

Recientemente, en Estados Unidos de América se han implementado planes de estudio acelerados con duración de tres años, conocidos como *3-year accelerate pathway*, en instituciones como New York University School of Medicine, Penn State College of Medicine y University of California Davis School of Medicine. Este sistema está dirigido por el Consorcio de Programas de Medicina Acelerada (CAMPP, por sus siglas en inglés).³

En México, la Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG) ofrece un plan de estudios de medicina con duración de cuatro años y en el que únicamente se permite el ingreso a ciudadanos de Canadá, Estados Unidos de América y Puerto Rico.⁴

El programa de medicina para graduados podría fungir como semillero de una nueva generación de médicos, quienes podrían integrarse rápidamente (3 a 4 años) a la fuerza médica laboral mexicana o realizar una especialidad en un total de 6 a 8 años dependiendo del plan que se elija; en ese mismo tiempo sólo se obtienen médicos generales con el programa actual de medicina.

México debe considerar adoptar los programas de medicina para graduados como la solución para reducir la falta de personal médico, así como lo han hecho los países mencionados anteriormente.

Declaración de conflicto de intereses. El autor declara no tener conflicto de intereses.

Raúl Ernesto Cortés-González, MSc.⁽¹⁾
recg-raul@hotmail.com

(1) REG Fisioterapia. Salamanca, Guanajuato, México.

<https://doi.org/10.21149/12248>

Referencias

- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. *Health at a glance 2017. OECD Indicators*. París: OECD, 2017.
- Carter YH, Peile E. Graduate entry medicine: high aspirations at birth. *Clin Med*.

- 2007;7(2):143-7. <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.7-2-143>
- Cangiarella J, Fancher T, Jones B, Dodson L, Ling-Leong S, Hunsaker M, et al. Three-Year MD Programs: Perspectives From the Consortium of Accelerated Medical Pathway Programs (CAMPP). *Acad Med*. 2017;92(4):483-90. <https://doi.org/10.1097/ACM.0000000000001465>
- Universidad Autónoma de Guadalajara. Plan de estudios. México: UAG, 2020 [citado noviembre 6, 2020]. Disponible en: <https://www.uag.edu/admissions/requirements/>

Impacto psicológico de la pandemia por Covid-19 en los residentes de especialidades médicas

Señor editor: Las pandemias afectan el estado psicológico de los profesionales de la salud. Además de otorgar tratamiento y cuidado a los pacientes con Covid-19 para evitar infecciones, los trabajadores de la salud deben cumplir con medidas de protección muy estrictas. Debido al limitado número de equipos de protección personal, a menudo este personal no puede comer, beber o realizar necesidades fisiológicas, además de que a medida que avanza la pandemia, el número de pacientes se multiplica, lo que aumenta el cansancio físico y mental, mismos que a la vez provocan angustia psicológica en los residentes de especialidades médicas. Esta pandemia ha modificado las rutinas de actividades clínicas y quirúrgicas debido al elevado número de casos en nuestro país y los trabajadores tuvieron que dejar a un lado su formación para concentrarse en la atención de pacientes con Covid-19.^{1,2} Lo anterior ha provocado trastornos de sueño, ansiedad y depresión. Existen pocos estudios que proporcionen información sobre cómo esta pandemia ha influido en la capacitación y en los programas formativos de los residentes de especialidades médicas, así como sobre el impacto psicológico. Para Wang y colaboradores, una

de las principales afecciones en los trabajadores de la salud con exposición a pacientes con Covid-19 son los trastornos del sueño;³ para diversos autores, los trastornos mentales más importantes durante la pandemia de Covid-19 son la ansiedad y los trastornos del sueño, y pueden empeorar los trastornos psicológicos preexistentes.²⁻⁴ El impacto psicológico de la pandemia de Covid-19 –la cual no distingue entre distintas especialidades médicas– en nuestro país está afectando a los trabajadores de la salud, entre quienes destaca el personal en formación de especialidades médicas, pues, al ser una población joven, carece de experiencia en el manejo de pacientes en epidemias, lo que aumenta su nivel de ansiedad. En el hospital regional de alta especialidad de la península de Yucatán se crearon sesiones personalizadas para los médicos residentes, se aplicaron pruebas psicológicas para la detección de ansiedad, depresión y trastornos del sueño durante esta pandemia, se identificaron grupos de riesgo y se iniciaron sesiones de apoyo psicológico y activación física, utilizando servicios de plataformas en línea con la finalidad de disminuir la aglomeración de grupos, sin dejar de lado medidas para disminuir el estrés y mantener o mejorar la salud mental de los médicos residentes. El impacto psicológico que esta pandemia ha tenido en los residentes de especialidades médicas hace necesaria la instauración de programas de atención a la salud mental y la creación de equipos multidisciplinarios.

Declaración de conflicto de intereses. Los autores declararon no tener conflicto de intereses.

Juan Francisco Monzón-Falconi,
Med Residente Urol,⁽¹⁾
jfrancisco.falconi@hotmail.com
Alfredo Alfonso Carballo-Magdaleno,
Med Residente Med Gral,⁽¹⁾
Guillermo José Cueto-Vega, Uról,⁽¹⁾
Michel Alfredo Bastarrachea-Solis,
Med Residente, Urol,⁽¹⁾
José Enrique Espinosa-Aznar, Uról,⁽¹⁾
Juan Pablo Flores-Tapia, Uról,⁽¹⁾

Antonio Esqueda-Mendoza, Uró⁽¹⁾
 Jorge Carlos Guillermo-Herrera, D en Educ⁽¹⁾
 Mario José Basulto-Martínez, Uró⁽¹⁾

(1) Hospital Regional de Alta Especialidad de la Península de Yucatán, Yucatán, México.

