Depósito Legal electrónico: ME2016000090 - ISSN Electrónico: 2610797X
http://erevistas.saber.ula.ve/gicos

Revista del Grupo de Investigación en Comunidad y Salud

/ Volumen **10**, N° **1**, 2025 /

Artículo Original

Estrés percibido de los residentes de postgrado de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes, 2024

Perceived stress of postgraduate residents of the college of medicine, Universidad de Los Andes, 2024

ARIAS, JORGE[1]; CHIPIA, JOAN[1]; LÓPEZ, LIZMERY[1]

[1]Universidad de Los Andes. Mérida, Venezuela

Autor de correspondencia
jorgeyersonariasortega@gmail.com

Fecha de recepción
03/11/2024
Fecha de aceptación
15/12/2024
Fecha de publicación
28/02/2025

Autores

Arias, Jorge
TSU en Investigación Psicosocial.
Correo-e: jorgeyersonariasortega@gmail.com
ORCID: https://orcid.org/0009-0006-5933-4920

Chipia, Joan
Lic. en Educación mención Matemática. MSc. en Educación mención Informática y Diseño Instruccional. MSc. en Salud Pública. Máster en Metodología de la Investigación en Ciencias de la Salud. Dr. en Ciencias Organizacionales. Profesor Asociado, Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes. Mérida, Venezuela.
Correo-e: joanfchipia@ula.ve
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-6365-8692

López, Lizmery
Lic. en Enfermería, MSc. en Salud Pública, MSc. en Geriatría, Gerontología y Envejecimiento, Doctorando en Ciencias Organizacionales. Profesora Instructora, Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes. Mérida, Venezuela
Correo-e: lizmery@ula.ve
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-8990-2155

Citación:
Arias, J., Chipia, J. y López, L. (2025). Estrés percibido de los residentes de postgrado de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes, 2024. *GICOS, 10*(1), 48-60
DOI: https://doi.org/10.53766/GICOS/2025.10.01.03

La Revista Gicos se distribuye bajo la Licencia Creative Commons Atribución No Comercial Compartir Igual 3.0 Venezuela, por lo que el envío y la publicación de artículos a la revista es completamente gratuito. https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/ve/

RESUMEN

Introducción: el estrés se ha convertido en uno de los síndromes más habituales en el mundo laboral y amenaza la salud de uno de cada cinco trabajadores en el mundo (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022). Objetivo: evaluar el nivel de estrés percibido en los residentes de postgrado de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes, 2024. Método: enfoque de investigación cuantitativo, tipo analítico, diseño transversal, porque se recolecta los datos en un momento determinado. La muestra estuvo conformada por 63 residentes. Se utilizó la Escala de Estrés Percibido (EEP-10). Resultados: sexo 55,6% femenino, en los grupos de edad, los más altos porcentajes fueron de 31 a 35 años (47,6%) y de 25 a 30 años (41,3%), procedencia, 61,9% de un lugar diferente a Mérida, 68,3% con pareja estable, comorbilidades más frecuentes endocrinológicas (65,1%), hábito psicobiológico: alcohol (30,2%), factor psicosomático: ansiedad (33,3%), el mayor porcentaje de respuesta fue de los residentes de segundo año (34,9%) y del área clínica (65,1%). Los valores EEP-10 estuvieron entre 4 y 33 puntos, 50,8% en un nivel medio, con una media y desviación estándar 17,35 ± 6,98 puntos. Se determinaron diferencias estadísticas a través del año que cursa (p=0,020), encontrándose a través de la prueba de Tuckey que hay diferencias entre primer año, con respecto a cuarto y quinto año. Conclusiones: el estrés está en tres de cuatro residentes entre el nivel medio y medio alto, también se encontró que, a menor año de residencia, mayor grado de estrés percibido.

Palabras clave: estrés psicológico, salud mental, médicos residentes, Venezuela.

