



# REVISTA + CIENCIA

## DE LA FACULTAD DE INGENIERÍA

Año 12, N.º 36, Septiembre-Diciembre 2024



EDICIÓN ESPECIAL POR EL



Facultad de  
Ingeniería

# FANDANGO CIENTÍFICO

En Veracruz... también hacemos ciencia



Figura tomada de Freepick.com

## VIVIENDO EN UNA MENTE DIFERENTE

ÁNGELA PAMELA NAVARRO CASTRO<sup>1</sup> | MARLENE HERNÁNDEZ  
FRANCISCO<sup>2</sup> | FRANCISCO SEBASTIÁN SALEM ESCALANTE<sup>3</sup>

¿Alguna vez has notado que cuando te hablan no escuchas? ¿Te cuesta mantenerte enfocado? ¿Jugueteas con tus manos? ¿Te mueves mucho en momentos inapropiados? ¿Hablas hasta por los codos? ¿No te sabes la de pensar antes de tomar una decisión o conoces a alguien con estas características? (Fundación CADAH, 2024). No te preocupes, no estás solo y puedes pertenecer a la exclusiva cifra de entre 3.4 y 4.2% de las personas con TDAH (trastorno por déficit de atención e hiperactividad) (Yáñez-Téllez *et al.*, 2021).

El TDAH es más frecuente en hombres, dado que en mujeres suele ser diagnosticado erróneamente como trastornos de ansiedad, depresión, trastornos alimentarios o trastornos de personalidad (Godfrey-Harris y Shaw, 2023; Sedgwick-Müller *et al.*, 2022; Yáñez-Téllez *et al.*, 2021).

Es tan compleja la forma de ver el TDAH que hasta para los profesionales de la salud resulta complicado entender cómo funciona. Se cree que existen niveles bajos de dopamina; sí, la sustancia que está relacionada con la felicidad; por eso el nivel bajo está vinculado con la ansiedad y depresión, trastornos predominantes entre los estudiantes, aunque no solo de medicina (Shen *et al.*, 2020).

Los “estudihambres” experimentan cuatro etapas de adaptación a su nueva vida universitaria: el acceso a la educación superior, la decisión de continuar o darse de baja de la licenciatura, el alcance de su máximo potencial académico y lograr saberse la de chamberear o ir por un

<sup>1</sup> Estudiante de la Licenciatura en Medicina, Universidad Anáhuac Veracruz, Campus Xalapa.

<sup>2</sup> Estudiante de la Licenciatura en Medicina, Universidad Anáhuac Veracruz, Campus Xalapa.

<sup>3</sup> Coordinador de Ciclo final, Escuela de Medicina, Universidad Anáhuac Veracruz, Campus Xalapa.



grado académico mayor. Cada una de estas etapas puede afectarse negativamente por el TDAH, esté diagnosticado o no (Sedgwick-Müller *et al.*, 2022).

Si para todo estudiante es difícil adaptarse, ¿te imaginas para alguien con TDAH y que estudie medicina? La presión y el estrés constante por el éxito académico, los planes a futuro y la falta de tiempo libre, predisponen a los “medicoblastos” con TDAH a tener ansiedad o depresión con o sin ideación suicida (Shen *et al.*, 2020; Shen *et al.*, 2021). Sumado a lo anterior, algunos médicos de base, los “adscritosaurios”, exigen un nivel de conocimiento que a ellos les tomó 20 años aprender y, de no tenerlo, usan un tono sarcástico, y hacen que el índice de reprobados entre estos estudiantes de medicina sea considerablemente más alto en comparación a los médicos en formación sin esta neurodivergencia (Godfrey-Harris y Shaw, 2023). En la otra cara de la moneda, los individuos con TDAH son más empáticos, trabajan mejor bajo presión y pueden permanecer enfocados durante tiempos prolongados, lo que sin duda puede hacerlos sobresalir como futuros médicos (Godfrey-Harris y Shaw, 2023).

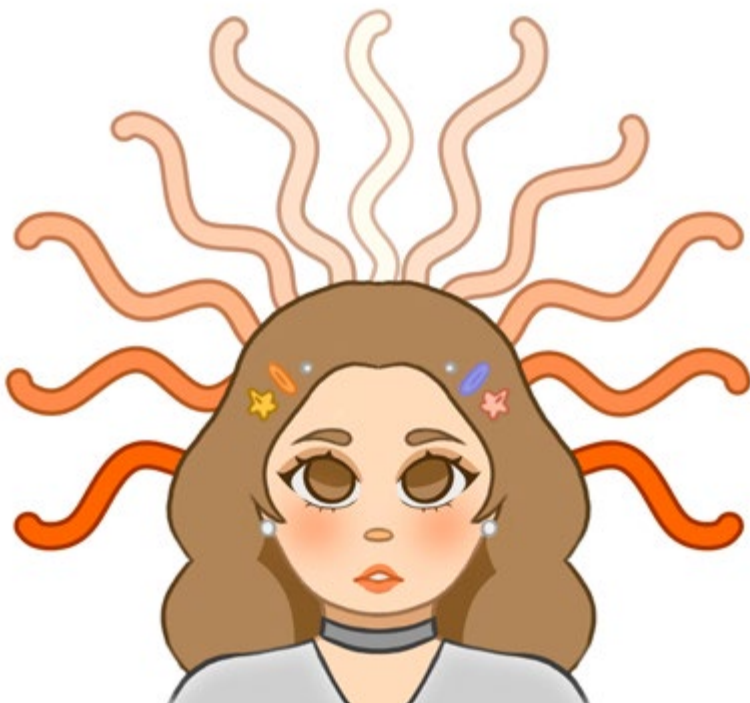
A pesar de ser estudiantes de ciencias de la salud, suelen dejar de lado su salud mental. Las redes sociales no ayudan, pues tratan de

