Cuaderno de odontología. Revista científica
Vol. 5(especial7), 320-328, 2026
https://doi.org/10.62574/zsqpcopj

Factores sociodemográficos asociados a síntomas gastrointestinales en estudiantes de medicina: revisión sistemática

Sociodemographic factors associated with gastrointestinal symptoms in medical students: a systematic review

Micaela Yarely Buñay-Chimbo
micaelabc33@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0006-4579-431X

Angélica Romina Román-Parraga
angelicarp73@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0007-8075-6690

Nashely Andreina Zúñiga-García
nashelyzg83@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0001-1657-7432

RESUMEN

Objetivo: sintetizar la evidencia sobre los factores sociodemográficos y conductuales asociados a la presencia de síntomas gastrointestinales en estudiantes universitarios de medicina y de otras ciencias de la salud. **Método:** revisión sistemática con síntesis narrativa en PubMed y SciELO (2012-2025); se incluyeron 15 estudios: revisiones sistemáticas, estudios poblacionales y estudios transversales en universitarios. **Resultados:** el síndrome del intestino irritable, la dispepsia funcional y el reflujo gastroesofágico fueron frecuentes en universitarios. El sexo femenino, el estrés académico, la ansiedad, la mala calidad del sueño, los hábitos alimentarios irregulares, el consumo de alcohol y el uso de antiinflamatorios se asociaron con los síntomas. **Conclusión:** los síntomas gastrointestinales en estudiantes de medicina dependen de la interacción entre el sexo, el contexto académico y los hábitos de vida, aunque la evidencia es transversal.

Descriptores: enfermedades gastrointestinales; síndrome del colon irritable; estudiantes de medicina; estrés psicológico; factores sociodemográficos. (DeCS).

ABSTRACT

Objective: to synthesize the evidence on sociodemographic and behavioral factors associated with gastrointestinal symptoms in university students of medicine and other health sciences. **Method:** systematic review with narrative synthesis in PubMed and SciELO (2012-2025); 15 studies were included: systematic reviews, population-based studies and cross-sectional studies in university students. **Results:** irritable bowel syndrome, functional dyspepsia and gastroesophageal reflux were common among university students. Female sex, academic stress, anxiety, poor sleep quality, irregular eating habits, alcohol consumption and the use of anti-inflammatory drugs were associated with symptoms. **Conclusion:** gastrointestinal symptoms in medical students depend on the interaction between sex, the academic context and lifestyle habits, although the evidence is cross-sectional.

Descriptors: gastrointestinal diseases; irritable bowel syndrome; students, medical; stress, psychological; sociodemographic factors. (DeCS).

Recibido: 15/09/2026. Revisado: 05/10/2026. Aprobado: 30/10/2026. Publicado: 20/11/2026.
Original breve

INTRODUCCIÓN

Los trastornos de la interacción intestino-cerebro, denominación actual de los trastornos gastrointestinales funcionales, agrupan entidades como el síndrome del intestino irritable y la dispepsia funcional, que se diagnostican por síntomas y no por lesiones estructurales. El estudio epidemiológico mundial de la Fundación Roma mostró que estos trastornos son frecuentes en la población general de todos los continentes y que su carga es comparable a la de otras enfermedades crónicas (1). En Rumanía, el análisis de la misma encuesta describió una proporción relevante de adultos afectados y un impacto apreciable en la calidad de vida y en el uso de servicios sanitarios (2).

Estos trastornos se asocian de forma estrecha con la comorbilidad psicológica. En Australia, la ansiedad, la depresión y la somatización fueron más frecuentes en las personas con trastornos de la interacción intestino-cerebro que en quienes no los padecían (3). Este vínculo resulta especialmente relevante en la población universitaria, en la que la depresión, la ansiedad y el estrés alcanzan prevalencias elevadas y se relacionan con la carga académica, la situación económica y la presión por el rendimiento (4).

Los estudiantes de medicina constituyen un grupo de riesgo particular. Su formación combina jornadas prolongadas, exámenes frecuentes, turnos clínicos y privación de sueño; en Arabia Saudí, el estrés percibido por estos estudiantes se asoció con una peor calidad del sueño (5). A ello se suman cambios en la alimentación, en la residencia y en el apoyo familiar, que pueden modificar la función digestiva. Una revisión sistemática en universitarios chinos confirmó que el síndrome del intestino irritable es frecuente en esta población y que su prevalencia varía según los criterios diagnósticos y las características de los estudiantes (6).

