PubMed

www.gacetamedicademexico.com

Confidencialidad, consentimiento informado y aprobación ética. El estudio no involucra datos personales de pacientes ni requiere aprobación ética. No se aplican las guías SAGER.

Declaración sobre el uso de inteligencia artificial. Los autores declaran que no utilizaron ningún tipo de inteligencia artificial generativa para la redacción de este manuscrito.

Bibliografía

1. Barragán-Pérez V, Fouilloux-Morales C, Mahuina Campos-Castolo E, Tafoya S. Factores asociados a síntomas psicopatológicos en estudiantes de medicina en el contexto de la pandemia de COVID-19: comparación 2019-2022. *Gac Med Mex.* 2024;160(6):618-27.
2. Reartes DL, Juárez C, Reyes H, Gutiérrez G, Muños JA. Riesgo y vulnerabilidad de los profesionales de la salud ante la pandemia de COVID-19. *Aten Primaria.* 2025;57(7):103206.
3. Regalado M, Baltazar H, Pineda F, Medina A. La salud mental en los jóvenes universitarios: un desafío para las instituciones. *Aten Prim Prac.* 2023;5(4):100182.