ABSTRACT

Introduction: Stress has become one of the most common syndromes in the workplace and threatens the health of one in five workers in the world (World Health Organization [WHO], 2022). Objective: evaluate the level of perceived stress in postgraduate residents of the College of Medicine, University of Los Andes, 2024. Method: quantitative research approach, analytical type, cross-sectional design, because the data is collected at a specific time. The sample was made up of 63 residents. The Perceived Stress Scale (EEP-10) was used. Results: sex 55.6% female, in the age groups, the highest percentages were 31 to 35 years (47.6%) and 25 to 30 years (41.3%), origin, 61.9% from a place other than Mérida, 68.3% with a stable partner, most common endocrinological comorbidities (65.1%), psychobiological habit: alcohol (30.2%), psychosomatic factor: anxiety (33.3%), the highest response percentage was from second-year residents (34.9%) and from the clinical area (65.1%). The EEP-10 values were between 4 and 33 points, 50.8% at a medium level, with a mean and standard deviation of 17.35 ± 6.98 points. Statistical differences were determined across the year of study (p=0.020), finding through the Tuckey test that there are differences between first year, compared to fourth and fifth year. Conclusions: stress is between the medium and medium-high level in three out of four residents. It was also found that the shorter the year of residence, the higher the degree of perceived stress.

Keywords: psychological stress, mental health, resident doctors, Venezuela.

INTRODUCCIÓN

El estrés experimentado se refiere al nivel en que los individuos perciben las exigencias de su entorno como impredecibles e incontrolables (Jorquera-Gutiérrez y Guerra-Diaz, 2023). En el contexto educativo el estudiante se enfrenta constantemente a las exigencias que la formación médica requiere, los estudios superiores representan el estrés académico como un proceso multifactorial complejo, con una elevada carga de trabajo. Esto se evidencia principalmente a través de la gran cantidad de tareas que los estudiantes de postgrado deben realizar, al igual que los problemas que pueden surgir durante sus prácticas (Zárate-Depraect et al, 2018).

El estrés crónico en médicos residentes se ha asociado con un mayor riesgo de agotamiento, depresión, ansiedad, trastornos del sueño y problemas de salud física. Estos problemas pueden afectar su calidad de vida, su capacidad para tomar decisiones clínicas adecuadas y su interacción con los pacientes. Además, el estrés en los médicos residentes también puede contribuir a errores médicos, falta de empatía hacia los pacientes y disminución de la satisfacción laboral. También, los síntomas del estrés son aquellos indicadores somáticos que evidencian la presencia de una situación estresante (Rodríguez y Sánchez, 2022).

El estrés se ha convertido en uno de los síndromes más habituales en el mundo laboral y amenaza la salud de uno de cada cinco trabajadores en el mundo (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022a) En casi todas las áreas laborales, la prevalencia es elevada y el número de casos continúa aumentando. La mitad del número de individuos en edad activa, equivalente a ocho millones, experimentan descontento con su labor, mientras que otros tres millones padecen las consecuencias del estrés (OMS, 2022a).

Según la OMS (2023a), el estrés laboral se identifica como un grupo de reacciones emocionales, psicológicas, cognitivas y conductuales ante exigencias profesionales que superponen los conocimientos y habilidades del trabajador para desempeñarse de forma óptima. En el ámbito sanitario, la incidencia del estrés se incrementa debido a la constante exposición a situaciones que implican largas jornadas de trabajo y la atención al enfermo que depende de sus cuidados (Barrio et al., 2006). El estrés en este sector laboral suele comenzar durante el período formativo. En realidad, la etapa de transición de la universidad al mundo laboral es una fuente importante de tensión entre los futuros profesionales sanitarios.

En consecuencia, el estrés académico se presenta de manera descriptiva en tres momentos: En primer lugar, el estudiante experimenta una serie de exigencias que, en consideración del propio alumno, son consideradas estresores. En segundo lugar, estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en una serie de síntomas (que son los indicadores del desequilibrio). En tercer lugar, este desequilibrio sistémico obliga al alumno a adoptar medidas de adaptación para restaurar el equilibrio sistémico, lo que se conoce como estrategias de afrontamiento. La evaluación constituye un procedimiento psicológico de interpretación que se lleva a cabo cuando el entorno se considera amenazante y cada individuo tiende a emplear los estilos de afrontamiento dominantes, ya sea por aprendizaje o por descubrimiento fortuito, en una situación de emergencia (Jerez-Mendoza y Oyarzo-Barría, 2015).

Se ve involucrado el afrontamiento del médico a su entorno en el caso de los residentes de postgrado, las particularidades de afrontamiento que utilice, su juicio teórico, su destreza técnica y actitudes para establecer relaciones humanas, efectivas y colaboradoras. El personal de médicos residentes requiere de una distinción singular, ya que, al encontrarse en un período de adiestramiento, junto con los estresores previamente descritos, asumen la obligación de cumplir con los requerimientos académicos considerados en la planificación educativa de la especialidad, manteniendo un papel doble, debido a que en ellos se encuentra un porcentaje significativo de carga asistencial vinculada a los servicios hospitalarios (Gómez-Baños et al., 2022).

