

Stress and its relationship with mental disorders in Latin American

El estrés y su relación con trastornos mentales en América Latina

Autores:

Demera-Chica, Alexander David
Universidad Estatal del Sur de Manabí
Estudiante de la carrera de Laboratorio Clínico
Jipijapa – Ecuador



demera-alexander6230@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0002-9204-3165>

Alcívar-González, Niurka Dayanara
Universidad Estatal del Sur de Manabí
Estudiante de la carrera de Laboratorio Clínico
Jipijapa – Ecuador



alcivar-niurka8043@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0005-2460-9376>

Lcda. Cañarte-Murillo, Jenniffer Romina
Universidad Estatal del Sur de Manabí
Docente de la carrera de Laboratorio Clínico
Jipijapa – Ecuador



jennifer.canarte@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-3570-5866>

Fechas de recepción: 21-DIC-2023 aceptación: 24-ENE-2024 publicación: 15-MAR-2024



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://mqrinvestigar.com/>



Resumen

El estrés es una respuesta humana natural al miedo, tensión y situaciones peligrosas que prevalecen en la sociedad moderna, es parte de la vida de todos, pero cuando ocurre en exceso, puede tener un impacto negativo en la mente y el cuerpo. El presente estudio se enfoca en analizar el estrés y su relación con trastornos mentales en los países de América Latina. A través de una investigación descriptiva y exploratoria, bajo un tipo de investigación mixta con un diseño no experimental u observacional, haciendo uso del método de investigación Desh Research, este implica el uso de datos ya existentes, a su vez el histórico-lógico, analítico-sintético y documental. Para los criterios de búsqueda se tuvieron en cuenta publicaciones que tuvieron relación con las variables de estudio y evidencia científica sobre el impacto que tiene el estrés y los trastornos mentales. Los resultados muestran que en diversos estudios los países con mayores niveles de estrés fueron Venezuela con 63%, Ecuador 54% y Panamá 49%, mientras que los países con menores niveles de estrés fueron Perú 29% y Colombia 26%, pero el 44% de ellos eran mujeres, por el contrario, los niveles de estrés entre los hombres encuestados fueron elevados 37,6%, esto es significativo, ya que la edad promedio de quienes mostraron estrés fue de 32 años., concluyendo que la actual brecha en el tratamiento para el estrés y las enfermedades mentales sigue siendo abrumador en América Latina, y las tasas de tratamiento actuales pueden subestimar el número de personas que no reciben tratamiento.

Palabras clave: Ansiedad; Estrés; Presión; Tensión; Trastornos mentales



Abstract

Stress is a natural human response to fear, tension and dangerous situations prevalent in modern society, it is a part of everyone's life, but when it occurs in excess, it can have a negative impact on the mind and body. The present study focuses on analyzing stress and its relationship with mental disorders in Latin American countries. Through descriptive and exploratory research, under a type of mixed research with a non-experimental or observational design, using the Desh Research method, this involves the use of already existing data, in turn the historical-logical, analytical -synthetic and documentary. For the search criteria, publications that were related to the study variables and scientific evidence on the impact of stress and mental disorders were taken into account. The results show that in various studies the countries with the highest levels of stress were Venezuela with 63%, Ecuador 54% and Panama 49%, while the countries with the lowest levels of stress were Peru 29% and Colombia 26%, but 44% of them were women, on the contrary, the stress levels among the men surveyed were high 37.6%, this is significant, since the average age of those who showed stress was 32 years, concluding that the current gap in Treatment for stress and mental illness remains overwhelming in Latin America, and current treatment rates may underestimate the number of people who do not receive treatment.

Keywords: Anxiety; Stress; Pressure; Strain; Mental disorders

Introducción

En la actualidad el estrés hace referencia a una enfermedad que se presenta como consecuencia de la sociedad y el estilo de vida, donde las presiones y diversas condiciones de la vida diaria impactan negativamente en la salud (1). Esta enfermedad es motivo de gran preocupación porque avanza en todo el mundo y puede afectar a cualquier persona, sin importar edad, sexo, situación económica o raza. Sin embargo, es necesario saber qué significa realmente la palabra estrés (2).

El estrés es un trastorno importante que ocurre durante la etapa de aprendizaje humano y se está volviendo cada vez más común en la sociedad del siglo XXI, pero las investigaciones sobre el estrés y las enfermedades humanas muestran que el estrés contribuye a la mayoría de las afecciones médicas, esto se complica por el hecho de que es solo uno de las condiciones médicas (3).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés como “un conjunto de respuestas fisiológicas que preparan al cuerpo para la acción” (4). Desde una perspectiva global, se trata de un sistema de alerta biológica esencial para la supervivencia, cambios y otras situaciones en nuestra vida, algunos cambios pueden causar estrés, como cambiar de trabajo, hablar en público, asistir a entrevistas y cambiar de residencia, también depende de la condición física y mental del individuo (5).

