

## **La mayoría de los estudiantes del MIR sufre estrés crónico y ansiedad - NCYL Confidencial**







-

---

---

---

# NOTICIASCASTILAYLEON.COM

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

La mayoría de los estudiantes del MIR sufre estrés crónico y ansiedad

Redacción

a

a

a

La mayoría de los estudiantes de **Medicina** que se enfrentan en España al examen MIR, la prueba de evaluación necesaria para acceder a la formación de especialistas médicos, sufre estrés crónico y ansiedad, sobre todo en los días que se enfrentan a un simulacro del que será el examen real.

Así lo han demostrado un grupo de investigadores de la **Universidad de Granada**, en un artículo cuyos resultados publica este mes la revista *Stress: The International Journal on the Biology of Stress*. Su trabajo, el primero de estas características que se realiza en nuestro país, era determinar el nivel de estrés psicológico de los estudiantes de MIR de España, y evaluar los posibles cambios que experimentan en la liberación de cortisol, una hormona esteroidea producida por la glándula suprarrenal que el organismo libera como respuesta al estrés.

Los científicos evaluaron, durante un período de siete meses, el tiempo medio de preparación del examen, los cambios fisiológicos y psicológicos que experimentó un grupo formado por 36 graduados en Medicina, de los cuales 13 eran hombres y 23 mujeres, con una media de edad de 24,2 años.

#### Incremento de cortisol

Durante este tiempo, los investigadores comprobaron que los estudiantes de MIR presentaron niveles más altos de ansiedad que la población española de referencia, así como un incremento muy significativo de cortisol. Este aumento se produjo sobre todo en los días en que se enfrentaban a un simulacro del examen, y particularmente, el día del simulacro real. Ese día, una semana antes del examen del MIR, los alumnos experimentaron el mayor nivel de estrés, siendo mayor, incluso, que el día de la prueba real.

Además, los participantes mostraron un aumento del estrés autopercebido, habiendo diferencias por sexos: las chicas no se veían a sí mismas como estresadas, pero las pruebas sugerían que sí lo estaban. Por el contrario, los chicos se reconocían más estresados que ellas, si bien los resultados indicarían que los parámetros psicológicos eran los mismos que el de sus compañeras.

El autor principal de este trabajo, el profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad de Granada José María Peinado Herreros, apunta que a la luz de los resultados de esta investigación "es necesario enseñar a los estudiantes de MIR no sólo a responder un cuestionario, sino también a controlar su estrés ante un examen en el que se juegan su futuro".

El examen MIR se celebrará el próximo sábado, 1 de febrero, y en él más de 13.000 estudiantes de Medicina de toda España se juegan su futuro profesional.

0 comentarios | Valoración: (0 votos)



#### LA OPINIÓN DE NCYL



La tournée del PP por Cataluña

Rafael Bellota Basuli



Positivos pero no idiotas

Enrique de Santiago



El sueldo de nuestros municipios con...

Alejandro de Diego Gómez / Secretario de Administración Local



Pavana de bandidos

Carlos Velasco / Director de NCyL



El sexo de los políticos

Enrique Arias Vega



¿La única solución es la violencia?

Daniel Álvarez Valdés @D\_Alvarezval



Por el cambio

Luis Falcón



La "here-nicia recibida&- ...

Encarna Sandonis @esando\_nis



La Teoría del Prisma y la Sardina

Alexandra González Alija



El ventilador

Miguel Mayoral Guiu



A Manuel Martín Ferrand

Santos García Catalán

Imprimir:



Enviar:



¿Quiere dejar un comentario? Para poder hacerlo debe tener una cuenta de usuario de [noticiascastillayleon.com](http://noticiascastillayleon.com) y haber iniciado sesión.

¿Aun no tiene su cuenta de usuario? [Regístrate](#). ¿Ya está usted registrado/a? [Inicie sesión](#)

Canal de formación de [noticiascastillayleon.com](http://noticiascastillayleon.com)



**Te ayudamos a encontrar TRABAJO**

» Cursos » Masters » Oposiciones  
» Carreras Universitarias » Cursos Subvencionados

**¡Infórmate Ya!** SIN COMPROMISO

## PUEBLOS CYL



### [Todos los grupos políticos de Laguna instan a la Junta a mejorar la atención sanitaria del Centro de Salud](#)

El Pleno municipal celebrado en el Ayuntamiento de Laguna de Duero ha aprobado por unanimidad una **moción en la que se insta a la Junta de Castilla y León a mejorar la atención sanitaria del Centro de Salud**. Con votos ...



## VIVIR CYL

## GASTRONOMÍA CYL



### [Pago de Valdecuevas, el único aceite de oliva virgen extra 'made in' Valladolid](#)

Pago de Valdecuevas es el primer y único aceite de oliva virgen extra elaborado íntegramente en Valladolid, procedente de la finca y almazara situadas en Medina de Rioseco. Hoy ha se ha presentado la nueva añada de 2013, en un acto-cata ...



## BLOGS



## SENIOR TIME



### [La Junta convoca más de 4.000 plazas de los viajes del 'Club de los 60' en la provincia](#)

En total, se ofertan **30 destinos** para que las personas mayores viajen en primavera y otoño. La oferta incluye, un año más, el programa 'Conoce Castilla y León, provincia a provincia'. Los precios ...

## EL ESPAÑOL, EN CASTILLA Y LEÓN





[Isla Dawson en el Instituto Cervantes de Nueva Delhi](#)

El Instituto Cervantes de Nueva Delhi, en la India, ofrecerá este miércoles 29 de enero, a las 18:30 horas, un pase de la película dirigida por Miguel Littin Isla Dawson sobre cómo este enclave situado en el Estrecho de Magallanes ...



[FORMACIÓN Y CURSOS](#)



**NOTICIAS**CASTILLAYLEON.COM



CASTILLA Y LEÓN  
**ENJOY**  
2010