Es importante señalar que el estrés es la respuesta orgánica que predispone al cuerpo y mente a prepararse para enfrentar lo desconocido que no sabe gestionar, los factores estresores pueden variar de acuerdo al contexto y sobre todo a la persona. El estrés en estudiantes de postgrado es un tema que se ha venido estudiando con mayor frecuencia, siendo el mismo pertinente para posibles intervenciones que reduzcan los niveles de estrés en los estudiantes. Por tanto, se considera oportuno abordar este tema de salud mental, ya que un manejo inadecuado del estrés conlleva a consecuencias en algunos casos irreversibles para quienes lo presentan (Peralta y Villalba, 2019).

De tal manera, es crucial estudiar el estrés en médicos residentes debido a varios factores que afectan tanto a su bienestar personal como a la calidad de la atención médica que brindan. Los médicos residentes son profesionales en formación que enfrentan una carga de trabajo intensa, largas horas de guardia, responsabilidades clínicas significativas y altos niveles de estrés emocional. Estas condiciones pueden tener un impacto negativo en su salud física y mental, así como en su desempeño profesional (Arias, 2024).

Al estudiar el estrés en médicos residentes, se pueden identificar factores de riesgo específicos, desarrollar intervenciones efectivas para prevenir y gestionar el estrés, y promover un entorno de trabajo más saludable y sostenible. Esto no solo beneficia a los médicos residentes en su desarrollo profesional y bienestar personal, sino que también mejora la calidad de la atención médica que brindan a los pacientes. En última instancia, abordar el estrés en médicos residentes es fundamental para garantizar la salud y el bienestar de los profesionales de la salud y para promover un sistema de atención médica más seguro y eficaz (Arias, 2024).

Un antecedente relevante fue la investigación realizada por Hernández et al. (2023), cuyo objetivo fue describir las manifestaciones de estrés académico en estudiantes del tercer año de la carrera de Medicina. Metodología: estudio descriptivo, transversal y retrospectivo de 10 estudiantes de la Facultad de Medicina. Resultados: predominó el estrés moderado en 70,0% de los alumnos, con una primacía del sexo femenino (50,0%). La frecuencia de intensidad de la preocupación fue expresada en el valor categorial mucho (70,0 %). Entre los principales factores estresores identificados figuraron: sobrecarga de tareas y trabajos, evaluaciones de los profesores y participación en clase, que en su totalidad forman parte de la dinámica del proceso formativo de la carrera. También prevaleció la diversidad de estrategias de afrontamiento a dicho estrés. Conclusiones: el estrés académico se presentó mayormente en las esferas afectiva y conductual de los estudiantes y se asoció a sucesos vivenciales como factores estresores.

Otra investigación fue la de Zárate-Flores y Morales-Sánchez (2022) cuyo objetivo consistió en describir el nivel de compromiso laboral y estrés percibido entre los residentes en la Ciudad de México. Metodología: estudio cuantitativo, exploratorio, no experimental, descriptivo y de corte transversal. Se evaluó un total de 248 residentes médicos de la Ciudad de México, utilizando las escalas UWES-15 y PSS. Resultados: la media de compromiso fue de 4.5 (± 1.2), y de las dimensiones: vigor (4.3, DE ± 1.4), dedicación (4.6, DE ± 1.3) y absorción (4.4, DE ± 1.3). De acuerdo al análisis de asociación entre compromiso y estrés percibido, se encontró que existe una correlación moderada lineal negativa estadísticamente significativa. Conclusiones: se encontró que existe correlación negativa entre estas variables. Mejorar el compromiso laboral es importante tanto para los médicos jóvenes como para los pacientes, ya que estos últimos recibirán una atención de mejor calidad.

Silva-Ramos et al. (2020) el objetivo fue determinar el nivel de estrés en estudiantes universitario. Metodología: estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional en una muestra de 255 estudiantes. Se utilizó el inventario SISCO, ya que permite identificar el estrés en estudiantes de educación superior y posgrado. Resultados: 86.3% de los participantes presentan un nivel de estrés moderado, se determinó independencia entre el nivel de estrés y el sexo de los participantes y se reporta asociación significativa con el programa de estudios.

