

Carta al Editor

Salud mental en estudiantes de la Carrera de Kinesiología y Fisioterapia de la Universidad Nacional de Asunción

Mental health in Kinesiology and Physiotherapy Undergraduate Students at the Universidad Nacional de Asunción

Mery Leonardo Aiquipa¹ 

¹Universidad Privada San Juan Bautista. Lima, Perú.

Señor editor:

Reciba un cordial saludo. Mi nombre es Mery Leonardo Aiquipa, estudiante peruana de tercer año de la carrera de tecnología médica en terapia física y rehabilitación.

Me dirijo a usted en referencia al artículo titulado "Salud mental en estudiantes de la carrera de Kinesiología y Fisioterapia de la Universidad Nacional de Asunción", publicado recientemente en su prestigiosa revista. Aprecio el esfuerzo del equipo investigador al abordar trastornos tan relevantes como la ansiedad, la depresión y el estrés en estudiantes universitarios. Sin embargo, considero que una revisión crítica puede enriquecer este debate, especialmente al integrar factores socioculturales y tecnológicos que influyen en la salud mental de esta población.

El entorno digital actual ha transformado la manera en que los jóvenes interactúan y perciben la realidad. El uso excesivo de redes sociales, el fenómeno del "doomscrolling" y la sobrecarga de información han aumentado los niveles de ansiedad en un 60 % de los jóvenes post-pandemia⁽¹⁾, este panorama sugiere que los estudiantes universitarios están especialmente expuestos a estos factores estresantes, lo cual podría influir en su rendimiento académico y en su bienestar general. Incluir esta variable permitiría una visión más acorde con los tiempos actuales, especialmente considerando la omnipresencia de la tecnología en la vida cotidiana de los estudiantes, asimismo, la precariedad laboral y las elevadas expectativas académicas y económicas representan una carga importante para muchos estudiantes, como lo demuestra el mismo estudio al señalar que un 40 % experimenta altos niveles de estrés por estas razones. Este aspecto resulta fundamental, dado que los desafíos financieros y laborales inciden profundamente en la estabilidad emocional y la capacidad de los estudiantes para manejar las presiones diarias.

Por otro lado, no se puede obviar el impacto de la presión social en la salud mental de los jóvenes. Se demuestra que el 30 % de los adolescentes son particularmente susceptibles a la presión ejercida por sus padres, mientras que un 68 % de los estudiantes en niveles avanzados presentan mayor resistencia ante esta influencia⁽²⁾. La presión social, tanto de familiares como de pares, puede ser un factor desencadenante de ansiedad y estrés, y su inclusión como variable permitiría evaluar de manera más integral la complejidad del contexto estudiantil.

El papel del apoyo social es también fundamental. En un estudio reciente sobre jóvenes universitarios en Mérida, Yucatán, los estudiantes que cuentan con un sólido soporte social reportan una mejor salud mental, con una media de 3.89, superior a la media teórica⁽³⁾. En el contexto paraguayo, donde los lazos familiares y la amistad son pilares culturales, esta variable cobra especial relevancia y debería ser considerada para diseñar intervenciones efectivas.

En conclusión, integrar variables como el impacto de la tecnología, la presión y el apoyo social percibido ofrecería una visión más completa de los factores que afectan la salud mental de los estudiantes de kinesiólogía y fisioterapia. Esta ampliación permitiría desarrollar estrategias de intervención más personalizadas y acordes con la realidad que enfrentan los jóvenes universitarios, promoviendo un mejor bienestar integral.

Agradezco de antemano su atención y quedo a su disposición para cualquier comentario o consulta adicional.

Mery Leonardo Aiquipa

Universidad Privada San Juan Bautista. Lima, Perú

REFERENCIAS

1. Expósito-Duque V, Torres-Tejera ME, Domínguez Domínguez JA. Determinantes sociales de la ansiedad en el siglo XXI. *Atención Primaria Práctica*. 2024;6(2):100192.
2. Hernández FAV. Colegio Santo Tomás de Aquino Metodología de la investigación Proyecto de Investigación. 2021;
3. Guzmán MLB, Galaz MMF. Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios. *Voces y Silencios Revista Latinoamericana de Educación*. 2020;11(2):67-83.