



**20º Congreso Mundial
sobre Educación Médica**
Cartagena 28 - 29 sep 2023
ASCOFAME 64 años



UNIVERSIDAD CES
Un compromiso con la excelencia
Facultad de Medicina

“RESIDENTES CON BIENESTAR” UNA APUESTA POR EL ACOMPañAMIENTO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE LAS ESPECIALIDADES MÉDICO QUIRURGICAS DE LA FACULTAD DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD CES-MEDELLÍN

Autores

Carolina Arbeláez Arcila¹ Carolina Cataño Velásquez² María Carolina Gómez Ramírez³
Laura Catalina Libreros Foronda⁴ Diego Fernando Rojas Gualdrón⁵
1 Médica y Cirujana Universidad CES, Magíster TIC en Salud Universidad CES.
2 Médica y Cirujana Universidad CES, Magíster en Educación Universidad Pontificia Bolivariana.
3 Médica y Cirujana Universidad CES.
4 Médica y Cirujana Universidad CES, Magíster en Calidad en Salud Universidad CES.
5 Neuropsicólogo Clínico, Doctor en Epidemiología.

Objetivo

Favorecer el desarrollo integral del residente con la enseñanza de herramientas y el acompañamiento para la autogestión de su bienestar, la búsqueda de ambientes emocionalmente saludables, con el propósito de impactar en sus dimensiones física, emocional, financiera, social, espiritual, ocupacional, intelectual y ambiental.

Resumen

La formación médica se ha caracterizado por sus altos niveles de exigencia académica, lo que genera en los universitarios un estrés significativo. El estudiante de medicina tiene mayor probabilidad de padecer morbilidades psicológicas comparado con la población general, ya que su desempeño académico se ve afectado por: constante presión académica, mayor responsabilidad, falta de tiempo para actividades de esparcimiento, entre otros. El inadecuado manejo de estos estresores lleva a consecuencias como: agotamiento emocional, aislamiento social, bajo desempeño académico, deserción, trastorno mentales y abuso de sustancias psicoactivas.

Es por esto que se considera importante la creación de un espacio para los residentes la facultad de Medicina de la Universidad CES enfocado en promover hábitos de salud mental, de enseñanza de herramientas para el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y comunicativas que promuevan una respuesta favorable al enfrentarse a estresores académicos a lo largo de su formación académica, previniendo de este modo, desenlaces inesperados derivados de las consecuencias del estrés crónico.

En reconocimiento de este contexto, la Universidad CES crea el programa “Residentes con bienestar” a partir de la articulación de la División de Posgrados Clínicos y el Área de Bienestar Institucional.

Antecedentes

En la literatura se reportan diversos estudios que dan cuenta de dificultades relacionadas con el bienestar de los residentes de programas de medicina y de la baja oferta de recursos y programas orientados a mejorar su bienestar; en la misma vía es conocida la relación que los problemas de bienestar tienen en el desempeño clínico y relacional de los residentes (1). No obstante, son pocos los reportes en la literatura sobre programas de apoyo al bienestar. Una revisión sistemática identificó que el 82% de los estudiantes universitarios que participan en programas institucionales de bienestar universitario reportan efectos positivos. Estos resultados también se observaron en los estudios específicos sobre residentes médicos (2). No obstante, dada las particularidades y demandas de la residencia médica, esta población requiere programas diseñados a la medida de sus necesidades. Son pocos los estudios que han reportado intervenciones diseñadas a la medida de las necesidades del residente. Se encuentran programas orientados a la mentoría (3), la resiliencia (4), y el bienestar (5). No obstante, la evidencia es escasa, particularmente en países de América latina.

Línea temática

Modelos de salud y educación médica

Método

Se plantearon 2 encuentros de intervención al año donde se enseñan herramientas de autocuidado, autoeficacia, promoviendo un ambiente emocionalmente saludable que permita el desarrollo integral del residente, centrándose en su calidad humana y orientación al otro mediante las siguientes acciones:



Los talleres cuentan con 3 a 4 horas de duración acompañados siempre por Psicología y profesionales en el área de bienestar en el que se quiere impactar, estos diseñan de manera propositiva cada competencia, identificando las dificultades individuales de cada programa académico. Algunos temas tratados desde el 2019: Entrenamiento en regulación emocional, entrenamiento en manejo de la ansiedad, técnicas de estudio, entrenamiento en comunicación asertiva, primeros auxilios psicológicos, entrenamiento de resolución de problemas, como abordar las malas noticias en un paciente y sus familiares.



Figura 1. Actividades Residentes con Bienestar



Figura 2. Logo Residentes con Bienestar

Conclusiones

La Universidad CES implementa el programa “Residentes con Bienestar” porque considera importante para la educación de los especialistas médico quirúrgicos, competencias profesionales que promuevan la salud mental, enriquecer los planes de estudio con herramientas para el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y comunicativas que no solo impacten en la prevención del agotamiento emocional, aislamiento social, bajo desempeño académico, deserción, trastorno mentales y abuso de sustancias psicoactivas, sino en la atención de los pacientes, el relacionamiento interdisciplinario, los ambientes de trabajo y la salud mental colectiva de las comunidades donde se desenvuelvan.

Referencias

1. Navinés R, Olivé V, Fonseca F, Martín-Santos R. Estrés laboral y burnout en los médicos residentes, antes y durante la pandemia por COVID-19: una puesta al día. Medicina Clínica. 2021;157(3):130-40.
2. Daza-Corredor A, Jiménez-Williamer MP, Rodríguez-Pacheco FL. Impacto de los programas de bienestar universitario en la calidad de vida de los estudiantes. RIEEP [Internet]. 2020 Jul 13 [cited 2023; 3(2)].
3. Pethrick H, Nowell L, Oddone Paolucci E, Lorenzetti L, Jacobsen M, Clancy T, et al. Psychosocial and career outcomes of peer mentorship in medical resident education: a systematic review protocol. Syst Rev. 2017;6(1):178.
4. Brennan J, McGrady A. Designing and implementing a resiliency program for family medicine residents. Int J Psychiatry Med. 2015;50(1):104-14.
5. Aggarwal R, Deutsch JK, Medina J, Kothari N. Resident Wellness: An Intervention to Decrease Burnout and Increase Resiliency and Happiness. MedEdPORTAL. 2017;7:10651.



Contacto Autor: Carolina Arbeláez Arcila .

Correo Electrónico: carbelaez@ces.edu.co.

Celular: 3003903442.

[Volver](#)