

# NO QUIERO ESTUDIAR ESTO

Rincón Valero, Néstor; García Noriega, Alba; Suárez Piñera, Susana;  
Langa Fernández, Alejandra; López Alonso, Ana; Longo Alonso, Cecilia

## INTRODUCCIÓN

El trastorno adaptativo es una patología muy prevalente, genera gran malestar, produce sensación de no poder asumir circunstancias estresantes, aumentando problemas emocionales y psicosociales, y en algunos casos se llega a la somatización, por eso la importancia de detectarlo en atención primaria.

## DESCRIPCIÓN SUCINTA DEL CASO

Mujer de 27 años que acude a consulta, por dolor torácico opresivo de 30 minutos de duración, no irradiado, inicio en reposo, disnea, mareo sin giro de objetos, no síntomas vasovagales. No traumatismos. Ha tenido síntomas similares (palpitaciones y molestias torácicas) durante los últimos 6 meses en relación con oposiciones.

Antecedentes: Tabaquismo, no tóxicos. Padres fallecidos, vive con su abuela (deterioro cognitivo leve), sin más apoyo familiar.

Exploración física sin hallazgos patológicos. Mental: Ansiosa, no esta conforme con lo estudiado y con su exigencia, a veces quisiera cambiar de profesión, no lo hace por su abuela. Buen entorno social, no abandono personal. No impresiona trastorno de la personalidad. No ideaciones de minusvalía.

Hemograma y bioquímica normales, EKG sin alteraciones.

Se descartó Síndrome coronario agudo y metabulopatías.

IDx: Trastorno adaptativo tipo ansioso.

## ESTRATEGIA PRÁCTICA DE ACTUACIÓN

Los seres humanos al estar en etapas de aprendizaje experimentan tensión, se le denomina estrés académico y ocurre principalmente en la adolescencia tardía y en adultos muy jóvenes, precisamente cuando están acabando su estudios básicos, al cursar estudios universitarios y en estudios de postgrado (en el caso de nuestra paciente preparando oposiciones); en estos momentos se pueden acentuar algunos problemas de salud mental, como son los síndromes adaptativos mixtos, ya sean con tendencia ansiosa o depresiva.

Es muy importante detectar factores estresantes que puedan ser de índole académica y es ahí donde juega un papel importante el enfoque biopsicosocial que se tenga de los pacientes.

## PALABRAS-CLAVE

Estrés académico, trastorno adaptativo, ansiedad, depresión.

## BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- Arthur, A. 'When stress is mental illness: a study of anxiety and depression'. Stress and Health, 21, 273-280.

- 'Stress-related and psychological disorders' accessed at <http://www.hse.gov.uk/statistics/causdis/stress/scale.htm> July 2009

- Růya-Daniela Kocalevent; Annett Mierke; Gerhard Danzer; Burghard F. Klapp Adjustment Disorders as a Stress-Related Disorder: A Longitudinal Study of the Associations among Stress, Resources, and Mental Health. PLoS One. 2014; 9(5):e97303. 10.1371/journal.pone.0097303