Para Kloster y Perrotta (6) los jóvenes son el grupo demográfico más vulnerable al estrés, con el 80% de todas las enfermedades relacionadas con el estrés, en este sentido, se ha observado que el estrés desencadena respuestas de afrontamiento como la ansiedad, el tabaquismo, la cafeína y las drogas. Alteraciones del sueño e ingesta de alimentos, esta tendencia se observa especialmente entre los estudiantes universitarios que sufren el llamado fenómeno del estrés académico (7).

En América Latina, un estudio global de la consultora Voice y la World Independent Market Research Network (WIN), difundido en el Día Internacional de la Salud Mental, analizó el estado emocional de los residentes en los países latinoamericanos, el estudio encontró que Paraguay (95%) encabeza la lista de países con las calificaciones más altas del estado emocional, seguido de Brasil, México y Chile (87% cada uno), sin embargo, Ecuador (69%), Perú y Argentina (ambos 68%) registraron valores por debajo del promedio global (78%).(8).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) realizó un estudio que destaca la importancia de abordar este problema en la región (9). La OPS también ha trabajado para reducir el estigma y promover la salud mental en la región.

Los trastornos mentales representan el 22,4% de todas las enfermedades y junto con otros problemas psicosociales, representan una proporción importante de las enfermedades tratadas en los centros de atención primaria, los datos actuales muestran que los trastornos mentales más graves comienzan en la infancia y la adolescencia, en donde el 75% de la tasa de desarrollo de trastornos mentales empiezan antes de los 24 años (9).

Cabe destacar que, en 2019 una de cada ocho personas en todo el mundo (equivalente a 970 millones de personas) tenía algún trastorno mental, siendo los trastornos de ansiedad y depresivos los más comunes, y en 2020 ha aumentado significativamente debido a la pandemia, las primeras estimaciones indican un aumento del 26 % y del 28 % en los trastornos de ansiedad y el trastorno depresivo mayor, respectivamente, en sólo 1 año (2), aunque existen opciones eficaces de prevención y tratamiento, la mayoría de las personas con trastornos de salud mental no tienen acceso a una atención eficaz, además, muchas personas sufren prejuicios, discriminación y violaciones de derechos humanos (10).

Según Arroyave (11) en su investigación titulada “Prevalencia de Trastornos Mentales y Aspectos Sociodemográficos Asociados” indica que “la prevalencia de los trastornos mentales sigue aumentando y tiene un impacto significativo en la salud de las personas, especialmente en el nivel socioeconómico y en el ámbito de los derechos humanos en todos los países, en diferentes situaciones emocionales, económicas y familiares, y en situaciones graves, y con otros aspectos que pueden afectar la salud mental”. De esta manera, las discapacidades asociadas a los trastornos mentales se refieren a descensos en las capacidades intelectuales, académicas y laborales, así como a dificultades en la organización y la toma de decisiones (12).

Como indica Morales (13) en su investigación “Estudio de salud mental en estudiantes universitarios” menciona que “en este sentido el estrés es la respuesta del cuerpo a las demandas, ya sea que resulten en una situación cómoda o desagradable, también puede verse como una respuesta orgánica o fisiológica, cuando te enfrentas a una situación estresante, tu cuerpo se siente estresado, esto incluye cambios fisiológicos y motores, los movimientos se vuelven más rápidos, el pulso aumenta y estos cambios también están asociados con cambios

en las emociones y el comportamiento, y cuanto mayor es el estrés, mayor es el sufrimiento en el cuerpo”.

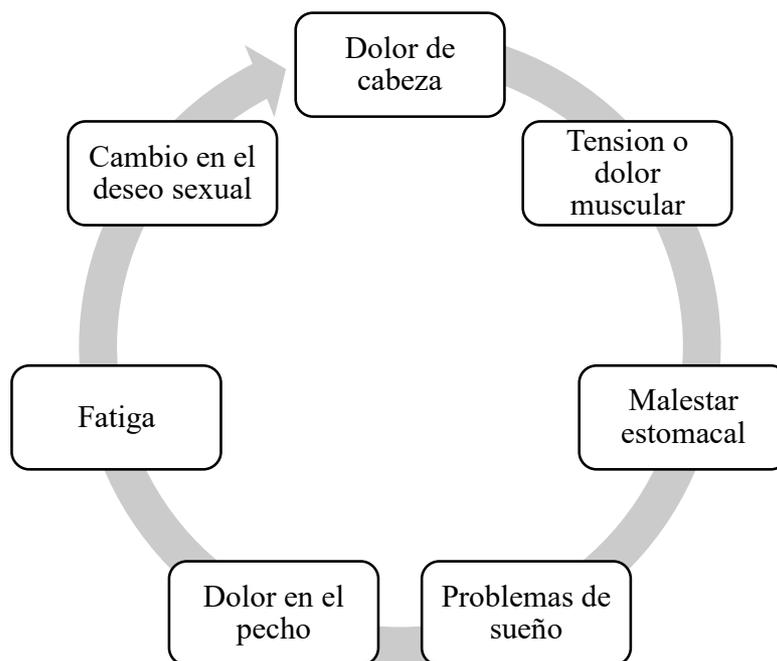
El estrés

El estrés es una respuesta humana natural a situaciones de miedo, tensión o peligro y prevalece en la sociedad moderna, es parte de la vida de todos, pero cuando ocurre en exceso puede tener efectos negativos en la mente y el cuerpo (14). La respuesta al estrés es una forma especial de afrontar y adaptarse a las diferentes situaciones y exigencias que encontramos, esta es una reacción que ocurre cuando te das cuenta de que tus recursos no son suficientes para afrontar un problema (15).

