



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA**

**“USO DE TERAPIAS MENTE-CUERPO Y TRASTORNOS  
MENTALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA  
DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19”**

Tesis para optar el título profesional de:

**MÉDICO CIRUJANO**

Presentado por:

Tania Desiree Vizquerra Sifuentes (0000-0001-5445-1147)

María Estela Ojeda Chávez (0000-0002-5448-7040)

Asesor:

Juan Jesús Huaccho Rojas: (0000-0002-3902-3520)

Lima – Perú

2022

### ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 25 de abril de 2022.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Mg. Percy Antonio Rivadeneira Chumpitazi	<input type="checkbox"/>
Miembro: Méd. Esp. Flora Elsa Espinoza Altamirano	
Miembro: Méd. Katerine Mayte García Moreno	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

USO DE TERAPIAS MENTE-CUERPO Y TRANSTORNOS MENTALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19

Presentada por las estudiantes

TANIA DESIREE VIZQUERRA SIFUENTES Y MARÍA ESTELA OJEDA CHAVEZ

Para optar por el Título de Médicas Cirujanas

Asesoradas por: Méd. Juan Jesús Huaccho Rojas

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de las estudiantes de PREGRADO de la carrera Medicina Humana en la sustentación, concluyen de manera unánime (x) por mayoría simple ( ) calificar a:

Tesis: TANIA DESIREE VIZQUERRA SIFUENTES			Nota (en letras): Quince (15)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )
Tesis: MARÍA ESTELA OJEDA CHAVEZ			Nota (en letras): Quince (15)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Mg. Percy Antonio Rivadeneira Chumpitazi  
Presidente del Jurado



Méd. Juan Jesús Huaccho Rojas  
Asesor



Méd. Esp. Flora Elsa Espinoza Altamirano  
Miembro 1



Méd. Katerine Mayte García Moreno  
Miembro 2

# USO DE TERAPIAS MENTE-CUERPO Y TRANSTORNOS MENTALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19

## USE OF MIND-BODY THERAPIES AND MENTAL DISORDERS IN HUMAN MEDICINE STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Tania D. Vizquerra-Sifuentes<sup>1</sup>,

María E. Ojeda-Chávez<sup>1</sup>,

César Li-Amenero<sup>2,3</sup>

Juan Huaccho-Rojas<sup>1</sup>,

1. Universidad Científica del Sur, Lima, Perú
2. Unidad Generadora de Evidencias y Vigilancia Epidemiológica, Scientia Clinical and Epidemiological Research Institute, Trujillo, Perú.
3. Hospital Víctor Larco Herrera, Lima, Perú

### Resumen

**Introducción:** El uso de las terapias mente-cuerpo es una buena alternativa no farmacológica para abordar la presencia de trastornos mentales en estudiantes de medicina, considerando el contexto de la pandemia por COVID-19. El objetivo del estudio es determinar la asociación entre los trastornos mentales y el uso de terapias mente cuerpo en estudiantes de Medicina Humana (MH) de la Universidad Científica del Sur.

**Metodología:** Se realizó un estudio transversal analítico observacional, en 384 estudiantes de la carrera de Medicina Humana de la Universidad Científica del Sur. A través de un cuestionario con línea se recogieron variables sociodemográficas y clínicas, donde se incluyó la versión en español de escala de Ansiedad, Depresión y estrés (DASS-21), entre marzo y abril del 2021

**Resultados:** El 28,6% realizó alguna terapia mente-cuerpo, de los cuales el 70% son del sexo femenino. El trastorno mental más frecuente fue depresión con 68,49%, seguido de ansiedad con 65,89% y por último estrés con 63,27%. El 26,82% de los estudiantes tuvo COVID-19 y la terapia mente-cuerpo más prevalente fue el yoga.

**Conclusiones:** Los trastornos mentales están asociados con haber usado alguna terapia mente-cuerpo junto con la edad, sexo, haber tenido COVID-19 y llevado el curso de

medicina tradicional, alternativa y complementaria. Esto las convierte en una buena alternativa no farmacológica para lidiar con los diversos desafíos que nos presenta la carrera.

Palabras clave: Terapias Mente-Cuerpo, Depresión, Ansiedad, Estrés psicológico, COVID-19.

### **Summary**

**Introduction:** The use of mind-body therapies is a good non-pharmacological alternative to address the presence of mental disorders in medical students, considering the context of the COVID-19 pandemic. The objective of the study is to determine the association between mental disorders and the use of mind-body therapies in Human Medicine (MH) students at the Universidad Científica del Sur.

**Methodology:** An observational analytical cross-sectional study was carried out in 384 students of the Human Medicine career at the Universidad Científica del Sur. Through a questionnaire with line, sociodemographic and clinical variables were collected, where the Spanish version of the Anxiety, Depression and Stress Scale (DASS-21) was included, between March and April 2021.

**Results:** 28.6% performed some mind-body therapy, of which 70% are female. The most frequent mental disorder was depression with 68.49%, followed by anxiety with 65.89% and finally stress with 63.27%. 26.82% of the students had COVID-19 and the most prevalent mind-body therapy was yoga.

**Conclusions:** Mental disorders are associated with having used some mind-body therapy together with age, sex, having had COVID-19 and taking the course of traditional, alternative and complementary medicine. This makes them a good non-pharmacological alternative to deal with the various challenges that the race presents us.

**Keywords:** Mind-Body Therapies, Depressive Disorder, Anxiety, Psychological stress, COVID-19.