RCMOS – Revista Científica Multidisciplinar O
Saber. ISSN: 2675-9128. São Paulo - SP.
Ano VII, v.1 2026 | submissão: 19/09/2026 | aceito: 26/09/2026 | publicação: 01/10/2026

Evaluación del nivel de estrés y ansiedad de residentes multiprofesionales

Avaliação do nível de estresse e ansiedade de residentes multiprofissional

Assessment of stress and anxiety levels among multiprofessional residents

William Felipe Pereira – Residente del Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud, Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Correo electrónico: williamfellipe@outlook.com
Alana Simões Bezerra – Docente del Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Máster en Ciencias de las Religiones. Correo electrónico: alanabezerra@fiponline.edu.br
Ana Beatriz Ferreira Adonias – Residente del Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud, Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Correo electrónico: anabeatrizferreiraadonias@gmail.com
Kamila Roque – Residente del Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud, Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Correo electrónico: Kamilaroque0@gmail.com
Mariana Dutra Bezerra – Estudiante de Medicina del Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Correo electrónico: marianabezerra@med.fiponline.edu.br.

Resumen: La residencia multiprofesional en Atención Primaria de Salud constituye una importante estrategia de formación profesional en el Sistema Único de Salud (SUS), que permite desarrollar competencias orientadas a la atención integral de la población. Sin embargo, las exigencias inherentes al proceso formativo, como la elevada carga horaria, las intensas demandas asistenciales y las responsabilidades profesionales, pueden favorecer la aparición de síntomas relacionados con el estrés y la ansiedad entre los residentes. En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo evaluar el nivel de estrés y ansiedad de los residentes de un Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud. Se trata de una investigación de campo, de carácter exploratorio, con enfoque cuantitativo y diseño transversal. La población estuvo compuesta por residentes multiprofesionales, con una muestra de 90 participantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. La recolección de datos se realizó mediante un cuestionario electrónico disponible en Google Forms, que incluía un cuestionario sociodemográfico, la Escala de Estrés Percibido (PSS-10) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Los datos se analizaron mediante estadística descriptiva, con ayuda del programa SPSS, versión 25, considerando la distribución de frecuencias, las medias y la desviación estándar. Los resultados evidenciaron un nivel moderado de estrés (22,13 ± 5,435) y un nivel leve de ansiedad (15,65 ± 9,993) entre los residentes, lo que indica la presencia de síntomas de sufrimiento emocional durante el proceso formativo y la necesidad de prestar atención a la salud mental de estos profesionales. Se concluye que se constató la presencia de estrés moderado y ansiedad leve entre los residentes multiprofesionales, lo que refuerza la necesidad de un seguimiento continuo de la salud mental. Se recomienda implementar acciones institucionales de promoción, prevención y atención, con espacios de escucha, acogida y fortalecimiento de las relaciones entre residentes, preceptores y tutores.

Palabras clave: Atención Primaria de Salud. Residencia multiprofesional. Estrés. Ansiedad. Salud mental.

Resumo: A residência multiprofissional em Atenção Primária à Saúde constitui uma importante estratégia de formação profissional no Sistema Único de Saúde (SUS), possibilitando o desenvolvimento de competências voltadas ao cuidado integral da população. Entretanto, as exigências inerentes ao processo formativo, como elevada carga horária, intensas

RCMOS – Revista Científica Multidisciplinar O
Saber. ISSN: 2675-9128. São Paulo - SP.
Ano VII, v.1 2026 | submissão: 19/09/2026 | aceito: 26/09/2026 | publicação: 01/10/2026

demandas assistenciais e responsabilidades profissionais, podem favorecer o surgimento de sintomas relacionados ao estresse e à ansiedade entre os residentes. Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo avaliar o nível de estresse e ansiedade dos residentes de um Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde. Trata-se de uma pesquisa de campo, de caráter exploratório, com abordagem quantitativa e delineamento transversal. A população foi composta por residentes multiprofissionais, com uma amostra de 90 participantes, selecionados por amostragem não probabilística por conveniência. A coleta de dados foi realizada por meio de questionário eletrônico disponibilizado na plataforma Google Forms, contendo um questionário sociodemográfico, a Escala de Percepção de Estresse (PSS-10) e o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI). Os dados foram analisados utilizando estatística descritiva, com auxílio do programa SPSS, versão 25, considerando distribuição de frequência, médias e desvio-padrão. Os resultados evidenciaram nível moderado de estresse (22,13±5,435) e nível leve de ansiedade (15,65±9,993) entre os residentes, indicando a presença de sintomas de sofrimento emocional no processo formativo e a necessidade de atenção à saúde mental desses profissionais. Conclui-se que, verificou-se a presença de estresse moderado e ansiedade leve entre residentes multiprofissionais, reforçando a necessidade de acompanhamento contínuo da saúde mental. Recomenda-se a implementação de ações institucionais de promoção, prevenção e cuidado, com espaços de escuta, acolhimento e fortalecimento das relações entre residentes, preceptores e tutores.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde. Residência multiprofissional. Estresse. Ansiedade. Saúde mental.