Por su parte, Peralta y Villalba (2019) condujeron un estudio que tuvo como objetivo identificar los niveles de estrés laboral de estudiantes de postgrado. Metodología: estudio correlacional, muestra de 63 estudiantes de postgrado, se utilizó la escala de desgaste ocupacional. Resultados: se manifestó estrés en 14.2%, los trastornos depresivos se ubicaron en el nivel alto en 4.8% de los participantes. Se mostró una relación significativa entre el desarrollo del estrés y el desencadenamiento de dichos trastornos según la escala de desgaste ocupacional.

Finalmente, Zárate-Depraect et al. (2018) llevaron a cabo un estudio cuyo objetivo fue analizar los hábitos de estudio y su relación con el estrés académico en los estudiantes del área de la salud. Metodología: estudio cuantitativo, correlacional, transversal, de una muestra seleccionada aleatoriamente y conformada por 741 estudiantes de medicina general. Se aplicó el inventario de hábitos de estudio de Vicuña y el inventario de estrés académico de Barraza. Resultados: 36,82% tienen hábitos de estudio y a un 81,04% les genera estrés el hecho de competir con los compañeros, la sobrecarga académica, los exámenes, las tareas que piden los profesores, el tiempo limitado para hacer las tareas y no comprender bien los temas analizados en clase.

A partir de las consideraciones previas, en el presente estudio se busca evaluar el estado de estrés experimentado por los residentes de postgrado de la Facultad de Medicina de la Universidad de Los Andes, 2024.

MÉTODO

Investigación cuantitativa, tipo analítica, diseño transversal. Las variables de la investigación consideradas fueron:

- *Variables sociodemográficas:* sexo, edad, procedencia, pareja estable.
- *Variables epidemiológicas:* comorbilidades, hábitos psicobiológicos, factores psicosomáticos.

- *Demanda académica y asistencial:* año que cursa, especialidad que estudia, asistencial.
- Nivel de estrés percibido.

Hipótesis de la investigación

Las variables sociodemográficas, epidemiológicas y académicas están asociadas al nivel de estrés percibido en los residentes de postgrado de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes, 2024.

Población y muestra

La población estuvo conformada por 341 residentes de postgrado de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes, 2024. Se calculó la muestra con el software Epidat 3.1., para tal fin, se realizó un muestreo estratificado con un error muestral de 10% un nivel de confianza de 95% y una proporción esperada de 27,5%, obteniéndose un tamaño de muestra de 63 residentes. Se utilizó como criterios de inclusión que acepte firmar el consentimiento informado.

Instrumento de recolección de datos

Se realizó una ficha de recolección de datos con las variables de estudio y en particular para el nivel de estrés. Se realizará la versión en castellano de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10) está escala mide la percepción de estrés psicológico, la medida en que las situaciones de la vida cotidiana se aprecian como estresantes. La escala incluye una serie de consultas directas que exploran el nivel de estrés experimentado durante el último mes. Los incisos se entienden con facilidad. La escala brinda cinco opciones de respuesta: ‘nunca’, ‘casi nunca’, ‘de vez en cuando’, ‘muchas veces’ y ‘siempre’, que se clasifican de cero a cuatro. No obstante, los ítems 4, 5, 7 y 8 se califican en forma reversa o invertida.

Procedimiento de recolección de datos

- Solicitud de recolección de datos ante la división de postgrado de la Facultad de Medicina, ULA.
- A cada encuestado se le solicita firmar o aceptar el consentimiento informado.
- Se envió el Formulario de Google por correo electrónico y WhatsApp, además de recolección de información en físico en el Instituto Autónomo Hospital Universitario de Los Andes (IAHULA).

Análisis de datos

Los datos fueron depurados y vaciados en una base de datos realizada en el software estadístico Statistical Product and Services Solutions (SPSS) versión 26.0 para Windows. Se realizaron tablas y gráficos acordes a los objetivos de investigación y de acuerdo al tipo de variable y escala de medición estadística. En el caso de las variables categóricas (nominales y ordinales), se les calcularon frecuencias y porcentajes, mientras que a las variables cuantitativas se les determinó media aritmética, mediana, desviación estándar, valores máximos y mínimos. Para medir la asociación entre las variables, se empleará la prueba de Chi-cuadrado de Pearson, con significancia, cuando $p<0.05$.

Aspectos bioéticos

La investigación se rige por principios bioéticos internacionales al cumplir con lo estipulado en la Declaración de Helsinsky, en cuanto a estudios con seres humanos se refiere, la participación voluntaria quedó demostrada a través del consentimiento informado firmado por cada participante, con conocimiento de que podían retirarse en cualquier momento si así lo quisieran.