<https://doi.org/10.21149/12171>

Referencias

1. Kelly BD. Coronavirus disease: challenges for psychiatry. *Br J Psychiatry*. 2020;217(1):352-3. <https://doi.org/10.1192/bj.2020.86>
2. Pfefferbaum B, North CS. Mental health and the Covid-19 pandemic. *N Engl J Med*. 2020;383(6):510-2. <https://doi.org/10.1056/NEJM2008017>
3. Wang S, Xie L, Xu Y, Yu S, Yao B, Xiang D. Sleep disturbances among medical workers during the outbreak of COVID-2019. *Occup Med (Lond)*. 2020;70(5):364-9. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqaa074>
4. Huang Y, Zhao N. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Res*. 2020;288:112954. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>

Las repercusiones de la pandemia de Covid-19 en los hábitos de salud y la adaptación a la misma: caso México

Señor editor: Los efectos de la pandemia en los hábitos de salud son relevantes en contextos como el nuestro, dado que en gran parte de la población existe un alto nivel de inseguridad alimentaria,¹ un gran problema de sobrepeso y obesidad, bajos niveles de actividad física² y altos índices de población con enfermedades como diabetes e hipertensión. A continuación se presentan los resultados de un estudio que forma parte de un proyecto internacional denominado PSY-COVID-19, enfocado en abordar esta cuestión.

El PSY-COVID-19 fue coordinado por la Universidad Autónoma de

Barcelona y se realizó en junio y julio de 2020 a 7 439 personas de diversas regiones del país, con edades entre los 18 y 80 años y con una media de 36.99 (DE=14.00): 69.9% mujeres y 30.1% hombres. Se empleó un instrumento que contempla indicadores de hábitos de salud, alimentación, ejercicio y sueño, además del de adaptación a los cambios a partir del confinamiento. El estudio fue desarrollado para ser completado en línea en Google Forms y se rigió por la legislación de protección de datos de la Unión Europea, en específico por la Declaración de Helsinki.

El estudio mostró que alrededor de la mitad de los participantes reportó desmejorar su actividad física, más los hombres que las mujeres. Asimismo, un porcentaje considerable de personas también reportó cambios negativos en su alimentación, más las mujeres que los hombres. Las dificultades asociadas con el sueño en el periodo de la pandemia fueron las más reportadas, más en las mujeres que en los hombres. El estudio también mostró cómo los cambios en los hábitos estudiados son un predictor de la adaptación a situaciones como el confinamiento, más en los cambios en los hábitos alimentarios y de sueño que en la actividad física.

La importancia del mantenimiento de los hábitos saludables radica en que son factores que protegen ante las situaciones de enfermedad,³ evitan complicaciones, ayudan en el restablecimiento, así como también evitan las recaídas.⁴ Se recomienda trabajar en intervenciones para resolver problemas inmediatos como la falta de apetito, de sueño o de motivación para hacer cosas, o bien tratar de evitar esos aspectos negativos y así preservar o incrementar la adaptación al confinamiento y la calidad de vida de las personas.

Declaración de conflicto de intereses. Los autores declararon no tener conflicto de intereses.

Javier Álvarez-Bermúdez, D en Psicol⁽¹⁾
 Cecilia Meza-Peña, D en Filosofía, Esp en Psicol⁽¹⁾
cecilia.mezapn@uanl.edu.mx
 Grupo de investigación internacional (PSYCOVID) Nodo México.*

(1) Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Nuevo León. Nuevo León, México.

* Dr. Antonio Sanz Ruiz, Universidad Autónoma de Barcelona; Dr. Luis Javier Martínez Blanquet, Universidad Autónoma de San Luis Potosí; Dra. Lucía Pérez Sánchez, Universidad Autónoma de Nayarit; Dra. Martha Leticia Gaeta González; Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla; Dra. Paulina Iturbe Fernández, Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla; Imelda G. Alcalá-Sánchez, Universidad Autónoma de Chihuahua; Dra. Georgina Eugenia Bazán Riverón, Universidad Nacional Autónoma de México.

<https://doi.org/10.21149/12626>

Referencias

1. Mundo-Rosas V, Vizuet-Vega NI, Martínez-Domínguez J, Morales-Ruán MC, Pérez-Escamilla R, Shamah-Levy T. Evolución de la inseguridad alimentaria en los hogares mexicanos: 2012-2016. *Salud Pública Mex*. 2018;60(3):309-18. <http://doi.org/10.21149/8809>
2. Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. México: INSP/INEGI/SS, 2018 [citado febrero, 2021]. Disponible en: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf
3. García-Tascón M, Sahelices-Pinto C, Mendaña-Cuervo C, Magaz-González AM. The impact of the covid-19 confinement on the habits of practice according to gender (male/female): Spanish case. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(19):6961. <https://doi.org/10.3390/ijerph17196961>
4. World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Report of a joint WHO/FAO expert consultation. Technical Report Series, No. 916. Ginebra:WHO, 2003.

Impacto del aislamiento por la pandemia de Covid-19 en hábitos de la vida diaria en población mexicana

Señor editor: En México, durante marzo de 2020, el Consejo General de Salud declaró emergencia sanitaria nacional por la epidemia de Covid-19