De hecho, los síntomas del estrés pueden afectar su cuerpo, sus pensamientos, sus emociones y su comportamiento, el estrés no controlado puede provocar muchos problemas de salud, como presión arterial alta, enfermedades cardíacas, obesidad y diabetes. El autor Pereira (16).

Figura 1

Síntomas del estrés



Fuente: Control del estrés (16).

Existen 2 tipos de estrés, según Lascano (17) estos son los siguientes:

1. **Estrés positivo:** este es el estrés que ayuda a las personas a interactuar con los factores estresantes de manera óptima, permitiendo que la mente y el cuerpo experimenten alegría, felicidad y equilibrio, se trata de un estrés en el que la tensión experimentada encuentra su recompensa en alguna razón personal o personal, las personas afectadas se caracterizan por ser creativas profesionalmente y estar constantemente motivadas.
2. **Estrés negativo:** es un estrés dañino o desagradable que conduce a una sobrecarga, provoca desequilibrios fisiológicos o psicológicos, reduce la productividad personal, provoca enfermedades y acelera el envejecimiento, la vida diaria está llena de factores estresantes negativos, malas condiciones laborales, problemas familiares, pérdidas, etc.

Todos estos signos y síntomas son importantes para poder obtener un diagnóstico del estrés (1). Aunque hoy en día el estrés es difícil de diagnosticar, existen muchos indicadores que pueden determinar el nivel de estrés de una persona.

- Uno de los niveles del indicador es el nivel cognitivo: se caracteriza por pensamientos y sentimientos de miedo y ansiedad, la persona piensa demasiado las cosas, no encuentra soluciones a los problemas, se preocupa por problemas sin importancia, no sabe resolver pequeños problemas que se vuelven obsesivos, con sensación de ansiedad y dificultad para concentrarse y prestar atención.
- Otro nivel indicador es el nivel fisiológico: el estrés puede provocar una variedad de síntomas físicos, que incluyen dolores de cabeza, presión arterial alta, debilidad, alteraciones del sueño, sensación de asfixia, aumento de la sudoración, problemas estomacales, enfermedades de la piel, tensión general y dolor de cuello, espalda y pecho que puede parecerse a un ataque al corazón, etc.
- Y el último nivel que se muestra es el nivel del motor: se producen las siguientes acciones observables, por ejemplo, llanto fácil, frecuencia de hábitos compulsivos como comer, fumar, beber, aparición de tics nerviosos, problemas sexuales, comportamientos extraños y sin rumbo y, finalmente, escapar de la situación causante del trastorno como el deseo de escapar.

Trastornos mentales

Un cambio importante que se ha producido en los últimos años, es que la gestión de la información sobre los trastornos mentales y a la salud mental ya no es dominio exclusivo de los profesionales. Las causas de los trastornos mentales incluyen una combinación de factores biológicos, genéticos, psicológicos, emocionales, psicosociales, cognitivos, ambientales y sociales (18). Para Duarte (19) algunos desafíos y barreras en la atención de los trastornos mentales en América Latina incluyen:

- Estigma y prejuicios: La sociedad a menudo tiene prejuicios o estereotipos sobre la salud mental, lo que dificulta la prevención y el tratamiento de estos problemas.
- Acceso a servicios de salud mental: A pesar de que algunos países de la región han avanzado en la normalización de la atención a la salud mental, muchas personas aún no cuentan con acceso a servicios especializados.
- Desigualdad: La mala salud mental también afecta gravemente a los pobres, empeorando el círculo vicioso de la desigualdad en los países latinoamericanos (8).

Para abordar este problema, debemos implementar políticas de salud mental, promover la prevención y el tratamiento de las enfermedades mentales, y reducir el estigma y la discriminación en la sociedad.

Entre los principales trastornos mentales se encuentran (20):

- Depresión: Esta enfermedad afecta no sólo a la persona afectada sino también al entorno profesional y familiar, se manifiesta en un sentimiento persistente de desesperanza, falta de motivación y abandono de las relaciones sociales y obligaciones en general, un problema importante al que se enfrenta la profesión de psicología general sanitaria es que existen muchos factores diferentes que pueden provocar esta enfermedad.
- Ansiedad: Este tipo de trastorno se caracteriza por estrés, estado de alerta constante, dificultad para respirar persistente y palpitaciones.
- Esquizofrenia: Esta enfermedad hace que el paciente sea incapaz de percibir la realidad. Además, se reduce la capacidad de controlar los pensamientos, la voluntad y las emociones.
- Trastorno bipolar: Las personas que padecen este tipo de trastorno mental experimentan cambios de humor muy bruscos, que van desde la euforia total hasta la

depresión profunda, factores genéticos y ambientales, como el consumo de drogas, influyen en esta condición.