RESULTADOS

De los 63 residentes de la muestra, se determinó que el 55,6% es de sexo femenino y 44,4% masculino (gráfico 1) y en el gráfico 2 se obtuvo que los mayores porcentajes fueron de 31 a 35 años (47,6%) y de 25 a 30 años (41,3%). Además, el mayor porcentaje de residentes son procedentes de un lugar diferente a Mérida (61,9%), con pareja estable (68,3%) (tabla 1). También se halló que las comorbilidades más frecuentes fueron las endocrinológicas (65,1%), el hábito psicobiológico con mayor porcentaje fue el alcohol (30,2%) y el factor psicosomático más prevalente fue la ansiedad (33,3%) (tabla 2). En la tabla 3 se describe que el mayor porcentaje de respuesta fue de los residentes de segundo año (34,9%) y del área clínica (65,1%).

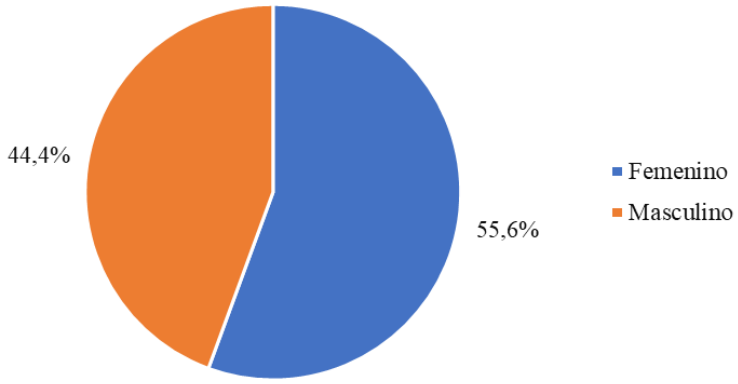

Gráfico 1.

Sexo de los residentes de postgrado encuestados en el IAHULA, 2024.

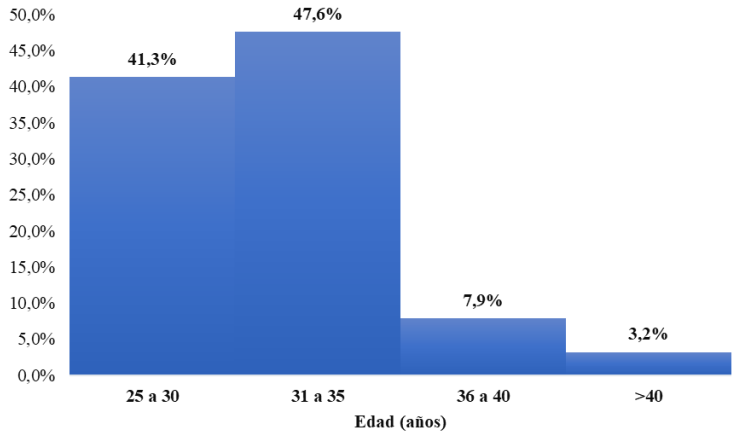

Gráfico 2.

Edad (años) de los residentes de postgrado encuestados en el IAHULA, 2024.

Tabla 1.
Procedencia y pareja estable de los residentes de postgrado encuestados en el IAHULA, 2024.

Procedencia	*Frecuencia n=63*	*Porcentaje %=100,0*
Mérida	24	38,1
Otro	39	61,9
Pareja establece		
Sí	43	68,3
No	20	31,7

Fuente: cálculos propios.

Tabla 2.
Comorbilidades, hábitos psicobiológicos, factores psicosomáticos de los residentes de postgrado encuestados en el IAHULA, 2024.

Comorbilidades	*Frecuencia n=63*	*Porcentaje %=100,0*
Endocrinológicas	41	65,1
Cardiología	12	19,0
Inmunológicas	1	1,6
Otras	9	14,3
Hábitos psicobiológicos		
Ninguno	39	61,9
Alcohol	19	30,2
Tabaco	2	3,2
Otro	3	4,8
Factores psicosomáticos		
Ninguno	27	42,9
Ansiedad	21	33,3
Dolor muscular	5	7,9
Depresión	5	7,9
Trastorno gástrico	3	4,8
Trastornos psicosexuales	1	1,6
Trastorno neurótico	1	1,6

Fuente: cálculos propios.

Tabla 3.

Año de estudio y tipo de especialización de los residentes de postgrado encuestados en el IAHULA, 2024.

