

Sandra Romero

Factores que Influyen en la Salud del Estudiante de Medicina

Factors that Influence the Health of the Medical Student

Sandra Romero

Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda

sandrar.unefm@gmail.com

Recibido: 5 de noviembre del 2017
Aprobado: 12 de diciembre del 2017

RESUMEN

La salud es un derecho fundamental del individuo y constituye un propósito esencial de las naciones del mundo. Con la salud se busca que las personas estén en completo estado de bienestar físico, psíquico y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Un aspecto importante a considerar lo constituye la salud del estudiante universitario, especialmente de medicina, es una población con multiplicidad de cambios físicos, psicológicos, sociales, culturales y cognoscitivos que experimentan, puede estar más expuesta a factores de riesgo que afectan la salud a largo plazo. Por lo que se debe propiciar en su proceso de formación el desarrollo de hábitos de vida saludable que permitan el mantenimiento de la salud para la consecución de su proyecto de vida como médico, para que en su ejercicio profesional puedan dar respuesta eficaz y eficiente a las problemáticas de salud en la sociedad de hoy.

Descriptores: Factores de riesgo; estudiantes universitarios; salud; Medicina; ejercicio profesional.

ABSTRACT

Health is a fundamental right of the individual which constitutes an essential purpose of the nations of the world. With health, it is sought that people are in a complete state of physical, psychological and social wellbeing and not only the absence of diseases or illnesses. An important aspect to consider is the health of the university student, especially medicine, is a population because of the multiplicity of physical, psychological, social, cultural and cognitive changes that experience may be more exposed to risk factors that affect health to long term. For this reason, the development of healthy life habits that allow the maintenance of health for the attainment of their life project as a doctor must be encouraged in their training process, so that in their professional practice they can give an effective and efficient response to the health problems in today's society.

Sandra Romero

Descriptors: Risk factors; university students; health; Medicine; professional exercise.

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en su constitución de 1948, define la salud como “el completo estado de bienestar físico, psíquico y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”, donde se resalta la importancia del entorno social donde se desenvuelve el sujeto, introduciendo un concepto multidimensional y no solamente la consecución de la no enfermedad. En este siglo XXI se han trazado agendas desde diferentes organizaciones a nivel mundial y especialmente desde la OMS, donde se busca implementar políticas de salud que logren superar la concepción de la medicina curativa por lo que se orientan los esfuerzos hacia políticas públicas donde se promueva la salud y la prevención de las enfermedades, para tener como propósito fundamental el bienestar de la población y mejorar su calidad de vida.

Por otra parte, se reconoce que la salud como derecho es una meta social por lo tanto es una responsabilidad que concierne a toda la sociedad y que cada vez se tiene mayor evidencia de que se debe mejorar la coordinación y el liderazgo, para poder hacer frente a las dimensiones sociales de la salud en todos los procesos de elaboración de políticas públicas lo cual permitirá una mejor salud y un mayor acceso a la atención de la misma. Resaltando de esta manera, que son las condiciones sociales, económicas y las ambientales las que afectan la salud de la gente, relacionándolas con enfermedades físicas, enfermedades mentales y mortalidad.

Conviene destacar, que en la sociedad de hoy el valor máspreciado lo constituye la salud física y mental, es decir, lo que prevalece es la atención y permanencia en óptimas condiciones del cuerpo, y una manera efectiva de conseguirlo es a través del desarrollo de un estilo de vida saludable, lo cual se relaciona especialmente con la reducción de las enfermedades, el estrés y las emociones negativas, además involucra un buen régimen alimenticio, ejercicios, horas de sueño además de una correcta planificación de las actividades y su distribución del tiempo.

Sandra Romero

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estilo de vida como una forma general de vida, basada en la interacción de las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, determinados por los factores socioculturales y las características personales. Además, el estilo de vida incorpora una estructura social, definida por un conjunto de valores, normas, actitudes, hábitos y conductas. Sin embargo, los estilos de vida pueden ser modificados debido a cambios de tipo social, económico, cultural y psicológico a los que el ser humano se enfrenta a lo largo de su vida.

En consecuencia, se tiene que la vida del estudiante universitario especialmente el de medicina, supone un cambio fundamental en el desarrollo, ya que significa la toma de decisiones sobre su formación profesional lo cual está en relación directa con su futuro y sus condiciones socioeconómicas. Es por ello, que esta nueva situación influye en su estilo de vida, ocasionando problemas que se pueden reflejar en su estado de salud y a su vez, repercutir en su rendimiento académico. Razón por la cual, este grupo poblacional presenta una gran vulnerabilidad debido a factores relacionados con largas jornadas de clases, escasez de tiempo y dinero, la alimentación, los estados de ánimo y el estrés (Jiménez, 2018).

