



**Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud  
Carrera de Medicina**

**Año 2022  
Trabajo Final de Carrera (Tesis)**

**Estrés, ansiedad y depresión en  
estudiantes del último año de la carrera de  
Medicina de la UAI  
Stress, anxiety and depression in students  
of the last year of the UAI Medicine career**

**Alumno:**

***Gloria Dafne Santanocito***  
*gloriadafne.santanocito@alumnos.uai.edu.ar*  
*Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud*  
*Universidad Abierta Interamericana*

**Tutor:**

***Dr. Ezequiel Maximiliano Garcia***  
*Ezequielmaximiliano.garcia@uai.edu.ar*  
*Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud*  
*Universidad Abierta Interamericana*

## **Agradecimientos:**

*A mi esposo, por su gran amor, por su constante apoyo anímico y emocional a lo largo de la carrera y por su paciencia y claridad al transmitir su sabiduría.*

*A mis hijos, por darme un motivo más para seguir adelante y brindarme las fuerzas para ser una mejor persona y profesional.*

*A mis padres, por estar siempre a mi lado y apoyarme en cada decisión.*

*A mi tutor por acompañarme en el tránsito de esta investigación.*

*A Dios y la Virgen María, por protegerme y ayudarme en cada momento de mi vida.*

# Estrés, ansiedad y depresión en estudiantes del último año de la carrera de Medicina de la UAI

## Stress, anxiety and depression in students of the last year of the UAI Medicine career

*Autores: Santanocito D, García E*

### Resumen

**Introducción:** El aumento en el índice de los problemas de salud mental en los estudiantes universitarios acompañados con los malos hábitos de vida, constituye una epidemia silenciosa que tiene como causa principal la depresión, ansiedad y el estrés. Esto conlleva al bajo rendimiento y abandono del estudio académico.

**Material y métodos:** Se caracterizó una muestra de 37 alumnos del último año de la carrera de Medicina de la Universidad Abierta Interamericana (UAI). El diseño utilizado para esta investigación fue no experimental, cuantitativo, transversal y descriptivo. **Resultados:** Las tasas de prevalencia de estrés, ansiedad y depresión fueron del 35,83%, 21,48% y 30,43% respectivamente. **Conclusión:** Dada las altas exigencias universitarias y personales, y la ausencia de pilares en cuanto al diagnóstico y asistencia en la salud mental de aquellos que lo necesiten, la calidad de vida de los estudiantes de medicina se ve claramente afectada por la presencia de estrés y en menor medida por ansiedad, resultando un difícil transcurso en la carrera y en la vida.

**Palabras Clave:** Depression; Depressive disorder; Anxiety; Stress disorders, traumatic, acute/disorders; Stress disorders, traumatic, acute/diagnosis

### Abstract

**Background:** The increase in the rate of mental health problems in university students, accompanied by poor lifestyle habits, constitutes a silent epidemis whose main cause is depression, anxiety and stress. This leads to poor performance and abandonment of academic study. **Material and methods:** A sample of 37 studs ents of the last year of the Medicine career of the Interamerican Open University (UAI) was non-experimental, quantitative, cross-sectional and descriptive. **Results:** The prevalence rates of stress, anxiety and depression were 35.83%, 21.48% and 30,43% respectively. **Conclusion:** Given the high university and personal demands, and the absence of pillars in terms of diagnosis and mental health care for those who need it, the quality of life of medical students is clearly affected by the presence of stress and to a lesser extent measured by anxiety, resulting in a difficult course in career and in life.

**Keywords:** Depression; Depressive Disorder; Anxiety; Stress Disorders, Traumatic, Acute/analysis; Stress Disorders, Traumatic, Acute/diagnosis.