La importancia del manejo del estrés es eliminar el control que el estrés tiene sobre la vida de una persona para que pueda sentirse más feliz, más saludable y más productiva, el estrés puede afectar su equilibrio emocional y su salud física, por lo que es importante aprender a lidiar con el estrés de manera efectiva (21). Controlar el estrés puede ayudarle a dormir mejor, controlar su peso, reducir la tensión muscular, mejorar su estado de ánimo y prevenir problemas de salud graves como la depresión y la ansiedad (22).

Por lo tanto, el objetivo del presente estudio es analizar el estrés y su relación con trastornos mentales en los países de América Latina, debido a que el estrés y los trastornos mentales están relacionados en varios aspectos, ya que el estrés puede desencadenar o exacerbar trastornos mentales y afectar la salud mental de una persona (23). Para prevenir y manejar el estrés y los trastornos mentales, es importante desarrollar estrategias para cuidar la salud mental, como la presoterapia, el apoyo emocional de seres queridos o profesionales de la salud mental, y en algunos casos, el uso de medicaciones (24).

Material y métodos

Este estudio utilizó un enfoque mixto (cualitativo-cuantitativo) con un diseño no experimental que combinó métodos de recolección de datos tanto descriptivos como exploratorios, utilizando la metodología de investigación de Desh Research para aprovechar los datos existentes. Por ello, se realizó una búsqueda sistemática de datos estadísticos y artículos sobre el tema de investigación de la asociación entre estrés y trastornos mentales en países de América Latina.

Science Direct, Redalyc, Scielo y Dialnet contienen revistas de alto contenido científico, por lo que se realizó una búsqueda sistemática de datos estadísticos y artículos sobre el tema de investigación mediante operadores booleanos. En cuanto a los operadores booleanos como “AND”, “OR” o “NOT” para la búsqueda bibliográfica de artículos se han empleado dos de ellos.

Primero, dado que la función del operador "AND" es conectar diferentes términos, sirvió para conectar la palabra "trastorno mental" con el tema principal de la revisión, "estrés". Por otro lado, el uso del operador "OR" resultó útil para realizar búsquedas correlacionando lenguajes naturales y de control sobre el estrés y trastornos mentales. En la tabla 1 mostrada



posteriormente se muestra cómo se han utilizado los operadores booleanos junto con las palabras clave para la estrategia de búsqueda.

Tabla 1
Estrategias de búsqueda en bases de datos

| Base de datos | Estrategia de búsqueda |
|------------------|--|
| PubMed | ("Estres"[MeSH Terms] AND [MeSH Terms] AND "Mental Disorders"[MeSH Terms] AND "Spain"[MeSH Terms]) AND ((ffrft[Filter] AND (2020/1/1:2023/5/6[pdat] AND (catalan[Filter] OR english[Filter] OR spanish[Filter]))) Filters: Free full text, Catalan, English, Spanish, from 2020/1/1 - 2023/5/6 |
| SciElo | *ESTRÉS AND *MENTAL DISORDERS AND *SPAIN Filtros aplicados: (Colección: España) (Año de publicación: 2022) (Año de publicación: 2021) (Año de publicación: 2020) (Año de publicación: 2023) (Revista: Gaceta Sanitaria) (Revista: Anales del Sistema Sanitario de Navarra |
| IBECS | (estrés) AND (mental disorders) AND (américa latina) AND (fulltext:("1") AND db:("IBECS") AND la:("en" OR "es") AND pais_assunto:("europa")) AND (year cluster:[2020 TO 2023]) |
| Google académico | Trastornos mentales, EL ESTRÉS, población, España |

Métodos

Los métodos aplicados en la investigación son fundamentales para el desarrollo del conocimiento válido y comprobables del fenómeno que se está estudiando, estos son los siguientes:

Analítico - sintético: Fue adoptado en el análisis concreto de los principales conceptos de las investigaciones, como el estrés y los trastornos mentales. De esta manera se pudo abordar con referencias pertinentes y actualizadas en cada temática y área de conocimientos de interés, partiendo de lo general a lo particular.

Histórico - lógico: Fue empleado para analizar la evolución y desarrollo de la información y conocimientos relativos sobre la relación que tiene el estrés con los trastornos mentales en las personas, por lo cual, se pudo resumir las principales contribuciones a nivel de América latina por otros investigadores en el área de conocimiento abordada.

Análisis documental: Al abordar los referentes teóricos del estudio, se aplicó análisis documental que representa los aspectos centrales del estudio. Las fuentes secundarias utilizadas en el estudio fueron libros de texto y artículos científicos, que permiten fortalecer las bases científicas del tema estudiado y construir una base teórica para el estudio.