Abstract: Multiprofessional residency in Primary Health Care is an important professional training strategy within the Brazilian Unified Health System (SUS), enabling the development of competencies focused on comprehensive health care. However, the demands inherent to the training process, such as a high workload, intense healthcare activities, and professional responsibilities, may contribute to the development of stress and anxiety symptoms among residents. Therefore, this study aimed to assess the levels of stress and anxiety among residents of a Multiprofessional Residency Program in Primary Health Care. This was an exploratory field study with a quantitative approach and cross-sectional design. The study population consisted of multiprofessional residents, with a sample of 90 participants selected through non-probability convenience sampling. Data collection was conducted through an electronic questionnaire administered via Google Forms, comprising a sociodemographic questionnaire, the Perceived Stress Scale (PSS-10), and the Beck Anxiety Inventory (BAI). Data were analyzed using descriptive statistics with the aid of SPSS version 25, considering frequency distributions, means, and standard deviations. The results indicated moderate stress levels (22.13 ± 5.435) and mild anxiety levels (15.65 ± 9.993) among the residents, indicating the presence of emotional distress symptoms during the training process and the need for greater attention to the mental health of these professionals. It is concluded that multiprofessional residents presented moderate levels of stress and mild levels of anxiety, reinforcing the need for continuous mental health monitoring. The implementation of institutional actions focused on health promotion, prevention, and care is recommended, including spaces for listening, support, and strengthening relationships among residents, preceptors, and tutors.

Keywords: Primary Health Care. Multiprofessional residency. Stress. Anxiety. Mental health.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 19/09/2026 | aceito: 26/09/2026 | publicação: 01/10/2026

1. Introducción

La Atención Primaria de Salud (APS) constituye uno de los pilares fundamentales del Sistema Único de Salud (SUS), y es responsable de la organización de la atención, la coordinación de las redes asistenciales y la promoción de acciones orientadas a la prevención de enfermedades y la promoción de la salud. En este nivel de atención, los profesionales actúan de forma integrada y desarrollan prácticas asistenciales que buscan responder a las necesidades de la población de manera continua, resolutiva y humanizada. Para que estas acciones sean eficaces, resulta esencial formar profesionales cualificados y preparados para actuar en los diferentes contextos de la atención básica (Brasil, 2020; Fiocruz, 2025).

La residencia multiprofesional en Atención Primaria de Salud permite a los profesionales experimentar diferentes situaciones relacionadas con la atención integral de la población, incluidas acciones de promoción de la salud, prevención de problemas de salud, seguimiento longitudinal y articulación con otros niveles de atención. Sin embargo, pese a su relevancia para la formación profesional y el fortalecimiento del sistema de salud, este proceso formativo también puede estar asociado a desafíos significativos para los residentes (Fiocruz, 2025).

Entre estos desafíos destacan la elevada carga horaria, la intensa demanda asistencial, la necesidad de conciliar actividades prácticas y académicas y la responsabilidad inherente al cuidado de los pacientes. Estas condiciones pueden favorecer la aparición de desgaste físico y emocional y contribuir al desarrollo de síntomas relacionados con el estrés y la ansiedad entre los profesionales en formación (Pasqualucci et al., 2019; Feng; Narayanan, 2024).

El estrés puede entenderse como una respuesta fisiológica y psicológica del organismo ante situaciones que requieren adaptación o afrontamiento de desafíos. En entornos profesionales caracterizados por una elevada presión y responsabilidad, como los servicios de salud, la exposición continua a factores estresantes puede tener efectos significativos en la salud mental y la calidad de vida de los trabajadores (Alves et al., 2025). En el contexto de la Atención Primaria de Salud, estos factores pueden relacionarse con la sobrecarga laboral, las condiciones estructurales de los servicios y la complejidad de las demandas asistenciales de la población (Andrade et al., 2022).

Además del estrés, la ansiedad también representa un importante problema de salud mental entre los profesionales sanitarios. Este fenómeno psicológico se caracteriza por sentimientos de aprensión, preocupación y tensión ante situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes. Aunque se considera una respuesta natural del organismo, los

niveles elevados o persistentes de ansiedad pueden comprometer el funcionamiento psicológico y el desempeño profesional de las personas (Ramos et al., 2023).