## INTRODUCCIÓN

*El artículo 10.1 del Protocolo de San Salvador (PSS), el cual hace referencia el artículo del gobierno de la nación de la república argentina, refiere que se entiende por "salud" el disfrute del más alto nivel de bienestar psicosomático, necesario para una buena vida, pudiendo por tanto decirse que la salud consiste en la experiencia de bienestar e integridad del cuerpo y la mente, caracterizada por una aceptable ausencia de condiciones patológicas y, consecuentemente, por la capacidad de la persona para perseguir sus metas vitales y para funcionar en su contexto social y laboral habitual (1)*

*La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la salud mental como el bienestar emocional, psíquico y social en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida y trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. (2)*

*El primer paso es reconocer y entender los padecimientos mentales para no estereotipar ni crear falsas creencias hacia las personas con enfermedad mental (3).*

*Estudios de la OMS/OPS dan cuenta de que los trastornos mentales están dentro de las cinco primeras causas de enfermedad en América. En Argentina, 1 de cada 3 personas presenta un problema de salud mental a partir de los 20 años. Las más frecuentes son los trastornos de ansiedad, del estado de ánimo y los problemas por consumo de sustancias (UBA APSA OMS MSAL-2015).*

*En cuanto a la salud de los estudiantes universitarios, los síntomas cognitivos como afectivos son interiorizados y se presentan con una mayor intensidad y de acuerdo con investigaciones existentes, los factores de riesgo para ellos incluyen el estudio y las demandas académicas, la ansiedad relacionada con las carreras futuras, la experiencia social, la vida en la universidad y las presiones económicas (4). Esto conlleva a un gran estrés, ansiedad y depresión que se acrecienta a medida que van superando los obstáculos de la carrera y se aproximan al cese de la vida universitaria y al comienzo de una vida desconocida, lleno de obstáculos profesionales y laborales.*

*Considerando que el DSM (Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales) y el CIE-10 (Clasificación internacional de enfermedades) son de reconocimiento mundial y los más consultados en la práctica médica, cito las definiciones de las manifestaciones típicas y frecuentes de los estudiantes*

*universitarios.*

*Los criterios CIE-10 mencionan al estrés como un trastorno de una gravedad importante que aparece en un individuo sin otro trastorno mental aparente, como respuesta a un estrés físico o psicológico excepcional y que por lo general, remite en horas o días. Los síntomas iniciales son embotamiento, depresión, ansiedad, ira, desesperación, hiperactividad o aislamiento y se presentan mezclados y cambiantes (5).*

*El DSM-V (6) define al estado de ansiedad como el que comparte características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. El miedo es una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria, mientras que la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura. La ansiedad está asociada con tensión muscular, vigilancia en relación a un peligro futuro y comportamientos cautelosos o evitativos.*

*Los principales síntomas son sudoración, sequedad de boca, tensión muscular, temblor, nudo en la garganta, palpitaciones, taquicardia, dolor precordial, disnea, hiperventilación, falta de apetito, dificultad para tragar, náuseas, vómitos, dispepsia, diarrea, problemas sexuales, sensación de agobio, inquietud, irritabilidad, dificultad de concentración y fallas de memoria, miedo a perder el control, alteraciones del sueño, vigilancia en relación a un peligro futuro y comportamientos cautelosos o evitativos, entre otros.*

*El Dr. José Antonio García Higuera está en lo cierto cuando menciona que la ansiedad es desagradable porque nos dispone a acabar con nuestra exposición a una amenaza, pero es sana si nos sirve para solucionar o evitar el problema o es patológica si nos afecta de manera desmedida en su intensidad porque la lucha contra ella se convierte en el centro de nuestra vida dejando otras actividades que son importantes para nosotros. (7)*

*En cuanto a la depresión, el DSM IV, lo describe como la disminución de la capacidad de pensar, de la concentración o del razonamiento, casi todos los días. El CIE 10 lo clasifica como humor depresivo, pérdida de la capacidad de interesarse y disfrutar de las cosas, disminución de la vitalidad que lleva a una reducción del nivel de actividad y aun cansancio exagerado.*

*Dicho esto, no es necesario aclarar que tanto el estrés, la ansiedad y la depresión no solo deterioran la salud mental de los estudiantes, sino que complejizan el progreso a su meta final que consiste en el título universitario, teniendo pensamientos de abandono y*

*tristeza en la vida diaria, disminución de un estado emocional positivo y disfrute en el camino hacia el sueño por lograr.*