Existen estudios sobre estilos de vida de los estudiantes universitarios que demuestran un predominio de estilos de vida poco saludables, además existen postulados donde se afirma que la etapa universitaria es una en las que se abandonan ciertos hábitos saludables. De tal manera, que está ampliamente demostrado que determinadas conductas de riesgo como el tabaquismo, una dieta poco saludable, una conducta sedentaria o un excesivo consumo de alcohol pueden contribuir de forma independiente a incrementar la morbilidad.

Conviene destacar, que recientes trabajos de investigación efectuados en la población de jóvenes universitarios de la Universidad de Manizales, arrojaron resultados alarmantes en relación con sus hábitos de vida, donde se encontró prevalencia de consumo de tabaco del 41%, consumos de alcohol del 40,9%, somnolencia ligera 58,1%, 65,4% de actividad física moderada, 40,2% de alimentación inadecuada, estrés

Sandra Romero

medio 16,3%, factor de riesgo para trastorno de la alimentación de 12,7%, 57,3% de ansiedad subclínica, 21,4% depresión leve, 9,5% de disfunción familiar severa. Igualmente, en otro estudio sobre conducta suicida y factores de riesgo en esta misma población se encontró riesgo suicida en el 12,8%, antecedentes familiares de intento suicida en el 19,9%, el 16,6% presentan ansiedad y el 2,9% depresión; el 39,2% son dependientes del alcohol y solo el 31,6% tenían buena función familiar (Páez, 2012).

En consecuencia, el estudiante de medicina se enfrenta diariamente a factores que influyen de forma negativa en su estilo de vida lo cual tiene repercusión sobre su salud. Así como también, existen otros elementos que repercuten tanto en la salud física como mental, entre estos se encuentran las diferentes jornadas académicas, la escasez en los recursos económicos que influyen en aspectos como la alimentación, la vivienda y el transporte. Sin embargo, se debe considerar que la universidad es un contexto ideal para aprender y consolidar actitudes personales y profesionales, incluyendo estilos de vida que van a determinar la salud futura, a pesar de que muchos estudiantes se enfrenten al aumento de presión debido a la participación en actividades académicas, sin tiempo o motivación para la práctica deportiva y con un ambiente poco adecuado para una correcta alimentación.

Por otra parte, es importante tener en cuenta que la salud del estudiante universitario está influenciada también por aspectos de índole social, donde la familia y su entorno tienen gran repercusión, lo cual redundando incluso en su rendimiento académico. En este sentido, se considera que un estudiante tiene un bajo rendimiento en el aprendizaje cuando no consigue los mínimos resultados académicos esperados para su edad y capacidad. Esta situación se puede producir por motivos personales, siendo la insuficiente motivación o un trastorno del aprendizaje no diagnosticado o mal tratado, las causas más comunes. Estos factores externos, cuyo origen no es ni el propio estudiante ni el sistema educativo, sino que son de índole familiar y social tienen también repercusión en la salud del estudiante.

Es por ello, que el marco social y familiar que envuelve al estudiante ejerce un papel muy importante en su vida académica, en el logro de las metas trazadas en el ámbito

Sandra Romero

universitario. Debe señalarse, que los factores familiares y sociales como clase social, nivel económico y cultural tienen repercusiones en los resultados educativos, influyendo intensamente en el funcionamiento cognitivo del estudiante y en su motivación, los cuales tienen consecuencias importantes en su rendimiento académico. De tal manera, que la implicación familiar en la educación del estudiante de medicina y la integración social influye de forma positiva en los logros académicos.

De este modo, se tiene que muchos casos de fracaso universitario y especialmente del estudiante de medicina, tienen su principal origen o un alto nivel de influencia, en variables de exclusión social vinculados a situaciones familiares, socio-económicas y culturales desfavorables. Aunque la motivación y las expectativas académicas entran en el grupo de los factores personales, no se puede obviar que también están influenciadas por la familia y el entorno social.

Por consiguiente, se resalta la importancia de la familia, lo que ella representa y su influencia con respecto a los índices de morbilidad –mortalidad de una población determinada y especialmente en el estudiante universitario, ya que la familia se constituye en una institución esencial para el bien común, además las constituciones políticas de muchas naciones reconocen explícitamente su valor e importancia (Castro, 2015).