Otro aspecto relevante se refiere al tiempo de permanencia de los residentes en el programa de formación. Mientras que los residentes de nuevo ingreso afrontan el proceso inicial de adaptación a las actividades asistenciales y académicas, los que concluyen la residencia pueden presentar desgaste acumulado durante la formación, derivado de las demandas continuas del programa. Estas diferencias pueden influir directamente en los niveles de estrés y ansiedad experimentados por los profesionales (Pasqualucci et al., 2019).

En este contexto, es importante comprender cómo se manifiestan estos factores entre los residentes multiprofesionales, considerando tanto la etapa de formación como las diferentes categorías profesionales involucradas. La identificación de los niveles de estrés y ansiedad entre los residentes puede contribuir al desarrollo de estrategias institucionales orientadas a la promoción de la salud mental, la mejora de las condiciones de formación y el fortalecimiento de la calidad de la atención prestada en la Atención Primaria de Salud.

La residencia multiprofesional en Atención Primaria de Salud desempeña un papel fundamental en la formación de profesionales cualificados para actuar en el Sistema Único de Salud (SUS). No obstante, este proceso formativo se caracteriza por una elevada carga horaria, intensas demandas asistenciales y una gran responsabilidad profesional, factores que pueden favorecer el desarrollo de estrés, ansiedad y otros problemas de salud mental entre los residentes.

La Atención Primaria de Salud presenta desafíos específicos, como el contacto frecuente con situaciones de vulnerabilidad social, la complejidad de la atención, la limitación de espacios físicos adecuados para las consultas, la insuficiencia de recursos necesarios para la asistencia y las exigencias del trabajo en equipo. Estos aspectos pueden afectar negativamente a la salud mental de los residentes, con repercusiones que varían según el tiempo de permanencia en el programa y afectan tanto a los residentes de nuevo ingreso, en fase de adaptación, como a los que concluyen la residencia, debido a la sobrecarga acumulada durante ella.

En este contexto, resulta pertinente evaluar los niveles de estrés y ansiedad entre los residentes de nuevo ingreso y los que concluyen la residencia, así como entre las diferentes categorías profesionales que la componen. La identificación de estos factores puede respaldar la planificación de estrategias institucionales orientadas a la promoción de la salud mental y la mejora de las condiciones de formación.

El estudio tiene como objetivo evaluar el nivel de estrés y ansiedad de los residentes de un Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud.

2 Marco teórico

2.1 Programa de residencia

Los programas de residencia en salud constituyen una modalidad de formación de posgrado basada en la enseñanza en servicio, caracterizada por integrar actividades teóricas y prácticas realizadas directamente en los servicios de salud. Este modelo formativo se utiliza ampliamente en Brasil como estrategia de cualificación profesional para el Sistema Único de Salud (SUS) y contribuye al desarrollo de competencias clínicas, de gestión y educativas necesarias para la práctica en salud colectiva y atención primaria (Brasil, 2020; Pasqualucci et al., 2019).

En el contexto de la Atención Primaria de Salud (APS), los programas de residencia desempeñan un papel fundamental en la formación de profesionales capacitados para actuar en la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y el seguimiento longitudinal de los usuarios del sistema. La APS se considera la principal puerta de entrada al SUS y ejerce una función estratégica en la coordinación de la atención y la organización de las redes asistenciales. Por ello, formar profesionales con un perfil adecuado para actuar en este nivel de atención resulta esencial para fortalecer el sistema de salud brasileño (Fiocruz, 2025).

Las residencias multiprofesionales en salud se crearon con el objetivo de promover la formación integrada de diferentes categorías profesionales y estimular el trabajo interdisciplinario y colaborativo entre los equipos sanitarios. En este modelo formativo, profesionales de áreas como enfermería, fisioterapia, educación física, farmacia, odontología, medicina veterinaria, psicología, nutrición y trabajo social comparten experiencias y conocimientos en un proceso educativo centrado en la práctica interprofesional (Fiocruz, 2025).

Además de contribuir al desarrollo técnico y científico de los profesionales, los programas de residencia también favorecen la integración entre enseñanza, servicios y comunidad. Este proceso permite que los residentes participen directamente en la organización de los servicios de salud, la elaboración de protocolos asistenciales y la implementación de estrategias de atención orientadas a las necesidades de la población (Secretaria de Saúde do Espírito Santo, 2020).