*Durante los últimos años, ha habido un incremento en los problemas de salud mental para muchos de los estudiantes universitarios. Sumado a esto, hubo un aumento significativo de nuevos casos y, empeoramiento de los ya existentes, durante la pandemia de COVID-19. Los servicios de salud mental como los tratamientos fueron afectados o interrumpidos por la necesidad de priorizar la atención de urgencia sanitaria de emergencia con sentimiento de desprotección y desesperación por parte de las personas con o sin diagnóstico de algún padecimiento o trastorno en la salud mental. La salud mental es un problema de salud pública que deber ser abordado a través de estrategias pertinentes para asistir y/o prevenir a las personas que cursan con algún desequilibrio en la salud mental. En Argentina, 1 de cada 3 personas presenta algún problema de salud mental, los cuales los trastornos de ansiedad, del estado de ánimo, la depresión y el consumo de sustancias son los más frecuentes. Para eso, el Ministerio de Salud de la Nación Argentina, en colaboración con la Organización Panamericana de Salud / Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS) entre otros, desarrollaron el “Plan Nacional de Salud Mental 2021-2025”, cuyo objetivo es fortalecer los servicios de salud mental en el primer nivel de atención, la promoción, y la prevención, entre otras, abordando de esta manera a la salud mental a través de acciones que sean de ayuda tanto para la salud de cada persona como asegurar la inclusión social de las personas con padecimiento mental en la comunidad.(8) El siguiente estudio es con la finalidad de poner en manifiesto la gravedad de la cotidianidad en la que nos manejamos con los trastornos mentales, disminuyendo o desvalorizando su importancia de tener la necesidad de abordar el tema lo antes posible como así también de saber cuándo pedir ayuda y tener así una vida plena llena de oportunidades. También cabe aclarar que conocer cuáles son las causas y el estado anímico y emocional de los estudiantes es crucial para adoptar las medidas necesarias (ya sea por la institución, profesores o profesionales) que permitan prevenir, amparar y acompañar a los estudiantes y buscar conductas que ayuden la transición de estudiante a profesional. Ante una serie de cuestionarios sociodemográficos y test pre-existentes ya utilizados en otros trabajos, se llegará a la conclusión o no, de la urgencia de crear un método de diagnóstico rápido y ayuda cooperativa entre los centros de salud, profesionales y centros de estudios*

*universitarios para aquellos alumnos que bajo distintas circunstancias y dado las grandes demandas de excitación y vigilancia, requieran una asistencia productiva para mejorar el desempeño del alumnado y el logro de sus expectativas académicas como también personales. Esta investigación se realizó ante la observación de alumnos universitarios que transitaban el último año, con una notable diferenciación con la carrera de Medicina y la necesidad de poner en manifiesto los padecimientos que ellos atraviesan para que, en un futuro no lejano, puedan obtener herramientas y un plan de ayuda desde el inicio de la carrera para que ésta sea placentera tanto por los logros obtenidos como con su tránsito positivo.*

*La importancia del diagnóstico precoz en la salud mental es de gran ayuda para tener un estado de ánimo estable y vida plena. No debe minimizarse ni su detección como su tratamiento ya que esto podría derivar en grandes complicaciones y deterioro de la persona pudiéndolo llevar a una depresión grave, intento de suicidio, consumo de sustancias, entre otros. Varios estudios realizados confirman que una buena atención primaria como del tratamiento, si lo requiere, es de gran ayuda para estabilizar y controlar los síntomas de estrés, ansiedad y depresión como también de detectarlos a tiempo.*

## **ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS**

*Para la obtención de información se realizaron búsquedas de artículos científicos en PubMed, Medline, Open Athens, etc. La estrategia de búsqueda se basó en delimitar los resultados con publicación comprendida entre los años 2012 a 2022. Se utilizaron palabras claves y términos Mesh (salud mental; estrés; ansiedad; depresión; estudiantes universitarios).*

*Los estudios detallados y analizados a continuación, guardan relación con las variables que se analizan en éste trabajo y todos fueron realizados en alumnos universitarios de la carrera de medicina en diferentes universidades del mundo con el cuestionario DASS 21 y DASS 42.*