Resultados

El estrés puede desempeñar un papel importante en la aparición y progresión de los trastornos mentales, y varios estudios han demostrado que el estrés psicosocial asociado con condiciones de vida adversas contribuye a la morbilidad y la mortalidad por trastornos mentales y otras causas, por ejemplo, el estrés laboral puede conducir al desarrollo de enfermedades mentales como ansiedad, depresión, trastornos del sueño, trastornos del apetito y fatiga.

En el año 2021, el autor Lemos (25) señala en su investigación que “Los participantes tenían altos niveles de depresión y ansiedad, con tasas de prevalencia del 56,2% y 48,3%, respectivamente, en lo que respecta al estrés, se encontró que el 64% de los estudiantes tenían niveles significativos de estrés, respecto a esto, el 51,6% de los hombres se sintieron estresados, mientras que esto fue cierto para el 74% de las mujeres”.

Por otro lado, en el año 2019, Silva et al. (26) indica en su investigación “Estrés académico en estudiantes universitarios” que “Los estudiantes de cuatro programas educativos se sintieron moderadamente estresados (23,1%, 21,6%, 25,2% y 16,5%, respectivamente). De ellos, una alta proporción de estudiantes están matriculados en carreras de ingeniería petroquímica (25,2%), esto puede deberse a que su carga de trabajo académico es compleja ya que aspiran a la ciencia exacta. Independientemente de su especialidad, los niveles de estrés de los participantes fueron moderados (86,3%), seguidos de bajos (11,4%) y leves (2,4%).

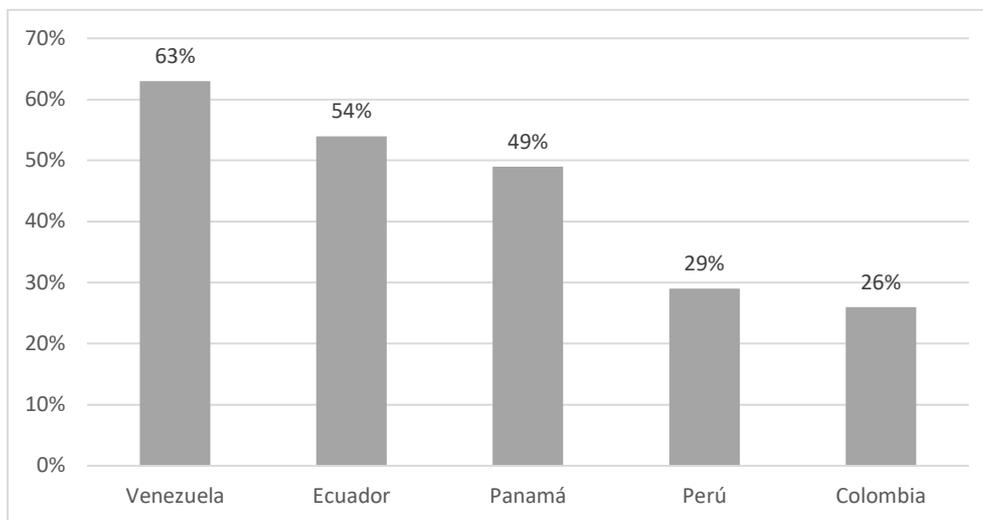
Por lo cual, “se observa que los estudiantes de Petroquímica y Enfermería presentan un nivel porcentual más elevado (97% y 88.1%); sin embargo, los estudiantes de Ingeniería en Nanotecnología presentan mayor índice porcentual en estrés profundo (17.9%) seguido por la Licenciatura en Genómica con 16.7%” (26).

Así mismo, en el año 2019, Mejía et al. (27) en su investigación “Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica” indica que “2608 evaluados en el último mes fueron la sensación de estar nervioso/estresado y el enfadarse porque las cosas estuvieron fuera de control (6,1% para cada uno); seguido por el hecho de no poder afrontar las cosas que tenía que hacer (6,0%) y no poder controlar la forma en que pasa el tiempo (4,8%)” (28).

Dentro de sus resultados, el país con mayores niveles de estrés fue Venezuela (63%), seguido de Ecuador (54%) y Panamá (49%), los países con menores niveles de estrés fueron Perú (29%) y Colombia (26%). Llama la atención que los niveles de estrés de las mujeres fueron mayores (44,8% frente a 37,6% de los hombres), ya que la edad promedio de quienes presentaron estrés fue de 32 años (por lo tanto 1% menor que la edad promedio de las mujeres), esto es muy importante. (Personas que no se sienten estresadas).

Figura 1

Porcentaje del estrés en seis países de Latinoamérica



Fuente: Mejía et al. (18) “Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica”.