Año de estudio		*Frecuencia n=63*	*Porcentaje %=100*
	Primero	19	30,2
	Segundo	22	34,9
	Tercero	16	25,4
	Cuarto	4	6,3
	Quinto	2	3,2
Especialización			
	Clínica	41	65,1
	Quirúrgica	22	34,9

Fuente: cálculos propios.

En la tabla 4 se especifica que los valores del EEP-10 estuvieron entre 4 y 33 puntos, obteniendo que el 50,8% de los encuestados se encuentra en un nivel medio, con una media y desviación estándar 17,35 ± 6,98 puntos.

Tabla 4.

Niveles de estrés según la EEP-10 de los residentes de postgrado encuestados en el IAHULA, 2024.

EEP-10	Frecuencia N=63	Porcentaje %=100,0
Leve (0 a 9)	9	14,3
Medio (10 a 19)	32	50,8
Medio alto (20 a 29)	17	27,0
Alto (30 a 40)	5	7,9
Estadísticos		*Valor*
Mínimo - Máximo		4 - 33
Media ± Desviación estándar		17,35 ± 6,98
Mediana		17,00
Error estándar de la media		0,88

Fuente: cálculos propios.

En la tabla 5 se observa que las variables sexo, grupos de edad, procedencia, pareja estable, comorbilidades, hábitos psicobiológicos y tipo de especialización, no está relacionada con el estrés, sin embargo, se determinaron diferencias estadísticas a través del año que cursa (p=0,020), encontrándose a través de la prueba de Tuckey que hay diferencias entre primer año, con respecto a cuarto y quinto año.

Tabla 5.
Niveles de estrés según sexo, edad, procedencia, pareja estable, comorbilidades, hábitos psicobiológicos, tipo de especialización y año de estudio de los residentes de postgrado encuestados en el IAHULA, 2024.

	N	Media	Desviación típica	Error típico de la media	p-valor
Sexo					
Masculino	28	17,04	5,601	1,058	,743
Femenino	35	17,60	7,990	1,351	
Grupos de edad					
25 a 30	26	15,96	5,48	1,075	,206
31 a 35	30	19,20	8,26	1,508	
36 a 40	5	13,60	3,91	1,749	
> 40	2	17,00	2,83	2,000	
Procedencia					
Mérida	24	16,29	6,511	1,329	,350
Otro	39	18,00	7,262	1,163	
Pareja estable					
Sí	43	18,09	7,552	1,152	,218
No	20	15,75	5,389	1,205	
Comorbilidades					
Endocrinológicas	41	18,02	6,475	1,011	,639
Cardiología	12	15,17	7,272	2,099	
Inmunológicas	1	20,00	.	.	
Otras	9	16,89	9,212	3,071	
Hábitos psicobiológicos					
Ninguno	39	17,10	7,546	1,208	,889
Alcohol	19	18,26	5,704	1,309	
Tabaco	2	16,50	6,364	4,500	
Otro	3	15,33	10,017	5,783	
Especialización					
Clínica	41	16,44	7,291	1,139	,159
Quirúrgica	22	19,05	6,168	1,315	
Año que cursa					
Primero	19	20,05	7,799	1,789	,020(*)
Segundo	22	17,77	6,399	1,364	
Tercero	16	16,19	5,468	1,367	
Cuarto o Quinto	6	10,33	5,645	2,305	

(*) estadísticamente significativo a través del ANOVA ($p<0,05$).

DISCUSIÓN

El estrés académico ocurre cuando los estudiantes perciben negativamente las demandas de su entorno, se vuelven ansiosos por situaciones encontradas durante sus estudios y pierden la capacidad de afrontarlas. La consecuencia de esta condición es la aparición de síntomas físicos como ansiedad, fatiga, insomnio; y manifestaciones académicas, falta de interés profesional, funcionamiento metacognitivo reducido (Silva-

Ramos et al., 2020). En el área de la salud se le suman diversos estresores que están inmersos en el proceso salud-enfermedad, surgiendo la necesidad de realizar un diagnóstico de estrés percibido en los residentes de postgrado, específicamente de la Facultad de Medicina de la Universidad de Los Andes, obteniéndose como resultados:

Del total de la muestra considerada para el estudio (63 residentes), se evidenció la distribución en relación al sexo, donde más de la mitad pertenecen al sexo femenino (55,6%), relacionándose con los diversos estudios, Silva-Ramos et al. (2020) encontraron que el 59.6% pertenecían al sexo femenino, mientras que Hernández et al. (2023) evidenciaron que la mitad de la muestra son mujeres; esto puede estar relacionado con la inclusión de la mujer en el mundo laboral, además en las ciencias de la salud la figura de la mujer siempre ha estado presente cumpliendo roles importantes.