*En el año 2021, Tomás Christopher Wilkes junto a otros colaboradores (9), realizaron un estudio sobre el “bienestar y salud mental entre los estudiantes de medicina” en Canadá concluyendo que los estudiantes de medicina se enfrentan a grandes factores de estrés durante la formación, donde el 21% informó una condición de salud mental, más comúnmente un trastorno de ansiedad y/o a un trastorno depresivo. Los*

trastornos psicológicos tienen consecuencias negativas en el aprendizaje y el rendimiento académico de los estudiantes de medicina y el resultado del estudio realizado por Ghazal Aghajani Liasi, Sanaz Mahdi Nejad, Nafiseh Sami, Shahrzad Jankpour, Batoool Ghorbani Yekta, también en el año 2021 en Irán (10) demostró que el agotamiento académico contribuyó al aumento de depresión (37,2%), ansiedad (41,1%) y estrés (30,3%) estimando que la prevalencia del desgaste académico fue entre 9,2 y 23,4%. Un año antes, en Nepal, Shishir Paudel, Himlal Gautam, Chiranjivi Adhikari y Dipendra Kumar Yadav (11) estudiaron la “Depresión, ansiedad y estrés entre los estudiantes universitarios” siendo el periodo universitario uno de riesgo para la aparición de varios trastornos mentales por ser un periodo estresante, los resultados concluyeron que la prevalencia de trastornos mentales es alta entre los estudiantes de pregrado con un índice general de depresión, ansiedad y estrés entre los participantes del 38,2%, 46,9% y 24,1% respectivamente. En el año 2019 en Pakistán, Besham Kumar, Mir Ali Asghar Shah, Raj Kumari, Ajay Kumar, Jai Kumar, Ámbar Tahir (12), con la investigación “Depresión, ansiedad y estrés entre estudiantes de último año de medicina” registraron un 57,6% de participantes que sufrieron depresión de moderada a extremadamente grave, un 74% de participantes que sufrieron ansiedad de moderada a extremadamente grave y un 57,7% de participantes que informaron estrés de moderado a extremadamente grave, dando estos resultados por la presión de aprobar los exámenes, la presión de cumplir con las expectativas de la familia y el miedo de ingresar al mundo real de la medicina. Syeda Rubaba Azim junto con Mujtari Baig también en el año 2019 en el mismo país (13), detallan que la prevalencia de estrés y ansiedad tuvieron un alto índice de incidencia (71% y 72% respectivamente) influido por la presión académica y la falta de servicios de apoyo adecuados. El estudio realizado por Abdullah Murhaf Al-Khani, Muhammad Ishaque Sarhandi, Mohamed Saddik Zaghoul, Mohamed Ewid y Nazmus Saquib en el año 2019 en Arabia Saudita (14) estudiaron sobre “La calidad del sueño, la salud mental y el rendimiento académico entre estudiantes de medicina en Arabia Saudita” con el objetivo de adecuar un plan integral para una mejor salud mental y concluyeron que la depresión, la ansiedad y el estrés fueron 42,1%, 52,6% y 30,5% respectivamente, y que la falta de sueño se relaciona significativamente con la presencia de depresión, ansiedad y estrés llevando a los estudiantes a la disminución del rendimiento académico. Finalmente, en el año 2017, Mohamed Fawzy y Sherifa A Hamed en Egipto (15), con el título “Prevalencia de estrés psicológico, depresión y ansiedad entre estudiantes de medicina” determinaron que la depresión, la ansiedad y el estrés se asocian y que existían altas frecuencias de depresión (65%), ansiedad (73%) y estrés (59,9%). Los puntajes más altos los poseían en los estudiantes de medicina (en relación con otras escuelas) y que los años preclínicos eran aún mayores. Todos los estudios antes

mencionados recomiendan reevaluar estos trastornos ya que los estudiantes de medicina se predisponen a estas enfermedades y deben ser abordadas más eficientemente con el afán de ayudar y complimentar la asistencia de los estudiantes que así lo requieran.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Dada los altos índices de trastornos en la salud mental de los estudiantes Universitarios, la selección de la muestra fueron alumnos de la carrera de Medicina del último año, ya que en otros estudios mundiales demostraron que dicha carrera provoca altos niveles de estrés, ansiedad y depresión; todo esto dado por el alto requerimiento académico, la alta carga horaria de estudio, bajo nivel de esparcimiento, preocupación a un posible fracaso estudiantil y agonía ante la futura transición de estudiante a profesional-trabajador con un futuro laboral incierto.