Otro aspecto relevante de la residencia es la formación crítica de los profesionales, que estimula la reflexión sobre las prácticas sanitarias, los determinantes sociales del proceso salud-enfermedad y las políticas públicas que orientan la organización del sistema de salud. En este

sentido, la experiencia práctica de los residentes permite desarrollar competencias relacionadas con la toma de decisiones clínicas, la gestión de la atención y la actuación en equipos multiprofesionales (Fiocruz, 2025).

Sin embargo, pese a la importancia de estos programas para la formación profesional y el fortalecimiento de la Atención Primaria de Salud, diversos estudios señalan que la residencia también está asociada a una rutina laboral intensa, caracterizada por una elevada carga horaria, un gran volumen de responsabilidades asistenciales y exigencias académicas. Estos factores pueden generar desgaste físico y emocional entre los residentes y afectar negativamente a su salud mental y calidad de vida (Pasqualucci et al., 2019).

Además, el proceso de formación en servicio expone a los residentes a situaciones complejas de atención sanitaria, como la toma de decisiones clínicas, el manejo de casos graves y la interacción constante con pacientes y familiares. Estas situaciones pueden generar sentimientos de inseguridad, presión psicológica y una necesidad constante de adaptación, lo que contribuye al aumento de síntomas relacionados con el estrés y la ansiedad (Feng; Narayanan, 2024).

2.2 Estrés

El estrés puede entenderse como una respuesta fisiológica y psicológica del organismo ante situaciones que requieren adaptación o afrontamiento de desafíos. En entornos laborales intensos, como los servicios de salud, la exposición continua a factores estresantes puede tener efectos significativos en la salud mental y la calidad de vida de los profesionales (Alves et al., 2025).

En el contexto de la Atención Primaria de Salud, el estrés suele asociarse a la sobrecarga laboral, la responsabilidad en el cuidado de los pacientes y las condiciones estructurales de los servicios. Los profesionales de la APS afrontan diariamente demandas complejas relacionadas con la atención longitudinal, la gestión de recursos y la resolución de problemas de salud de distintos niveles de complejidad, lo que puede intensificar los niveles de tensión emocional (Andrade et al., 2022).

Los estudios realizados con profesionales de la APS muestran que una proporción significativa presenta niveles moderados o elevados de estrés, a menudo asociados a factores organizativos, como jornadas extensas, presión por productividad y escasez de recursos humanos y materiales (Andrade et al., 2022).

Además, el entorno de formación en residencia puede intensificar estas condiciones, ya que los residentes se encuentran en un proceso de aprendizaje continuo y afrontan simultáneamente responsabilidades asistenciales, evaluaciones académicas y adaptación al entorno profesional. Esta combinación de factores puede favorecer la aparición de síntomas relacionados con el estrés laboral y el agotamiento emocional (Feng; Narayanan, 2024).

El estrés prolongado puede comprometer no solo la salud mental de los profesionales, sino también su desempeño laboral y la calidad de la atención ofrecida a los pacientes. En este sentido, adoptar estrategias de promoción de la salud mental y manejo del estrés resulta fundamental para reducir sus efectos y mejorar el bienestar de los trabajadores sanitarios (Almeida et al., 2025).

2.3 Ansiedad

La ansiedad es un fenómeno psicológico caracterizado por sentimientos de aprensión, preocupación y tensión ante situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes. Aunque se considera una respuesta natural del organismo, los niveles elevados o persistentes pueden evolucionar hacia trastornos de ansiedad y afectar significativamente a la calidad de vida y al funcionamiento social y profesional de las personas (Ramos et al., 2023).

Según los autores citados, en la Atención Primaria de Salud los trastornos de ansiedad figuran entre los motivos de consulta más frecuentes de los usuarios de los servicios sanitarios. Estos trastornos pueden relacionarse con diversos factores, incluidas las condiciones socioeconómicas, las situaciones de estrés cotidiano y las experiencias vitales adversas.

Entre los profesionales sanitarios, especialmente quienes participan en programas de residencia, la ansiedad también puede relacionarse con la presión por el desempeño, el miedo a cometer errores clínicos y la responsabilidad en el cuidado de los pacientes. Estas circunstancias pueden generar sentimientos de inseguridad y preocupación constante y contribuir al aumento de los niveles de ansiedad (Lobo; Almeida; Cabral, 2022).

Estudios recientes señalan que los trabajadores de Atención Primaria presentan índices significativos de ansiedad, frecuentemente asociados a factores como la sobrecarga laboral, los conflictos profesionales y las exigencias emocionales inherentes a la práctica clínica. Estas condiciones pueden repercutir negativamente en el bienestar psicológico y la satisfacción profesional (Kurihara et al., 2026).