Aunado a lo anterior, se estudiaron otras variables sociodemográficas como la edad, obteniéndose que los mayores porcentajes fueron de 31 a 35 años (47,6%) y de 25 a 30 años (41,3%), considerándose una población joven y productiva, es significativo señalar la importancia de la salud mental en cualquier edad, ya que esta se puede alterar por múltiples estresores (OMS, 2022b). También, el mayor porcentaje de residentes son procedentes de un lugar diferente a Mérida (61,9%), los mismos tienen pareja estable (68,3%), relacionándose con la investigación de Peralta y Villalba (2019) quienes evidenciaron que el 57.1% tenían pareja estable.

Por otra parte, se estudiaron las comorbilidades presentes en los residentes evidenciándose las más frecuentes: endocrinológicas (65,1%). Las enfermedades endocrinas y metabólicas se encuentran entre las enfermedades más comunes, en los últimos años ha aumentado su incidencia y esto está especialmente relacionado con la nutrición (Liberman, 2013). Según la OMS (2022c) aproximadamente del 86% de todas las enfermedades no transmisibles ocurren en países de bajos y medianos ingresos. Las enfermedades no transmisibles se pueden prevenir mediante la reducción de factores de riesgo, tales como el consumo de tabaco, alcohol, inactividad física y comer alimentos poco saludables (OMS,2022c). Estos hábitos tienen relación con los encontrados en los residentes, quienes refirieron que el (30,2%) consumía alcohol. Además, el factor psicosomático más prevalente fue la ansiedad (33,3%). Según la OMS (2023b) se estima que actualmente un 4% de la población en el mundo padece de trastornos de ansiedad y alrededor de 301 millones de personas tienen ansiedad, siendo muy frecuente.

En relación con la distribución por años en el postgrado se evidenció que los médicos que conformaron la muestra en su mayoría fueron de segundo año (34,9%) y del área clínica (65,1%). El estrés percibido encontrado en los residentes fue medio en el 50,8% lo cual se relaciona con la diversa literatura enfocada en estrés académico, laboral y en el área de salud se presenta más complejo, estos resultados tienen concordancia con Zárate-Flores y Morales-Sánchez (2022) quienes evaluaron el estrés en 248 residentes médicos, obteniendo un promedio de 38.1 (DE ± 7.6) de estrés percibido. Por otro lado, en el estudio de Hernández et al. (2023) predominó el estrés moderado en 70,0 %, mientras que Silva-Ramos et al. (2020) evidenciaron que el 86.3% de los participantes presenta un nivel de estrés moderado, similar a Zárate-Depraect et al. (2018) con el 81,04% de los participantes que presentaron estrés, a diferencia de Peralta y Villalba (2019) quienes encontraron en el

estudio estrés apenas en el 14.2% de la muestra.

Finalmente, se observó que las variables sexo, grupos de edad, procedencia, pareja estable, comorbilidades, hábitos psicobiológicos y tipo de especialización, no está relacionada con el estrés, similar al estudio de Silva-Ramos et al. (2020), quienes determinaron independencia entre el nivel de estrés y el sexo de los participantes (p=0.298). La OMS (2022b), refiere que no existe distinción entre el sexo y el presentar estrés y ansiedad, ya que afecta tanto a hombres como a mujeres. Además, se determinaron diferencias estadísticas a través del año que cursa (p=0,020), en los residentes de primer año, con respecto a cuarto y quinto, esto se debe a múltiples factores, el residente de primer año al ingresar al postgrado vive un periodo de adaptación a su rol nuevo, además, tiene mayor cantidad de carga laboral y académica, y son subordinados por los sucesores.

CONCLUSIONES

En las variables sociodemográficas de estudio se incluyeron más de la mitad de sexo femenino y nueve de cada diez se encontraban en edades comprendidas entre 25 a 35 años, además seis de diez son foráneos del estado Mérida y siete de cada diez indicaron que poseen pareja estable. Además, en las variables epidemiológicas de los residentes encuestados se determinó que las comorbilidades más frecuentes fueron las endocrinológicas, hábito psicobiológico más común alcohol y los factores psicosomáticos más frecuentes fueron ansiedad y depresión.