En este sentido es importante señalar, que la familia ha sufrido numerosos cambios en cuanto a su estructuración y a su desenvolvimiento en los últimos años. Es por ello, que numerosas investigaciones exponen las enormes consecuencias, a distintos niveles, de la desestructuración familiar, que promueve la atención primaria de la familia, la cual contempla objetivos y acciones relacionadas con el diagnóstico y la intervención familiar, así como el análisis de la situación de salud de la familia, aspecto que implica la consideración de la familia como unidad básica para la atención de la salud individual y comunitaria (Litman, 1994).

De tal manera, que la familia se constituye en un factor importante en la salud emocional del estudiante de medicina, aunque en esta etapa universitaria deja de pasar de ser un proceso mediado por mecanismos de dependencia a un mundo más

Sandra Romero

independiente. Sin embargo, la presencia de los padres en esta transición académica es vital, por ser un apoyo activo con el que va a poder contar el estudiante durante su nuevo proyecto de vida.

Ahora bien, existen otros factores psicosociales que tienen repercusión con el estilo de vida y la salud del estudiante de medicina, entre los que se encuentran las características personales del estudiante como la motivación, la ansiedad, la autoestima en el contexto académico, el interés y nivel de aspiraciones, aptitud intelectual, habilidades sociales y de estudio, intereses de proyección profesional, asistencia y participación en las clases. Todos ellos tienen influencia sobre el rendimiento académico y la salud emocional del estudiante. Porque hay que entender que el estudiante de medicina tiene características propias que definen su personalidad y que el contexto influye en forma directa sobre su comportamiento y su accionar tanto en lo personal como en lo social.

Por lo tanto, estos factores tienen un impacto en la salud que llevan a procesos psicosociales como son la falta de control, la autorrealización o las situaciones de estrés, así como en las conductas con influencia en la salud. Por lo tanto, se presenta de forma compleja los aspectos con los cuales el estudiante debe lidiar para lograr su proyecto personal debido a que diversos factores influyen desde su multidimensionalidad y repercuten en su estilo de vida lo cual conlleva a un deterioro de la salud.

Es conveniente poner de relieve que ante esta problemática y los aciertos y desaciertos que tenga el estudiante de medicina en la universidad y atendiendo a las nuevas exigencias que demanda la sociedad de hoy en atención de salud, se debe tener en cuenta su proceso de formación como profesional para dar respuesta a los retos que se plantean desde el orden social y poder lograr el bienestar de la población y por ende mejorar su calidad de vida. Por consiguiente, la salud integral del estudiante universitario debe ser una prioridad para el logro de sus metas.

Sandra Romero

Por otra parte, es necesario resaltar que las universidades son grandes instituciones en las que mucha gente vive y experimenta muchos aspectos de su vida: aprende, trabaja, se socializa y goza de su tiempo libre. Por eso dentro de las universidades se esconde un enorme potencial para proteger la salud y promover el bienestar de los estudiantes, docentes y resto de personal de la universidad y de la comunidad entera, que puede ser desarrollado a través de sus políticas y prácticas.

En este sentido, se reconoce que las universidades pueden favorecer de manera importante la promoción de la salud y la mejora del bienestar tanto del estudiante universitario como de la sociedad en general porque configuran un contexto conveniente de actividad laboral, social y cultural. De tal manera, que el compromiso de la universidad no se relaciona únicamente con la formación académica y social, sino que implica además el acompañamiento formativo integral, la promoción de contextos saludables y el fomento del auto cuidado de la salud, al promover hábitos de vida saludables que prevengan la aparición de enfermedades, en pro de una calidad de vida como aporte a la salud pública.

Por lo tanto, las universidades pueden potencialmente transformarse en un modelo de lugar que promueve la salud, pues tienen las capacidades intelectuales, las habilidades, la autoridad y la credibilidad necesaria para alcanzar este propósito. Las universidades son además un valiosísimo recurso para la comunidad en la cual se encuentran y con su peculiar cultura, su posición en la sociedad y su entramada de habilidades, que resulta única ofrecen un terreno ideal de prueba para aplicar, evaluar y desarrollar la promoción de la salud.

De igual manera, hay que entender que la formación del futuro médico debe partir desde la concepción humanista, es decir, que se forma a un ser humano, que tiene una realidad compleja y que necesita de contar con una serie de herramientas que le permitan alcanzar sus objetivos académicos. Razón por la cual, los estudiantes necesitan ser motivados constantemente para que se consagren al estudio, se formen con la mayor eficiencia y calidad, para que ya graduados pongan sus conocimientos a favor de la salud y el bienestar de la población.

