

Entrevista a la doctora

Mónica T. González Ramírez



Imagen: Efraín Aldama Villa

JESSICA BALDERAS SALAZAR

Fiel a su línea de investigación preferida, la Dra. Mónica Teresa González Ramírez, apoyada por el Dr. René Landero Hernández, obtuvo el Premio de Investigación UANL 2008. Variables psicosociales relacionadas con la salud y estudios sobre la familia y metodología de la investigación son los

estudios científicos que han robado el sueño a esta joven investigadora del área de Humanidades, quien en esta ocasión destaca con el proyecto "Modelo estructural para explicar los síntomas psicosomáticos y el estrés desde la teoría transaccional".

Presentando un trabajo que le valiera su título del doctorado en metodología de las ciencias del com-

portamiento, que viniera a complementar sus estudios de maestría en ciencias con especialidad en psicología de la salud, un diplomado en terapia breve y la licenciatura en psicología, esta catedrática de la Facultad de Psicología de la UANL logró ser la vencedora de entre quince estudios diversos.

La Dra. González Ramírez accedió a ahondar un poco más sobre este proyecto que le dio tan grata satisfacción.

Platiquenos un poco más sobre este estudio

Es un trabajo dentro de la línea de investigación “Variables psicosociales relacionadas a la salud y estudios sobre familia”, en el que se buscó establecer la relación con una de las teorías más aceptadas del estrés: “La teoría transaccional del estrés y la explicación de los síntomas psicossomáticos en estratos universitarios”. Este trabajo pretende explicar los síntomas psicossomáticos más allá de las cuestiones tradicionales o las ideas generales de una persona, que lo puede relacionar a que se están inventando los síntomas o que si no tiene una causa de una enfermedad no es un síntoma real, entonces se ha encontrado que están muy asociados a ciertas variables; este estudio se enfocó a ver la relación con el estrés y crear un modelo basado en la metodología estruc-

tural para explicar estos síntomas.

¿Cuáles han sido los resultados que esta indagación ha arrojado hasta el momento?

Como resultado de este estudio se encontró que el estrés es un predictor muy importante de los síntomas psicossomáticos junto con otra variable que es el *burnout* o síndrome de agotamiento, que en los estudiantes también está presente, no nada más en personas con un trabajo remunerado. Entonces, estas dos variables son las más importantes en relación con los síntomas; dentro del modelo que se presentó en este estudio, se encuentra que el apoyo social, la autoeficacia y la autoestima son factores protectores para la sintomatología psicossomática.

¿Cómo inicia este proyecto y cómo se ha ido desarrollando?

Los inicios de investigación en la línea de estrés se dan desde hace varios años; sin embargo, este proyecto en particular nace del trabajo previo en que se comprobó que los síntomas psicossomáticos están presentes en los estudiantes, en la misma cantidad o en la misma frecuencia que en otras poblaciones, donde lo común es que alrededor de 20% de la gente tenga síntomas físicos relacionados con el estrés o con alguna otra emoción, síntomas como los gastrointestinales (gastritis, colitis, úlceras), problemas dermatológicos, problemas respiratorios; por lo que en un estudio anterior se verificó que estaba presente en los estudiantes universitarios, más o menos en 20% igual que en



Imagen: Efraín Aldama Villa

otras muestras. A partir de ahí nos abocamos a estudiar qué es lo que causa, cuáles son las posibles variables que puedan explicar, el porqué se da este fenómeno y de ahí surge la idea, ya que es un trabajo que se hace para complementar estudios de doctorado a través de la tesis "Síntomas psicósomáticos autoinformados: un modelo explicativo", presentada en la Universidad Nacional de Educación a Distancia en España, dentro del Programa de Metodología de las Ciencias del Comportamiento, esto llevado a cabo en conjunto con un grupo de investigadores de la Facultad de Psicología de la UANL, del Cuerpo Académico de Psicología Social.

¿Hace cuánto inicia este proyecto y cómo se forma el equipo de investigadores?

Este proyecto inicia a finales de 2004 con la planeación, arranca formalmente en 2005, cuando se llevó a cabo la evaluación, y en 2006 el análisis de datos y el planteamiento del modelo; aunque realmente esta línea de investigación ya tiene varios años de trabajo dentro del cuerpo académico.

Mientras que esta sinergia se realiza, somos parte del mismo cuerpo académico dentro de la Facultad de Psicología, que es el primero desde 2006, dentro de toda la facultad, consolidado a nivel na-

cional con diversos proyectos.

¿De dónde se tomó la muestra que se utilizó para lograr comprobar sus hipótesis sobre esta sintomatología?

Se realizó con una muestra tomada de estudiantes de la UANL, aunque también se han hecho estudios con estudiantes de otras universidades y es la misma prevalencia; pero este estudio en particular fue con universitarios de la máxima casa de estudios; entonces, el modelo que se presenta para este premio se aplica a estos jóvenes, quienes cursan facultad.

¿Por qué aplicar este estudio a estudiantes de la UANL?

El que se aplicara aquí, en parte fue porque se pensaba que nuestros universitarios son una población sana, entonces esperábamos que los síntomas no fueran tan frecuentes como en otras muestras; así que en el estudio anterior se hace la valoración para ver qué tan frecuente es y al descubrir que es igual o incluso en algunas ocasiones superior la frecuencia de los síntomas que en otras muestras, se da la necesidad de indagar qué está pasando con ellos, y plantear, como parte del modelo, que surja la posibilidad de que los jóvenes aprendan, como parte de su formación integral universitaria, el dominio del

estrés para el control de los síntomas.

Estamos formando profesionistas dentro de la UANL, quienes se van a enfrentar a estresores muy fuertes, por lo que pretendemos prepararlos una etapa antes de que lleguen al campo laboral y previniendo la sintomatología, analizar qué pasa con ellos y plantear opciones para que puedan aprender a manejarlo antes de que aumenten sus estresores.

¿Qué ha significado obtener este premio?

Es una gran satisfacción y el resultado de mucho trabajo, esfuerzo y tiempo, además de colaboración y trabajo en equipo, sin el apoyo incondicional de nuestra institución no se podría haber llevado a cabo.

¿Continúan con este estudio? ¿En qué etapa se encuentran actualmente?

En efecto, actualmente la etapa que atrae la atención de este proyecto es trabajar con poblaciones más específicas que se han asociado a problemas de salud relacionados o agravados con el estrés, como el cáncer o la fibromialgia. Se está valorando la aplicabilidad de este modelo en estas personas y se están planteando (ya con estudios previos) programas de intervención, programas de manejo del estrés y de las variables relacionadas para

disminuir los síntomas psicósomáticos, ahora se está trabajando con la parte aplicada con intervención y con muestras clínicas con enfermedades crónicas.

¿Se han comenzado a revelar algunos resultados impactantes?

En parte, al evaluar el nivel de es-

trés en personas con enfermedades crónicas y en personas sin enfermedades crónicas como los estudiantes universitarios, hemos visto que es muy similar el porcentaje de personas con cierto nivel de estrés promedio; lo cual llama mucho la atención, pues al tener tan sólo un rol de estudiante, los universitarios deberían te-

ner menos estresores que un profesional o una persona con otro tipo de responsabilidades o una persona que padece alguna enfermedad crónica; sin embargo, no existe una diferencia marcada; por otro lado, el verificar que las intervenciones de manejo del estrés que impactan a los síntomas pueden ser muy breves para tener resultados exitosos.



Imagen: Efraín Aldama Villa