El mayor porcentaje de respuesta fue de los médicos residentes de postgrado de segundo año y del área clínica. También se determinó que el estrés está en tres de cada cuatro médicos residentes de postgrado entre el nivel medio y medio alto. Finalmente, se encontró asociación entre año de residencia y nivel de estrés percibido y no se obtuvo relación con las variables sociodemográficas y epidemiológicas en los residentes incluidos en el estudio.

RECOMENDACIONES

- Replicar el estudio, ampliando el tamaño de la muestra para determinar si los resultados de estrés percibido se mantienen o se modifican.
- Elaborar intervenciones educativas vinculadas al cambio de estilo de vida, buscando generar estrategias integrales que ayuden a un manejo adecuado del estrés.
- Es recomendable valorar la variable estrés, además de medir antes y después de la intervención los indicadores clínicos: presión arterial sistólica, presión arterial diastólica, índice de masa corporal, índice cintura-cadera, algunos indicadores de laboratorio como son el cortisol, adrenalina y noradrenalina, así como la posibilidad de evaluar la tomografía computarizada con contraste y los polimorfismos genéticos vinculados al estrés.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen ningún conflicto de interés.

REFERENCIAS

Arias, J. (2024). *Estrés percibido de los residentes de postgrado de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes, 2024* [Trabajo presentado para obtener el título Técnico Superior Universitario en Investigación Psicosocial, Universidad de Los Andes]. Mérida, Venezuela.

Barrio, J., García, M., Ruiz, I., y Arce, A. (2006). El Estrés Como Respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology, 1*(1), 37-48. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832311003

Gómez-Baños, Ramón, Saldaña-Barrientos, Sandra, Orozco-Arellano, Miguel A., y Rivas-Vega, Bernardo A. (2022). Correlación entre estrés laboral y resiliencia en los médicos residentes de medicina familiar. *Revista mexicana de medicina familiar*, *9*(3), 78-85. https://doi.org/10.24875/rmf.21000149

Hernández, M., Cruz, I., Téllez, T., y Rodríguez, M. (2023). Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación Estudiantil. *MEDISAN*, *27*(2) http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192023000200007&lng=es&tlng=es.

Jerez-Mendoza, M., y Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, *53*(3), 149-157. https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002

Jorquera-Gutiérrez, R., y Guerra-Diaz, F. (2023). Análisis psicométrico de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14 y PSS-10) en un grupo de docentes de Copiapó, Chile. *Liberabit*, *29*(1), e683.https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n1.683

Liberman, C. (2013). Prevalencia e incidencia de los principales trastornos endocrinos y metabólicos, *Revista Médica Clínica Las Condes*, *24*(5), 735-741 https://doi.org/10.1016/S0716-8640(13)70217-7

Organización Mundial de la Salud (2022a). *La salud mental en el trabajo*. *Notas descriptivas*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work

Organización Mundial de la Salud (2022b). *Informe mundial sobre salud mental: transformar la salud mental para todos. Panorama general*. Ginebra. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356118/9789240051966 spa.pdf?sequence=1

Organización Mundial de la Salud (2022c). *Enfermedades no transmisibles.* https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases

Organización Mundial de la Salud (2023a). *Estrés.* https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress

Organización Mundial de la Salud. (2023b). *Trastornos de ansiedad.* https://www.who.int/ es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders

Peralta L., y Villalba J., W. (2019). Estrés laboral y desarrollo de trastornos psicosomáticos en estudiantes de posgrado. *Psicología y Salud, 29*(2), 177-186

https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2584/4476

Rodríguez, E., y Sánchez, M. (2022). Estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud en la modalidad de educación a distancia en tiempos de Covid-19. *Revista de estudios y experiencias en educación*, *21*(45), 51-69. https://dx.doi.org/10.21703/0718-5162.v21.n45.2022.003.

Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., y Meza-Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia, 28*(79), 75-83 https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008

Zárate-Depraect, N., Soto-Decuir, M., Martínez-Aguirre, E., Castro-Castro, M., García-Jau, R., y López-Leyva, N. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *Revista de la Fundación Educación Médica*, *21*(3), 153-157.https://dx.doi.org/10.33588/fem.213.948.

Zárate-Flores, L., y Morales-Sánchez, M. (2022). Compromiso laboral y estrés percibido en residentes de dermatología y otras especialidades en instituciones públicas. *Investigación en educación médica*, *11*(42), 78-85. https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2022.42.21405