Sin embargo, la evidencia sobre los factores sociodemográficos asociados a estos síntomas en estudiantes de medicina está dispersa en estudios de distintos países,

con instrumentos y criterios diagnósticos heterogéneos, y es escasa en América Latina. En consecuencia, el objetivo de esta revisión fue sintetizar la evidencia sobre los factores sociodemográficos y conductuales asociados a la presencia de síntomas gastrointestinales en estudiantes universitarios de medicina y de otras ciencias de la salud.

MÉTODO

Se realizó una revisión sistemática con síntesis narrativa. La pregunta de investigación fue: ¿qué factores sociodemográficos y conductuales se asocian a la presencia de síntomas gastrointestinales en estudiantes universitarios de medicina y de otras ciencias de la salud? La búsqueda se efectuó en PubMed y SciELO y abarcó el periodo comprendido entre 2012 y 2025, en español, inglés y portugués.

Se emplearon descriptores DeCS y MeSH, como «irritable bowel syndrome», «dyspepsia», «gastroesophageal reflux», «gastrointestinal diseases», «students, medical», «stress, psychological» y «sleep quality», y sus equivalentes en español, combinados con los operadores booleanos AND y OR. Se complementó la búsqueda con la revisión de las referencias de los estudios seleccionados.

Se incluyeron revisiones sistemáticas, estudios poblacionales y estudios observacionales que evaluaron síntomas o trastornos gastrointestinales, o sus factores psicológicos y conductuales asociados, en estudiantes universitarios o en la población general como marco de referencia. Se excluyeron los resúmenes de congresos, los estudios en población pediátrica, los trabajos sobre enfermedades orgánicas sin relación con el contexto universitario y los documentos sin datos verificables.

Dos revisores seleccionaron los estudios de forma independiente a partir del título, el resumen y el texto completo, y resolvieron las discrepancias por consenso. De cada estudio se extrajeron el autor, el año, el país, el diseño, la población y el

hallazgo principal. Se incluyeron 15 estudios, cuyos resultados se organizaron por ejes temáticos.

RESULTADOS

En primer lugar, los estudios en universitarios confirman que los síntomas gastrointestinales funcionales son frecuentes. En Arabia Saudí, el síndrome del intestino irritable fue común entre los estudiantes de pregrado y se asoció con factores sociodemográficos, académicos y de estilo de vida (7). Del mismo modo, Xiong y Yang subrayaron la elevada prevalencia y la carga del síndrome del intestino irritable en los universitarios, con repercusiones sobre el rendimiento académico y la calidad de vida (8), lo que coincide con la revisión sistemática realizada en China (6).

En cuanto al sexo, la mayor frecuencia de síntomas digestivos funcionales en las mujeres es uno de los hallazgos más constantes, tanto en la población general (1,2) como en los universitarios (6,7). Este patrón se ha atribuido a diferencias hormonales, a una mayor sensibilidad visceral y a una mayor comorbilidad ansiosa. En Chile, las mujeres estudiantes de medicina con perfeccionismo, estrés académico y ansiedad social presentaron mayor riesgo de trastornos de la conducta alimentaria (9), condición que con frecuencia se acompaña de síntomas digestivos.

Por otra parte, los factores psicológicos asociados al contexto académico aparecen en casi todos los estudios. Durante la pandemia de COVID-19, Abenavoli et al. relacionaron los síntomas gastrointestinales de estudiantes de medicina con el régimen dietético y los niveles de ansiedad (10). En Japón, la dispepsia funcional de los universitarios se asoció con determinadas conductas alimentarias y con los estilos de afrontamiento del estrés (11). La comorbilidad psicológica descrita en la población general (3) y la elevada carga de depresión, ansiedad y estrés en los universitarios (4) refuerzan esta relación, que también se ha observado en estudiantes de odontología (12).