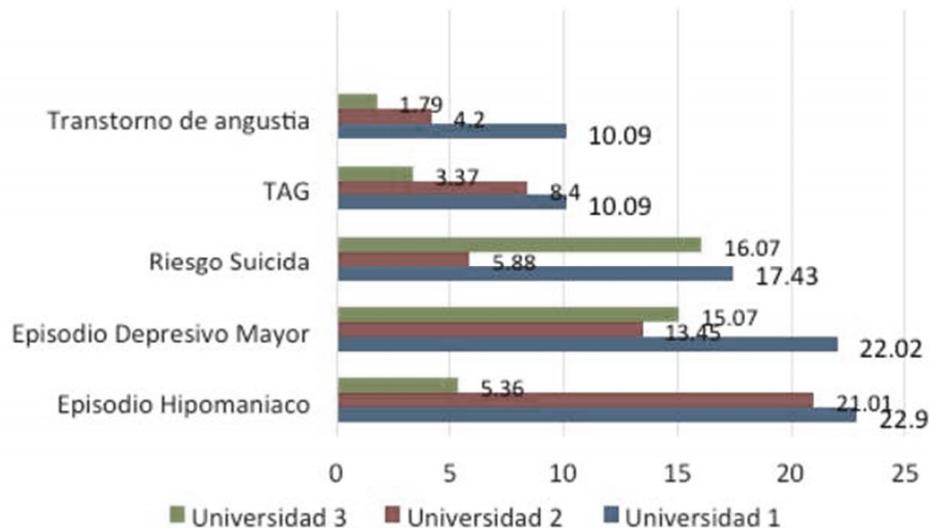
El país Venezuela (63%) tuvo una mayor tasa de estrés en comparación con otros países, esto sin duda puede deberse a la situación política actual creada por un entorno externo inadecuado del país que afecta la economía familiar (29).

Cuando se trata de trastornos mentales, pueden ser causados por una variedad de factores, incluidos genes, antecedentes familiares, antecedentes de ansiedad, estrés, abuso infantil, factores biológicos y lesiones cerebrales traumáticas (30).

En el año 2020, Sánchez y Peralta (31) en sus resultados de su investigación se encontró que en “En tres universidades peruanas, 139 (49,07%) estudiantes tienen al menos un trastorno mental, la frecuencia de trastornos mentales fue del 53,7% en hombres y del 45% en mujeres, los problemas psicológicos más frecuentes fueron episodios hipomaniacos: 53 (19,7%), episodios depresivos: 46 (17,3%), riesgo de suicidio: 35 (12,4%), trastorno de ansiedad

generalizada: 23 (8,1%) y pánico. Discapacidad: 17 (5,9%). %) (31). En la Figura 2 se observan las frecuencias absolutas de los cinco trastornos mentales más frecuentes en cada una de las universidades.

Figura 2
Trastornos mentales más frecuentes



Fuente: Sánchez y Peralta (31), Trastornos mentales en estudiantes de medicina humana en tres universidades del Perú.

De los resultados anteriores se encontró relación entre la presencia o ausencia de trastorno mental, la edad, el ingreso a una universidad privada y la matrícula en materias de ciencias básicas, los resultados mostraron que los estudiantes de medicina con trastornos mentales tenían el doble de probabilidades de ser más jóvenes, haber estudiado ciencias básicas y haberse graduado de universidades privadas.

En un encuesta de 'State of the Global Workplace 2023 Report' realizada por Gallup en varios países de América Latina, señala que el problema del estrés se mantiene en el nivel más alto en los países latinoamericanos, quizás el más destacado en este estudio, el 44% de los trabajadores encuestados en 2022 informaron haber experimentado altos niveles de estrés en el trabajo el día anterior, en consonancia con los hallazgos del año anterior, con un estrés laboral en un nivel récord, la tendencia de alto estrés que comenzó hace casi una década continúa, este estudio muestra que los factores que contribuyen a este estrés dependen del trabajo en sí y que factores externos como el bajo compromiso y la inflación pueden aumentar los niveles de estrés (32).

Los trastornos mentales representan un importante desafío de salud pública en América Latina, siendo los trastornos de depresión, ansiedad y dolor los más comunes en la región, con amplia variación entre países. En 2019, se informó que Brasil eran los tres países latinoamericanos con mayor número de adolescentes y jóvenes con trastornos mentales, además, aproximadamente el 5% de la población adulta en América Latina padece mala salud mental (33). Los trastornos mentales en la región tienen un impacto significativo en los trabajadores, el ausentismo y los costos de atención médica, y están vinculados al estigma, la exclusión social y la discriminación (34).

En cuanto al trastorno de ansiedad generalizada, mostró una alta prevalencia en la población y fue más común en mujeres que en hombres (35). Se estimó que las tasas de prevalencia media de vida y del año anterior eran del 5,5% y el 3,4%, respectivamente, el doble de los valores medianos (2,6% y 1,3%, respectivamente). La prevalencia de los ataques de pánico durante la vida fue del 1,6% y la prevalencia del año anterior fue del 1,0%.

Este trastorno es más común en mujeres. Por el contrario, no se encontraron diferencias de género en la prevalencia del trastorno obsesivo, la prevalencia de vida de este trastorno fue del 1,9% (media) y del 1,8% (mediana), la prevalencia en el año anterior fue del 1,4% (media) y del 1,2% (mediana) (35), se estimó que la prevalencia media de abuso o dependencia del alcohol a lo largo de la vida era del 11,3% y la prevalencia media del año anterior era del 5,7%, observándose una prevalencia significativamente mayor en hombres que en mujeres.