romantizar la neurodivergencia con representaciones inexactas que pueden impactar en la autoestima de estos jóvenes, especialmente cuando los posts no están respaldados con información verificada (Godfrey-Harris y Shaw, 2023).

Otro reto importante para estos estudiantes y las escuelas de medicina son las herramientas de enseñanza-aprendizaje que utilizan los docentes, pues el sistema tradicional de enseñanza no está pensado para ellos (Godfrey-Harris y Shaw, 2023).

Respecto a lo anterior, en las aulas, los estudiantes con TDAH se benefician enormemente de un ambiente ordenado. En cuanto a la docencia, se buscan estrategias que favorezcan su atención e interés, como variar los formatos de presentación y los materiales de las tareas, así como dar instrucciones y/o avisos claros, permitir descansos del material, para que gasten la energía reprimida (Reiber y McLaughlin, 2004; Universidade da Coruña *et al.*, s/f).

En conclusión, es importante mantener una constante evaluación de la salud mental de los estudiantes, especialmente los de medicina, dado su entorno de exigencia. No únicamente para diagnosticar trastornos, sino también para promover la salud mental y el bienestar de la población estudiantil. Es muy importante prevenir la tendencia al suicidio (que suele ser elevada en este grupo poblacional) (Godfrey-Harris y Shaw, 2023; Shen *et al.*, 2021). Sumando un diagnóstico oportuno y un tratamiento psicológico y farmacológico, se puede ayudar a las personas al mejor manejo de su trastorno y reducir el *burnout* tan común en medicina. Todos podemos ayudar para convertirnos en una comunidad que incluya a todo tipo de personas (Sedgwick-Müller *et al.*, 2022; Shen *et al.*, 2021).





## Referencias

- Fundación CADAH (2024). *TDAH: DSM-5*. <https://www.fundacion-cadah.org/web/articulo/diagnosticar-el-tdah-dsm-5.html>
- Godfrey-Harris M, Shaw S. C. K. (2023). The experiences of medical students with ADHD: A phenomenological study. *PLoS One*, 18(8), e0290513. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0290513>
- Reiber, C. y McLaughlin, T. F. (2004). Classroom interventions: Methods to improve academic performance and classroom behavior for students with attention-deficit/hyperactivity disorder. *International Journal of Special Education*, 19(1), 1-15. <https://eric.ed.gov/?id=EJ852038>
- Sedgwick-Müller, J. A., Müller-Sedgwick, U., Adamou, M., Catani, M., Champ, R., Gudjónsson, G. et al. (2022). University students with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a consensus statement from the UK Adult ADHD Network (UKAAN). *BMC Psychiatry*, 22(1), 292. <http://dx.doi.org/10.1186/s12888-022-03898-z>
- Shen, Y., Zhang, Y., Chan B. S. M., Meng, F., Yang, T., Luo, X. y Huang, C. (2020). Association of ADHD symptoms, depression and suicidal behaviors with anxiety in Chinese medical college students. *BMC Psychiatry*, 20, Article 180. <http://dx.doi.org/10.1186/s12888-020-02555-7>
- Shen, Y., Chan, B. S. M., Huang, C., Cui, X., Liu, J., Lu, J., et al. (2021). Suicidal behaviors and attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a cross-sectional study among Chinese medical college students. *BMC Psychiatry*, 21(1), 258. <http://dx.doi.org/10.1186/s12888-021-03247-6>
- Smith, T. M. (2016, 13 de diciembre). Study finds more med students with disabilities, ADHD tops list. *American Medical Association*. <https://www.ama-assn.org/education/medical-school-diversity/study-finds-more-med-students-disabilities-adhd-tops-list>
- Universidade da Coruña, Fundación INGADA y Fundación María José Jove. (s.f.). *El alumnado con TDAH en la universidad. Guía de buenas prácticas*. Dirección de Comunicación de la Fundación María José. <https://www.uma.es/media/files/GuiaTDAHUniversidad.pdf>
- Yáñez-Téllez, M. G., Villaseñor-Valadez V. D., Prieto-Corona, B. y Seubert-Ravelo A. N. (2021). Prevalence of attention deficit/hyperactivity disorder in Mexican university students. *Archivos de Neurociencias*, 26(3), 10-16. <http://dx.doi.org/10.31157/an.v26i3.280>