Asimismo, el sueño y los hábitos de vida actúan como factores modificables. La mala calidad del sueño se asoció con el reflujo gastroesofágico en estudiantes de medicina (13) y con el estrés en la misma población (5). El consumo de alcohol, frecuente y episódico en los universitarios (14), y el uso de antiinflamatorios no esteroideos, que lesionan la mucosa gastrointestinal por mecanismos tópicos y sistémicos (15), constituyen otros factores que pueden desencadenar o agravar los síntomas. La Tabla 1 resume los estudios incluidos realizados en universitarios.

Tabla 1. *Estudios en universitarios sobre síntomas gastrointestinales y factores asociados.*

Autor	Diseño y país	Población	Hallazgo principal
Yang et al. (6)	Revisión sistemática y metaanálisis, China	Estudiantes universitarios	Síndrome del intestino irritable frecuente en universitarios
AlButaysh et al. (7)	Transversal, Arabia Saudí	Estudiantes de pregrado	Epidemiología del síndrome del intestino irritable y factores asociados
Abenavoli et al. (10)	Encuesta en línea	Estudiantes de medicina	Síntomas gastrointestinales relacionados con la dieta y la ansiedad durante la pandemia
Miyake et al. (11)	Observacional, Japón	Estudiantes universitarios	Dispepsia funcional asociada a conductas alimentarias y estilos de afrontamiento
Teimouri et al. (13)	Observacional	Estudiantes de medicina	Mala calidad del sueño asociada a reflujo gastroesofágico
Mandiola et al. (9)	Transversal, Chile	Mujeres estudiantes de medicina	Perfeccionismo, estrés y ansiedad social asociados a riesgo de trastorno alimentario
Almojali et al. (5)	Transversal, Arabia Saudí	Estudiantes de medicina	Estrés asociado a peor calidad del sueño

Fuente: elaboración propia a partir de los estudios incluidos (2026).

DISCUSIÓN

La evidencia revisada indica que los síntomas gastrointestinales en estudiantes de medicina no dependen de un único factor, sino de la interacción entre características sociodemográficas, como el sexo y la etapa de formación, y factores psicológicos y conductuales propios del entorno académico. Este modelo es coherente con el concepto de trastorno de la interacción intestino-cerebro, en el que el estrés y la ansiedad modulan la motilidad y la sensibilidad visceral (1,3).

En cuanto a las coincidencias, los estudios realizados en Asia, Oriente Medio y Europa describen de forma constante una elevada frecuencia de síntomas digestivos funcionales y su asociación con el estrés académico, la ansiedad y los hábitos alimentarios (6-8,10,11). Esta consistencia entre poblaciones con culturas y sistemas educativos diferentes sugiere que la exigencia de la formación médica es un determinante común. La relación entre estrés y calidad del sueño (5) y entre sueño y reflujo (13) apunta, además, a una cadena de factores que se refuerzan entre sí.

Sin embargo, existen contradicciones. La prevalencia del síndrome del intestino irritable varía de forma notable entre estudios, en parte por el uso de distintos criterios diagnósticos y cuestionarios (6). Por otro lado, factores sociodemográficos como la edad, el curso académico, la residencia fuera del hogar familiar o el nivel socioeconómico se evaluaron de forma desigual y con resultados no siempre concordantes (7). El consumo de alcohol (14) y de antiinflamatorios (15) se ha documentado mejor en otras poblaciones que en los estudiantes de medicina con síntomas digestivos.

Estos hallazgos tienen implicaciones para las facultades de medicina. La detección temprana de síntomas digestivos, la promoción de horarios regulares de alimentación y sueño y los programas de manejo del estrés podrían reducir la carga de estos trastornos, como se ha propuesto para el estrés en otros estudiantes de

ciencias de la salud (12). La vulnerabilidad particular de las mujeres estudiantes (9) justifica intervenciones con enfoque de género.

En cuanto a las limitaciones, esta revisión no realizó un metaanálisis, por la heterogeneidad de los diseños, las poblaciones y los instrumentos. La mayoría de los estudios incluidos son transversales y basados en autorreporte, lo que impide establecer relaciones causales, y la evidencia procedente de América Latina es escasa. Además, la selección de los estudios puede no ser exhaustiva.