Además, la coexistencia de estrés y ansiedad puede potenciar los efectos negativos en la salud mental de los profesionales y favorecer la aparición de síntomas como fatiga,

irritabilidad, dificultades de concentración y trastornos del sueño. Por ello, resulta fundamental que las instituciones sanitarias implementen políticas de apoyo psicológico y estrategias de promoción del bienestar en el entorno laboral (Almeida et al., 2025).

3. Materiales y métodos

Se trata de una investigación exploratoria, de campo y con enfoque cuantitativo. La población está formada por residentes de un Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud, y la muestra estuvo constituida por 90 participantes. La muestra de la investigación se caracteriza como no probabilística o por juicio, ya que la selección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación o de quien selecciona la muestra (Sampieri; Collado; Lucio, 2013).

Se adoptó como criterio de inclusión estar activo en el Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud. Como criterios de exclusión, se excluyó a quienes estaban de licencia o baja médica durante la recolección de datos, a quienes respondieron los cuestionarios incorrectamente o de forma incompleta y a quienes abandonaron la residencia.

Se utilizó un cuestionario sociodemográfico con seis preguntas relacionadas con el sexo, la edad, el nivel educativo, el estado civil, el tiempo de residencia y la categoría profesional. Para determinar el nivel de estrés se utilizó la Escala de Estrés Percibido–10 (EPS-10 o PSS-10), un cuestionario autoadministrado de 10 ítems, desarrollado por Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983) y validado en Brasil, que mide el nivel de estrés percibido en los últimos 30 días. Evalúa hasta qué punto las personas perciben imprevisibilidad y sobrecarga. Utiliza una escala Likert (0–4): «nunca», «casi nunca», «a veces», «poco frecuente» y «muy frecuente». La puntuación total varía de 0 a 40 puntos, y una puntuación mayor indica un nivel más elevado de estrés percibido.

Para determinar el nivel de ansiedad se utilizó el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), una escala de autoevaluación con 21 ítems de opción múltiple y cuatro opciones de intensidad («en absoluto», «levemente – no me molestó mucho», «moderadamente – fue muy desagradable, pero pude soportarlo» y «gravemente – difícil de soportar»), que mide la intensidad de la ansiedad física y cognitiva en la última semana. La puntuación total varía de 0 a 63 y clasifica la ansiedad como mínima (0–7 puntos), leve (8–15), moderada (16–25) y grave (26–63). Los síntomas evaluados son miedo, inquietud, tensión muscular, preocupación excesiva e irritabilidad.

En primer lugar, el estudio fue presentado y aprobado por el Comité de Ética en Investigación del Centro Universitário de Patos – UNIFIP, con CAAE 96596226.0.0000.5181 y número de dictamen 8.363.502.

Tras la aprobación, la recolección de datos se realizó mediante un cuestionario electrónico que contenía el cuestionario sociodemográfico y los cuestionarios de estrés y ansiedad. Para ello, se utilizó Google Forms, que generó un enlace de acceso para que los participantes respondieran las preguntas. El enlace se envió mediante WhatsApp al grupo al que pertenecían los residentes.

Los datos se analizaron mediante estadística descriptiva y se utilizó el programa IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 25, para obtener porcentajes, distribuciones de frecuencias, medidas de tendencia central (medias) y medidas de dispersión (desviación estándar). Los datos se presentan en tablas y gráficos.

La investigación siguió las disposiciones de la Resolución 510/2016, considerando que la investigación en ciencias humanas y sociales exige respeto y garantía del pleno ejercicio de los derechos de los participantes, y debe concebirse, evaluarse y realizarse de modo que permita prever y evitar posibles daños a los participantes. Asimismo, siguió las disposiciones de la Resolución 581/2018, que contempla investigaciones realizadas en el ámbito del Sistema Único de Salud.

4. Resultados y discusión

Participaron en el estudio 60 residentes del Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud del Centro Universitário de Patos – UNIFIP, con una edad media de 27,57 ± 7,268. En la siguiente tabla se describe el perfil de los participantes.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 19/09/2026 | aceito: 26/09/2026 | publicação: 01/10/2026

Tabla 1 – Distribución porcentual de los datos sociodemográficos de los residentes (n = 60) en 2026

Sexo	
Masculino	28,3% (17)
Femenino	71,7% (43)
Nivel educativo	
Grado universitario	48,3% (29)
Especialización	48,3% (29)
Máster	3,3% (1)
Estado civil	
Soltero(a)	91,7% (55)
Casado(a)	5,0% (3)
Divorciado(a)	1,7% (1)
Viudo(a)	0,0% (0)
Unión estable	1,7% (1)

Fuente: Autores (2026)

Según la Tabla 1, se constató que el 71,7% (43) de los residentes eran de sexo femenino. En cuanto al nivel educativo, el 48,3% (29) tenía un título de grado y el mismo porcentaje una especialización. En cuanto al estado civil, el 91,7% (55) eran solteros.