Los participantes fueron estudiantes de pregrado de la Universidad Abierta Interamericana durante el año académico 2022.

El reclutamiento de participantes se llevó a cabo de Abril a julio 2022.

## OBJETIVOS

### Objetivo General

El objetivo de estudio fue examinar la prevalencia y causas de estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de la última etapa de la carrera de medicina y evaluar los factores asociados para que dichos resultados puedan ayudar al desarrollo de programas de prevención, asistencia e implementación de métodos más efectivos.

### Objetivos Específicos

- Aplicar métodos para evitar el desorden emocional y favorecer el desempeño académico.
- Diagnóstico precoz
- Transformar la experiencia en una etapa positiva.

### Los Criterios de Inclusión fueron:

- Ser estudiante de la Universidad Abierta Interamericana.
- Ser alumno universitario de la carrera de medicina
- cursar el último año de la carrera
- Estudiantes que voluntariamente aceptaron y firmaron el consentimiento informado

### Los Criterios de Exclusión:

- Ser estudiante de otra universidad

No ser alumno activo -  
 Estar estudiando otra carrera que no sea la de Medicina -  
 - Estar cursando otro año que no sea el último de la carrera -  
 Estar en tratamiento previo para patologías psiquiátricas

El encuestador envió por diferentes medios la información sobre los objetivos del estudio, el test para la recopilación de datos y variables demográficas y test DASS-21. En ese momento también se les adjuntó el formulario de consentimiento, La muestra definitiva fue de 37 estudiantes universitarios de la provincia de Buenos Aires, Argentina.

El cuestionario se dividió en dos secciones, a saber, las características sociodemográficas y la salud psicológica. Los datos sociodemográficos incluyeron: edad, género, estado civil, estado laboral, consumo de sustancias. Los síntomas de estrés, ansiedad y depresión se midieron a través del cuestionario DASS-21 que consta de 21 ítems de los cuales 7 son para determinar la depresión, 7 la ansiedad y 7 el estrés. Las subescalas no están correlacionadas para no influir en la respuesta.

La alternativa o puntos de Likert utilizado, que corresponden a las opciones de respuesta para el test de DASS-21, será:

0 No me ha ocurrido

1 Me ha ocurrido un poco o durante parte del tiempo

2 Me ha ocurrido bastante o durante una buena parte del tiempo

3 Me ha ocurrido mucho o la mayor parte del tiempo

Una vez obtenidos los resultados y de acuerdo al modo de corrección, el DASS-21 se divide en tres sub-escalas donde cada ítems correspondiente a cada una se deben sumar y las puntuaciones obtenidas es un indicador general de los síntomas emocionales predominantes.

Para la depresión corresponden los ítems 3,5,10,13,16,17 y 21, para la Ansiedad, ítems 2,4,7,9,15,19 y 20) y para el estrés, ítems 1,6,8,11,12,14 y 18.

La interpretación será: a mayor puntuación general, mayor grado de sintomatología.

## RESULTADOS

Se obtuvieron un total de 37 respuestas.