CONCLUSIÓN

Los síntomas gastrointestinales, en particular los del síndrome del intestino irritable, la dispepsia funcional y el reflujo gastroesofágico, son frecuentes en los estudiantes de medicina. El sexo femenino, el estrés académico, la ansiedad, la mala calidad del sueño y los hábitos de vida, como la alimentación irregular, el consumo de alcohol y el uso de antiinflamatorios, son los factores asociados con mayor respaldo.

Dado que la evidencia es transversal y heterogénea, se requieren estudios longitudinales con criterios diagnósticos estandarizados, en particular en universidades latinoamericanas, que permitan orientar intervenciones preventivas en la formación médica.

FINANCIAMIENTO

No monetario.

CONFLICTO DE INTERÉS

No existe conflicto de interés con personas o instituciones ligadas a la investigación.

AGRADECIMIENTOS

A UNIANDES.

REFERENCIAS

1. Sperber AD. The Rome Foundation Global Epidemiology study: conception, implementation, results, and future potential. Neurogastroenterol Motil. 2023;35(6).

2. Dumitrascu DL, Freud T, Ismaiel A, Bangdiwala SI, Palsson OS, Sperber AD. Epidemiology and burden of disorders of gut-brain interaction in Romania: a subgroup analysis of the Rome Foundation Global Epidemiology Study. J Gastrointestin Liver Dis. 2022;31(3):273-82.

3. Knowles SR, Apputhurai P, Palsson OS, Bangdiwala S, Sperber AD, Mikocka-Walus A. The epidemiology and psychological comorbidity of disorders of gut-brain interaction in Australia: results from the Rome Foundation Global Epidemiology Study. Neurogastroenterol Motil. 2023;35(6).

4. Beiter R, Nash R, McCrady M, Rhoades D, Linscomb M, Clarahan M, et al. The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. J Affect Disord. 2015;173:90-6.

5. Almojali AI, Almalki SA, Alothman AS, Masuadi EM, Alaqeel MK. The prevalence and association of stress with sleep quality among medical students. J Epidemiol Glob Health. 2017;7(3):169.

6. Yang W, Yang X, Cai X, Zhou Z, Yao H, Song X, et al. The prevalence of irritable bowel syndrome among Chinese university students: a systematic review and meta-analysis. Front Public Health. 2022;10.

7. AlButaysh OF, AlQuraini AA, Almukhaitah AA, Alahmdi YM, Alharbi FS. Epidemiology of irritable bowel syndrome and its associated factors in Saudi undergraduate students. Saudi J Gastroenterol. 2020;26(2):89.

8. Xiong P, Yang W. The high prevalence and burden of irritable bowel syndrome among university students. Gen Hosp Psychiatry. 2023;84:253-5.

9. Mandiola MI, Arancibia M, Elton V, Madrid E, Meza N, Stojanova J, et al. Perfeccionismo, estrés académico y ansiedad social en mujeres estudiantes de medicina y riesgo de padecer un trastorno alimentario: un modelo multivariado. Rev Med Chil. 2022;150(8):1046-53.

10. Abenavoli L, Scarlata GGM, Myazin R, Emelyanov D. Gastrointestinal symptoms, dietary regimen and anxiety levels during the COVID-19 pandemic among medical students: results from a web-based survey. Minerva Gastroenterol (Torino). 2024;70(2).

11. Miyake Y, Takagaki K, Yoshino A, Hiyama T, Okamoto Y. Associations of functional dyspepsia with eating behaviors and stress-coping styles among Japanese university students. Nutrients. 2026;18(9):1316.

12. Basudan S, Binanzan N, Alhassan A. Depression, anxiety and stress in dental students. Int J Med Educ. 2017;8:179-86.

13. Teimouri A, Amra B. Association between sleep quality and gastroesophageal reflux in medical students. Middle East J Dig Dis. 2021;13(2):139-44.

14. Davoren MP, Demant J, Shiely F, Perry IJ. Alcohol consumption among university students in Ireland and the United Kingdom from 2002 to 2014: a systematic review. BMC Public Health. 2016;16(1):173.

15. Bjarnason I, Scarpignato C, Holmgren E, Olszewski M, Rainsford KD, Lanas A. Mechanisms of damage to the gastrointestinal tract from nonsteroidal anti-inflammatory drugs. Gastroenterology. 2018;154(3):500-14.

Derechos de autor: 2026 Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/