Tabla 2 – Distribución porcentual del año de residencia y las categorías profesionales de los residentes (n = 60) en 2026

Año de residencia	
R1	53,3% (32)
R2	46,7% (28)
Categorías profesionales	
Enfermería	16,7% (10)
Nutrición	16,7% (10)
Educación Física	3,3% (2)
Medicina veterinaria	3,3% (2)
Fisioterapia	15,0% (9)
Farmacia	13,3% (8)
Psicología	20,0 (12)

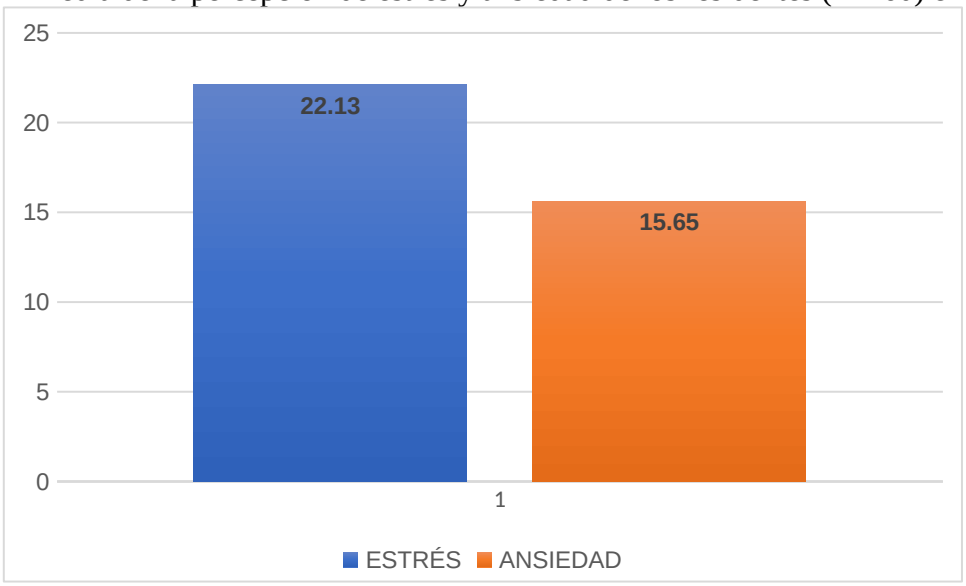
Fuente: Autores (2026)

De acuerdo con la Tabla 2, la distribución de los residentes según el año de formación mostró un predominio de participantes de R1 (53,3%; n = 32) frente a R2 (46,7%; n = 28). En cuanto a las categorías profesionales, hubo una mayor representación de Psicología (20,0%; n = 12), seguida de Enfermería y Nutrición (16,7%; n = 10 cada una), Fisioterapia (15,0%; n = 9) y Farmacia (13,3%; n = 8), mientras que Educación Física y Medicina Veterinaria presentaron una menor participación, ambas con el 3,3% (n = 2). Puede constatarse que la residencia multiprofesional se caracteriza por la formación en servicio y la integración de distintas áreas

profesionales, lo que favorece la construcción de conocimientos y prácticas compartidas (Pasqualucci et al., 2019).

En este sentido, la mayor participación de Psicología, Enfermería, Nutrición y Fisioterapia evidencia la diversidad profesional del programa y refuerza la importancia de la actuación interdisciplinaria en la Atención Primaria de Salud. Asimismo, el predominio de residentes de primer año (R1) puede relacionarse con la dinámica de ingreso y renovación de los programas de residencia, que incorporan anualmente nuevos profesionales al proceso formativo. Esta distribución va en contra de los hallazgos de Nascimento y Oliveira (2010), que destacan la residencia multiprofesional como un espacio para desarrollar competencias de trabajo en equipo, comunicación y actuación interdisciplinaria en el SUS.

Gráfico 1 – Media de la percepción de estrés y ansiedad de los residentes (n = 60) en 2026



Fuente: Autores (2026)

En el Gráfico 1 se observan las medias de la percepción de estrés, con un valor de 22,13 ± 5,435, que, según la puntuación de la Escala de Estrés Percibido, indica un nivel moderado de estrés percibido. Este resultado muestra que, en promedio, los participantes presentaron una percepción moderada de las situaciones estresantes de la vida cotidiana y de las demandas a las que estaban sometidos. En cuanto a la percepción de ansiedad, se obtuvo una media de 15,65 ± 9,993, que indica un nivel leve de síntomas de ansiedad según los criterios de clasificación del instrumento. Cabe destacar que la media encontrada está cerca del límite superior de la categoría leve, establecido en 15 puntos, y se aproxima al rango de ansiedad moderada.