Los trastornos por abuso de sustancias afectan entre el 1,5% y el 1,6% de la población en algún momento de su vida. El año anterior, dichas perturbaciones oscilaron entre el 0,5% y el 0,7%. Se encontró una proporción significativamente mayor en hombres que en mujeres (36).

Discusión

El estudio encontró que una mayor proporción de personas y estudiantes universitarios estaban moderadamente estresados, de manera similar, se encontró que los factores estresantes más comunes fueron las evaluaciones de los docentes, las tareas y la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y el tiempo limitado para hacer los trabajos.

En el año 2021, el autor Lemos (25) señala en su estudio que los participantes tenían altos niveles de depresión y ansiedad, con tasas de prevalencia del 56,2% y 48,3%,

respectivamente, en cuanto al estrés, el 64% de los estudiantes sintió estrés significativo, el 51,6% de los hombres y el 74% de las mujeres.

Estos resultados son consistentes con los reportados desde el 2019 por Guadarrama et al. (37), quien señala que los eventos estresantes ocurren con mayor frecuencia entre estudiantes de entre 18 y 25 años, y para quienes los problemas académicos y financieros son más importantes, primero vienen los períodos de exámenes y competencias, seguidos de las cuestiones económicas personales o familiares (38).

Así, en 2020, Sánchez y Peralta (31) encontraron en un estudio que 139 estudiantes de tres universidades peruanas tenían al menos un trastorno mental, el problema de salud mental más común. De ellos, 53 tuvieron episodios hipomaniacos, 46 tuvieron episodios depresivos mayores, 35 tenían riesgo de suicidio, 23 tenían trastorno de ansiedad generalizada y 17 tenían trastorno de pánico.

Estos resultados anteriores confirman los hallazgos de un estudio de 2019 realizado por Hernández (39), en el que encontró que la existencia de trastornos mentales es más probable que ocurra cuando las personas con trastornos mentales son más jóvenes y han estudiado ciencias básicas. se debe a cuestiones específicas.

Así mismo, en el año 2019, Silva et al. (26) en sus resultados indica que “Los estudiantes de cuatro programas educativos mostraron niveles de estrés moderado de 23,1%, 21,6%, 25,2% y 16,5%, respectivamente, los estudiantes de Petroquímica y Enfermería tienen un mayor porcentaje (97% y 88,1%), mientras que los estudiantes de Ingeniería en Nanotecnología tienen el mayor porcentaje de Estrés Profundo (17,9%), seguidos de la Licenciatura en Genómica con un 16,7%”.

Los datos mencionados difieren con los hallazgos del estudio de González (22) en sus resultados indican que “En 2019, se informó que estudiantes de tres países latinoamericanos padecían trastornos mentales, especialmente adolescentes y adultos jóvenes, además, se ha observado que aproximadamente el 5% de los estudiantes universitarios en varios países se ven afectados por una mala salud mental, la depresión es el trastorno mental más común”.

Estos resultados concuerdan con Pérez (39), quien señala que “Las enfermedades mentales que prolongan la vida humana imponen altos costos económicos a los enfermos y sus familias o quienes los cuidan, la productividad suele disminuir tanto en el hogar como en el trabajo,

según la Organización Mundial de la Salud, una de cada cuatro personas en todo el mundo, o 450 millones de personas, padece al menos una enfermedad mental.

Lemos et al. (21) menciona que “El 86,3% de la población latinoamericana sufre estrés moderado, resultados similares se reportaron en un estudio de estudiantes de una universidad colombiana, donde estudiantes de medicina exhibieron niveles significativos de estrés, siendo el estrés en el campo de las ciencias de la salud el responsable de moldear la vida de quienes trabajan en dicha área.

Conclusiones

En el marco general del estudio, demostrar que los problemas psicológicos como la depresión y la ansiedad tienen mayor impacto en la población latinoamericana, considerando que son causados por factores de riesgo como los factores sociales, se concluye que estos se dan por factores de riesgos como la presión, económica, desempleo, estrés y trastornos mentales.

Al mismo tiempo, las disparidades actuales en el tratamiento de la salud mental en América Latina siguen siendo abrumadoras y, a menos que se desarrollen o actualicen nuevas políticas de salud mental, es probable que las tasas de tratamiento actuales subestimen el número de personas que no reciben atención, los datos existentes buscan incluirlos en la ampliación de programas y servicios. Por otro lado, las principales causas de los trastornos mentales son la depresión, el estrés, la falta de actividad física y el estilo de vida que conduce a hábitos nocivos como fumar y beber, que se asocian con la ansiedad.

Estos factores ocurren en la vida diaria de las personas y preocupan a las personas en América Latina, ya que nadie es inmune a las enfermedades mentales, por lo que se deben tomar medidas para prevenir las enfermedades mentales en todos los grupos de edad. Por tanto, se recomienda realizar estudios de fortalecimiento en el futuro, brindando al público el conocimiento para abordar estos temas y evitar problemas de salud mental a lo largo de sus vidas.