### Variables sociodemográficas:

El 64,9% eran de género femenino y el 35,1% de género masculino (gráfico 1)

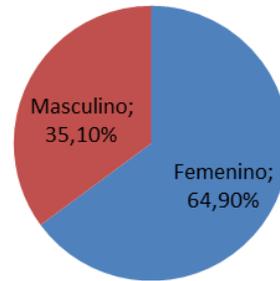


Gráfico 1

El rango de edad predominante para este grupo fue de 18 a 27 años, siendo la media de 25 años. (gráfico 2)

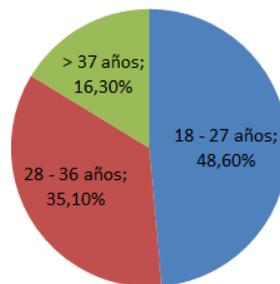


Gráfico 2

En referencia al estado civil, una gran mayoría reportaron estar solteros. Ningún estudiante reportó estar casado, viudo o separado. (gráfico 3)

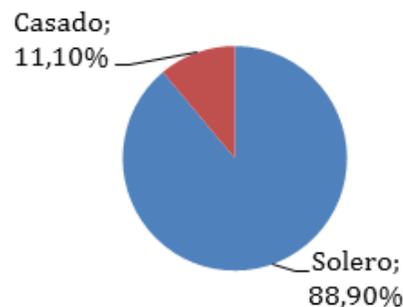


Gráfico 3

El 64,9% de los participantes no se encontraba trabajando. (gráfico 4)

Y de aquellos que trabajaban (35,1%), lo hacían en un 66,66% con una carga horaria mayor a 40 horas semanales

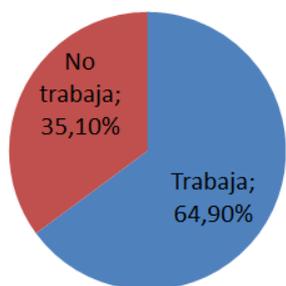


Gráfico 4

El 78,8% refirió consumir cafeína muy frecuentemente, sin referir el consumo de alguna otra sustancia. (gráfico 5)

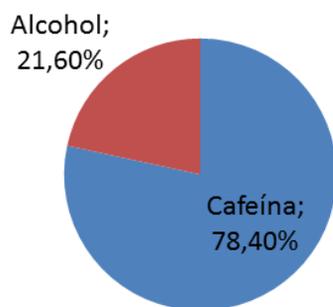


Gráfico 5

#### Estadística descriptiva

Según el tamaño de la muestra, los resultados arrojados demostraron en su mayoría, un grado leve de Depresión (46,53%) siendo poca marcada la diferencia entre depresión moderada y severa. (tabla 1)

Con respecto a la Ansiedad, los participantes reportaron encontrarse en un grado leve (41,54%) en el momento de la encuesta en comparación de la depresión moderada y severa. (tabla 2)

Y en lo referente al estrés, los estudiantes universitarios revelaron estar en un grado severo a moderado de estrés, 35,83% y 35,15% respectivamente. (tabla 3)

Se concluye que los estudiantes que realizaron la encuesta, se encontraron con un gran nivel de estrés psicológico, probablemente dado el alto índice de exigencia tanto universitaria, de ellos mismos y de la familia y ante la inminente diplomatura.

#### DEPRESIÓN

Leve	Moderada	Severa
46,54%	23,03%	30,43%

Tabla 1

#### ANSIEDAD

Leve	Moderada	Severa
41,62%	36,90%	21,48%

Tabla 2

#### ESTRÉS

Leve	Moderada	Severa
29,02%	35,15%	35,83%

Tabla 3

## DISCUSIÓN

Siendo de gran interés la salud mental de los estudiantes universitarios dado el alto requerimiento de concentración, esfuerzo físico y mental y diferentes obligaciones personales, impera el interés de realizar un departamento con programas preventivos, de asistencia y tratamiento eficaz, sin atrasar ni minimizar dichos padecimientos para mejorar el bienestar de los estudiantes.

Siendo predominante el estrés ante los demás rasgos analizados, se deberá acondicionar e incorporar estrategias de búsqueda y rastreo para disminuir su incidencia.

Es de clara urgencia establecer un método claro y eficiente para tratar dichas patologías como un servicio necesario ante los futuros profesionales en la salud y que este sea el comienzo de un camino superlativo en cuanto a la salud mental y bienestar psicológico.

En un futuro, se deberá realizar otros trabajos en conjunto con otras universidades y facultades para el correcto diagnóstico del mismo y llegar a un resultado positivo para estudiantes y educandos.

## CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

## BIBLIOGRAFÍA

1. La salud en la constitución de la Organización Mundial de la Salud (OMS) [Internet]. salud.gob.ar. 2022 [citado 1 mayo 2022]. Disponible en: <https://salud.gob.ar/dels/entradas/la-salud-en-la->

- constitucion-de-la-organizacion-mundial-de-la-salud-oms
2. Salud mental [Internet]. Médicos sin fronteras. 2022 [citado 4 mayo 2022]. Disponible en: <https://www.msf.org.ar/conocenos/actividades-medicas/salud-mental#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,una%20contribuci%C3%B3n%20a%20su%20comunidad.>
  3. Salud mental [Internet]. argentina.gob.ar. 2022 [citado 3 mayo 2022]. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/salud/mental-y-adicciones/que-es#:~:text=La%20salud%20mental%20es%20el,comunidad%20en%20la%20que%20vivimos.>
  4. Aumentan los problemas de salud mental entre los estudiantes universitarios [Internet]. infocoponline. 2022 [citado 6 mayo 2022]. Disponible en: [https://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=7932](https://www.infocop.es/view_article.asp?id=7932)
  5. Criterios diagnósticos CIE [Internet]. ucm.es. 2022 [citado 8 mayo 2022]. Disponible en: <https://webs.ucm.es/info/psclinic/guiareftrat/trastornos/TEPT/cierea.php>
  6. American psychiatric association. 2014. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos mentales. DSM-5. 5ta edición, ed. Arlington, VA. Publicado en español por editorial Medica Panamericana, Pág 189
  7. Ansiedad sana y patológica [Internet]. Psoterapeutas.com. 2022 [citado 2 mayo 2022]. Disponible en: [https://psicoterapeutas.com/trastornos/ansiedad/ansiedad\\_sana\\_patologica/](https://psicoterapeutas.com/trastornos/ansiedad/ansiedad_sana_patologica/)
  8. Plan nacional de salud mental [Internet]. siteal.iiep.unesco.org. 2022 [citado 11 mayo 2022]. Disponible en: <https://siteal.iiep.unesco.org/bdnp/3851/plan-nacional-salud-mental-2021-2025>
  9. Wilkes TC, Lewis T, Paget M, et al. Wellbeing and mental health amongst medical students in Canada [published online ahead of print, 2021 Nov 18]. *Int J Soc Psychiatry*. 2021;207640211057724. doi:10.1177/00207640211057724
  10. Aghajani Liasi G, Mahdi Nejad S, Sami N, Khakpour S, Ghorbani Yekta B. The prevalence of educational burnout, depression, anxiety, and stress among medical students of the Islamic Azad University in Tehran, Iran. *BMC Med Educ*. 2021;21(1):471. Published 2021 Sep 5. doi:10.1186/s12909-021-02874-7
  11. Paudel S, Gautam H, Adhikari C, Yadav DK. Depression, Anxiety and Stress among the Undergraduate Students of Pokhara Metropolitan, Nepal. *J Nepal Health Res Counc*. 2020;18(1):27-34. Published 2020 Apr 20. doi:10.33314/jnhrc.v18i1.2189
  12. Kumar B, Shah MAA, Kumari R, Kumar A, Kumar J, Tahir A. Depression, Anxiety, and Stress Among Final-year Medical Students. *Cureus*. 2019;11(3):e4257. Published 2019 Mar 16. doi:10.7759/cureus.4257
  13. Azim SR, Baig M. Frequency and perceived causes of depression, anxiety and stress among medical students of a private medical institute in Karachi: a mixed method study. *J Pak Med Assoc*. 2019;69(6):840-845
  14. Al-Khani AM, Sarhandi MI, Zaghloul MS, Ewid M, Saquib N. A cross-sectional survey on sleep quality, mental health, and academic performance among medical students in Saudi Arabia. *BMC Res Notes*. 2019;12(1):665. Published 2019 Oct 21. doi:10.1186/s13104-019-4713-2
  15. Fawzy M, Hamed SA. Prevalence of psychological stress, depression and anxiety among medical

students in Egypt. *Psychiatry Res.* 2017;255:186-194. doi:10.1016/j.psychres.2017.05.027