Los datos del Gráfico 1 van en contra de lo expuesto por Andrade et al. (2022), quienes señalan que el estrés está directamente relacionado con la sobrecarga laboral y las diferentes

necesidades de salud, y exige capacidad de toma de decisiones, articulación de la atención y adaptación a las condiciones y recursos disponibles en los servicios.

Por el contrario, el estudio de Silva y Moreira (2019), que evaluó el estrés de estudiantes de posgrado del Programa de Residencia Integrada Multiprofesional en Salud en una maternidad docente, evidenció que la mayoría de los residentes multiprofesionales presentaba síntomas de estrés en un nivel considerado no saludable (96,2%).

Los hallazgos de Cahú et al. (2014) tampoco respaldan los resultados de la presente investigación: constataron que el 77,8% de los residentes presentaba estrés y que en el 17,8% este se estaba agravando. Por ello, concluyeron que los profesionales residentes se encontraban en una situación de estrés elevado.

También en relación con el estrés, la investigación realizada por Máscoli, Vick y Oliveira (2025) mostró que el 46,3% de los residentes presentaba un nivel severo de estrés laboral y que el 22,4% estaba en peligro potencial. Concluyeron que los participantes tenían niveles preocupantes de estrés, la mayoría en un nivel severo, lo que puede provocar consecuencias físicas y psicológicas e incluso agravar su condición. Así, ese estudio no corrobora los hallazgos de la presente investigación, que reveló un nivel moderado de estrés.

En apoyo a la investigación en cuestión, Gerlach et al. (2022) realizaron un estudio para identificar síntomas de ansiedad, depresión y estrés en residentes multiprofesionales de un hospital universitario. Verificaron que la media del nivel de ansiedad de los participantes se clasificó como moderada y que los niveles de estrés se clasificaron como leves.

Consideraciones finales

Los resultados de este estudio evidencian la importancia de considerar la salud mental como parte fundamental del proceso de formación de los residentes multiprofesionales, especialmente ante las características de la residencia, que comprende actividades asistenciales, académicas y profesionales, además de la necesidad de adaptación continua al entorno laboral. En este contexto, la identificación de estrés moderado y ansiedad leve refuerza la necesidad de acciones preventivas y de seguimiento para evitar el agravamiento de estos síntomas y sus posibles efectos sobre la calidad de vida, el desempeño profesional y la atención prestada a los usuarios de la Atención Primaria de Salud. Así, los hallazgos respaldan el desarrollo de estrategias institucionales de promoción de la salud mental, como espacios de escucha y acogida, seguimiento de los residentes y fortalecimiento de las relaciones entre residentes, preceptores y tutores. Además, el propio proyecto destaca que los resultados pueden contribuir

a elaborar estrategias institucionales orientadas a la promoción de la salud mental y la mejora de las condiciones de formación.

Por último, se considera que la presente investigación contribuye a ampliar la comprensión de las condiciones de salud mental de los residentes multiprofesionales de la Atención Primaria de Salud y proporciona información relevante que puede respaldar a la institución en la planificación de acciones de atención, seguimiento y promoción de la salud mental de los profesionales en formación. Además, aunque los resultados identificaron un nivel moderado de estrés y un nivel leve de ansiedad, se destaca que la media de ansiedad estuvo cerca de la clasificación moderada, lo que refuerza la importancia del seguimiento continuo de estas condiciones durante la residencia.

En este sentido, se recomienda realizar nuevos estudios que sigan a los residentes en distintos momentos del proceso formativo e investiguen posibles diferencias entre R1 y R2, categorías profesionales y características sociodemográficas. Esto contribuiría a una comprensión más amplia de los factores relacionados con el estrés y la ansiedad y al fortalecimiento de estrategias orientadas a una formación cualificada, humanizada y acorde con los principios de la Atención Primaria de Salud.

Referencias

ALMEIDA, S. M.; NASCIMENTO, D. X.; PAIVA, E. R.; CAVALCANTE, E. V.; SOUZA, J. L. B.; COUTINHO, L. S.; BANDEIRA, M. D.; OLIVEIRA, M. V. M.; LIMA, M. S.; CORREIA, P. H. R.; MOREIRA, P. H. D.; SIQUEIRA, P. J. El uso de mindfulness y meditación en el manejo del estrés y la ansiedad: revisión de la literatura. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 7, n. 2, 2025.