Sandra Romero

Finalmente, los estudiantes que ingresan a la carrera de medicina deben estar conscientes del significado que tiene suprofesión para satisfacer las necesidades existentes en el sistema de salud, además de la importancia que posee la atención a la población y la responsabilidad personal que tienen durante su formación y una vez graduados. Sin embargo, se comprende que esta población debido a la multiplicidad de cambios físicos, psicológicos, sociales, culturales y cognoscitivos que experimenta puede estar más expuesta a situaciones de riesgo que afecten su salud a largo plazo. Por lo que en su proceso de formación es importante el desarrollo de hábitos de vida saludable que permitan el mantenimiento tanto de la salud física como mental para la consecución de su proyecto de vida como futuros médicos.

REFERENCIAS CONSULTADAS

1. Armus, D., (2000). La enfermedad en la historiografía de América Latina moderna. Swarthmore College, USA.
2. Becker, G. (2004). Capital humano y pobreza., En Consejo Pontificio para la Familia (Ed.),. Lexicón: términos ambiguos y discutidos sobre familia, vida y cuestiones éticas (pp. 87-92). Madrid: Palabra.
3. Benach, J., (2005). Aprender a mirar la salud. Barcelona: El Viejo Topo.
4. Borgia, F., (2006). La Salud en América Latina. Rev. Medicina Social, volumen 1, número 3, diciembre 2006.
5. Borrell, C., (2012). Epidemiología social: la persona, la población y los determinantes sociales de la salud. Cuadernos de la fundación dr. Antonio Esteve nº 32.
6. Castro, R., (2015). Familia, Economía y Bien Común: efectos de la transición demográfica. Un acercamiento desde las ciencias sociales. [Consultado 13 octubre 2018]. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/286882922>
7. Consejo de Colegios de Médicos (2006). Ser médico, hoy. Retos del nuevo profesionalismo médico en España . Madrid.

Sandra Romero

8. Coronel, J., (2017). La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN vol.21 no.7 Santiago de Cuba.
9. Diez S., (2009). Socio-demographic predictors of health behaviors in Mexican college students. HealthPromot.
10. Dumont, G. (2004). Demografía, transición demográfica y política demográfica., En Consejo Pontificio para la Familia (Ed.), Lexicón: términos ambiguos y discutidos sobre familia, vida y cuestiones éticas (pp. 193-201). Madrid: Palabra.
11. Espteins, M. (2007). Assement in Medical education. N Engl J Med.
12. Jiménez, O., (2018). Estudiantes Universitarios y Estilo de Vida. Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa. México.
13. Keller S, (2008). Multiple health risk behaviors in German first year university students. Prev Med (46):189-195.
14. Krieger, N., (2002). Glosario de epidemiología social. RevPanam Salud Publica/Pan Am J PublicHealth.
15. Litman, T., (1994). The family as a basic unit in health. En: Donati P. Sociología de la Salud. Madrid. ed. Díaz de Santos. 1994 p. 186-90.
16. Longman, P., (2011). La cuna vacía. Cómo las tendencias familiares contemporáneas perjudican la economía familiar. [Consultado 13 octubre 2018]. Disponible en: <http://sustaindemographicdividend.org/wp-content/uploads/2012/07/AF-Estudio-Social-Trends-Institute>.
17. Morandé, P., (2006). Familia y Sociedad contemporánea., En Consejo Episcopal Latinoamericano (Ed.), *La Familia en América Latina: Desafíos y esperanzas*. (pp. 8-22). Santiago Bogotá: Celam.
18. Organización Mundial de la Salud (2016). Novena Conferencia Mundial de Promoción de Salud. La promoción de la salud en los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Shanghai: OMS; 2016 [Consultado 26 octubre 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/events/2016/health-promotion/es/>
19. Organización Panamericana de la Salud (1992). Teoría y práctica de la salud pública. Documento Escuela de Salud Pública. La Habana.

Sandra Romero

20. Páez, M. (2012). Universidades saludables: los jóvenes y la salud. Archivos de Medicina (Col), vol. 12, núm. 2, julio-diciembre, 2012, pp. 205-220. Universidad de Manizales. Caldas, Colombia.
21. Ramos, B., (2000). La nueva salud pública. Revista Cubana Salud Pública.
22. Ramos, B., (1990). Medicina social y salud pública en Cuba. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
23. Whitehead, M., (2006). Concepts and principles for tackling social inequities in health. Levelling up. World Health Organization.
24. Zabalza, M. (2003). La Enseñanza Universitaria. El escenario y sus Protagonistas. Editorial Narcea. Madrid. España.

©2018 por el autor. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Attribution (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).