Referencias bibliográficas

1. Lucio J. El estrés un problema de salud en el mundo actual. *Revista Ciencia*. 2019; 2(1).
2. Carissa E. Salud mental como componente de la salud universal. *Rev Panam Salud Publica*. 2018; 40. (3).

3. Valdez Y, Marentes R, Correa S. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*. 2022; 21(65).
4. Anzulez S. Estrés. Definición y prevención. *Revista offarm*. 2020; 26(10).
5. Rincón F. Sobrediagnóstico de trastornos mentales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*. 2019; 55(3).
6. Kloster G, Perrota F. Estrés académico en estudiantes universitarios. Tesis. Argentina: Universidad Católica Argentina.
7. Rico R. El rol de la nutrición en la salud mental y los trastornos. *Revista clínica y metabolismo*. 2022; 5(1).
8. Caballero A. Salud mental de la población de América Latina. *Revista Infobae*. 2023; 12(2).
9. Cadena K. Epidemiología de los trastornos mentales en América Latina y el Caribe. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*. 2022; 28(2).
10. Organización mundial de la salud. [Online]; 2022. Acceso 8 de Diciembre de 2023. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>.
11. Arroyave G. Prevalencia de Trastornos Mentales y Aspectos Sociodemográficos Asociados. Tesis. Medellín: Universidad CES.
12. Tuarez G. Epidemiología de los problemas mentales. *Revista de la salud*. 2022; 7(2). <https://doi.org/10.37117/higia.v7i2.752>.
13. Morales F. Estudio de salud mental en estudiantes universitarios. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
14. Capdevila M. Estrés. *Revista Elsevier*. 2019; 24(8).
15. Regueiro A. Qué es el estrés y como afecta. Universidad de Málaga. 2021; 21(2).
16. Pereira A. Control del estrés. *Estilo de vida saludable*. 2023; 22(2).
17. Lascano B. El estrés y tu salud. 23. México: Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado.3.
18. Valencia M. Trastornos mentales y problemas de salud mental. Dirección de Investigaciones Epidemiológicas y Psicosociales. 2019; 30(2).

19. Duarte N. El estigma de la salud mental en América Latina. *Salud, América latina*. 2023; 12(2).
20. Unir. Trastornos psicológicos: qué son y cuáles son los más comunes. *Revista ciencias de la Salud*. 2021; 23(2).
21. Alomoto J. El estrés laboral. *Revista de Psicología Clínica*. 2022; 21(2).
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4055.
22. Contreras M. Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*. 2021; 40(2).
23. Herrera D. Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Revista Neurobiología*. 2020; 8(17).
24. Zuñiga E. El Estrés Laboral y su Influencia en el Desempeño de los Trabajadores. Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Nacional Mayor. 2019; 22(44).
25. Lemos M. Estrés y Salud Mental en Estudiantes de medicina. *Creative Commons Attribution 3*. 2021; 14(2).
26. Silva M, López J, Columba M. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y ciencias*. 2019; 28(79).
27. Mejia C, Chacón J, García Y. Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica. *Rev Asoc Esp Med Trab*. 2019; 28(3).
28. Bairero M. El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Revista Médica. Granma*. 2022; 21(6).
29. Carvajal R. Estrés en docentes investigadores universitarios: Una revisión sistemática. *Salud Ment*. 2020; 44(5).
30. Mendoza R. Estrés y rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Ciencia, Tecnología e Innovación*. 2022; 6(1).
31. Sánchez C, Peralta J. Trastornos mentales en estudiantes de medicina humana en tres universidades del Perú. *Revista de Neuro-Psiquiatría*. 2020; 79(4).
32. Mena M. Récord de estrés para los trabajadores de América Latina. 2023; 12(2).
33. González A. Prevalencia de los trastornos mentales en jóvenes por país de Latinoamérica en 2019. *Statista Research Department*. 2023; 20(3).

34. Orrego S. Trastornos mentales desde la perspectiva del trauma y la violencia en un estudio poblacional. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2021; 49(4).
35. Caldas J, Andrade V. Los trastornos mentales en América Latina. *Rev Panam Salud Publica*. 2022; 18(4).
36. Rivadeneira S. Los procesos de estrés laboral. *Medicina y Seguridad del Trabajo*. Abril; 57(1. <https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500006>).
37. Carillo J. El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica. *El país*. : p. 7.
38. Berrío N. Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. 2022; 3(3).
39. Hernández D. El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica. *Revista Salud Mundial*. 2019; 16(2).
40. Arévalo D. Eficacia de diferentes técnicas para reducir el estrés. *Revista internacional de administración*. 2023; 23(1).

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

Extendemos un fraterno agradecimiento al Dr. David Sancho, rector de la Universidad Estatal Amazónica, cuya gestión y administración nos permitió tener los medios necesarios para contribuir a la investigación.

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.