ALVES, B. O.; PAIVA, E. M. C.; CHAVES, R. L.; LOURENÇO, B. G.; OLIVEIRA, M. D. N.; RIBEIRO, G. A. G. MOURA, C. C. Estrés, ansiedad y depresión y su asociación con la calidad de vida, el sexo y el uso de psicofármacos en estudiantes universitarios: estudio transversal. Revista Psicologia e Saúde, Campo Grande, v. 16, n. 2, p. e16342495, 2025.

ANDRADE, L. A.; SOUZA, C. C.; SILVA, L. S.; MOURA, C. C.; SALGADO, P. O. Depresión, ansiedad y estrés entre profesionales de atención primaria de salud durante la pandemia de COVID-19. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 23, n. 3, 2022.

BRASIL. Ministerio de Salud. Residencias en salud. 2020. Disponible en: https://www.gov.br/mec/pt-br/assuntos/es/residencia-multiprofissional. Consultado el: 19 sept. 2026.

CAHÚ, R. A. G.; SANTOS, A. C. O.; PEREIRA, R. C.; VIEIRA, C. J. L.; GOMES, S. A. Estrés y calidad de vida en la residencia multiprofesional en salud. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, v. 10, n. 2, p. 76-83, 2014.

COHEN, S.; KAMARCK, T.; MERMELSTEIN, R. Una medida global del estrés percibido. Journal of Health and Social Behavior, v. 24, n. 4, p. 385-396, dic. 1983.

FENG, T.; NARAYANAN, S. Comprender el estrés, el agotamiento y los patrones de comportamiento de los médicos residentes mediante registros de dispositivos portátiles, Arxiev, feb. 2024.

FIOCRUZ. Residencia multiprofesional en salud familiar: 20 años formando profesionales para el SUS. 2025. Disponible en: https://ensino.ensp.fiocruz.br/pt-br/comunicacao/eventos/institucionais/19477. Consultado el: 19 sept. 2026.

GERLACH, C. M.; ANDRADE, A. L.; SCATENA, A.; MICHELI, D. Síntomas de ansiedad, depresión y estrés en residentes multiprofesionales de un hospital público. Research, Society and Development, v. 11, n. 7, e15711729774, 2022.

KURIHARA, A. C. Z. S.; TOMITA, B. F.; CALABRIA, B. A.; RIBEIRO, M. V.; HUNGARO, T. A. Ansiedad y su impacto en la salud de los trabajadores de atención primaria de salud. REVISTA ARACÊ, São José dos Pinhais, v.8, n.1, p. 1-10, 2026.

LOBO, B. L. V.; ALMEIDA, P. C.; CABRAL, M. P. G. COVID-19 y la salud mental de los médicos residentes en atención primaria: miedo, ansiedad y depresión. Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade, v. 17, n. 44, p. 3163, 2022.

MÁSCOLI, J. S.; VICK, F. O.; OLIVEIRA, F. F. Estrés laboral y factores asociados en residentes multiprofesionales en salud familiar. Revista Psicologia e Saúde, v. 16, ene./dic. 2024.

NASCIMENTO, D. D. G.; OLIVEIRA, M. A. C. Competencias profesionales y el proceso formativo en la residencia multiprofesional en salud familiar. Saúde e Sociedade, São Paulo, v. 19, n. 4, p. 814-827, 2010.

PASQUALUCCI, P. L.; DAMASO, L. L. M.; DANILA, A. H.; FATORI, D.; LOTUFO NETO, F.; KOCH, V. H. K. Prevalencia y correlatos de depresión, ansiedad y estrés en médicos residentes. BMC Medical Education, v. 19, n. 1, p. 193, jun. 2019.

RAMOS, P. A.; BARBOSA, R. V.; SILVA, G. F.; LEITE, R. V. Trastornos de ansiedad en atención primaria de salud: panorama de las publicaciones científicas. Brazilian Medical Students, v. 8, n. 12, 2023.

SAMPIERI, R. H.; COLLADO, C. F.; LUCIO, M. D. P. B. Metodología de la investigación. 5. ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SECRETARIA DE SAÚDE DO ESPÍRITO SANTO. Programas de residencia en salud y formación profesional, 2020. Disponible en: https://icepi.es.gov.br/programa-de-residencia-multiprofissional-em-saude-coletiva. Consultado el: 19 sept. 2026.

SILVA, R. M. B.; MOREIRA, S. N. T. Estrés y residencia multiprofesional en salud: comprender los significados del proceso formativo. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 43, n. 4, p. 157-166, 2019.