



Riesgos a compulsión en estudiantes de la UCP (internos)

Bruna Carvalho de Bessa, Camila Falcier de Oliveira, Danilo Moraes Oliveira Paula
Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay, Pedro Juan Caballero

Tutoría: Dra. Laíse Fernanda Alves Francisco

02 de febrero de 2024

Trabajo Final de Grado

Riesgos a compulsión en estudiantes de la UCP (internos)¹

Binge eating risk's among intern doctors in the university of UCP

Bruna Carvalho de Bessa, Camila Falcier de Oliveira, Danilo Moraes Oliveira Paula ²,

Dra. Laíse Fernanda Alves Francisco.³

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay,

Pedro Juan Caballero, Amambay, Paraguay

Resumen

Se sabe que la carrera de medicina es larga e intensa; sin embargo, uno de los factores para sinergizar la larga y ardua carrera es la alimentación, que tiene un gran impacto en la vida diaria de los seres humanos, tanto en la productividad como en el sueño. Con esto, este estudio tiene como objetivo cuantificar cómo se han estado alimentando estos estudiantes de medicina y cuál es la válvula de escape para la sobrecarga diaria. También identificar lo que más afecta la vida de los internos de la Universidad Central del Paraguay y qué se puede hacer para mejorar tanto la salud física como la mental para que tengan una carrera más consistente. La salud mental es otro factor bastante frecuente en este medio, ya que están todo el tiempo expuesto a situaciones de extrema presión, ya sea familiar, propia o incluso de los propios tutores, la búsqueda de la perfección en este ámbito siempre ha estado en un constante crecimiento, prohibiendo sobre todo el error y la desconfianza en lo que se propone hacer, aumentando aún más la responsabilidad, el miedo, la inseguridad, causando un desgaste mental exacerbado. La metodología el era un estudio transversal analítico con enfoque cuantitativo. También se busca evaluar el impacto de la actividad

física en la cuestión de la ansiedad y el enfoque en la práctica diaria donde 35% dice alimentar cuando estes molesto. 45% come algo por impulso. 65% practica ejercicio físico.

Palabras clave: Nutrición, Ansiedad y Ejercicio físico.