



## Editorial

# Desafíos para la promoción de la salud mental durante la formación de residentes

## Challenges in promoting mental health during residency training

Carmen Cecilia Caballero-Domínguez<sup>1</sup>, José Alfredo Almenárez-Gómez<sup>2</sup>

La formación de especialistas médicos es un proceso social fundamental para preparar a los futuros profesionales de la salud.<sup>1</sup> Los residentes, desempeñan un papel esencial en el sistema de salud colombiano y enfrentan desafíos debido a las intensivas demandas de la formación. Este período se caracteriza como un desequilibrio temporal,<sup>2</sup> en el que los residentes deben priorizar su educación y desarrollo profesional a expensas de otros aspectos importantes de la vida personal, familiar y social, y el bienestar físico, mental y financiero.<sup>1</sup>

Los residentes requieren equilibrar diversas responsabilidades. Generalmente se les considera estudiantes; sin embargo, actúan como empleados de la institución donde realizan la formación. Esto implica cumplir con horarios extendidos, con la inclusión de turnos nocturnos con tareas asistenciales y administrativas.<sup>2,3</sup> La intensa demanda académica y profesional tiene importantes implicaciones para la salud mental de los residentes. El distrés asociado a la formación que puede deteriorar el funcionamiento general.<sup>2,4</sup> En Colombia, 22,6% residentes informaron ideación suicida y 6,5% se encontraba en alto riesgo de suicidio.<sup>7</sup>

El acoso o la intimidación por parte de docentes contribuyen significativamente a las manifestaciones agudas del distrés psicológico en residentes.<sup>2,4</sup> Existe una relación jerárquica entre residentes y docentes con desequilibrio de poder y una dinámica de socialización autoritaria, controlador y descalificadora.<sup>1,3</sup> Otros comportamientos que se pueden tipificar como acoso incluyen la crítica injustificada, la exclusión, la asignación de tareas imposibles de realizar, la apropiación del crédito por trabajos realizados, las horas de trabajo en los turnos o cambios en los mismos sin previo aviso en actividades programadas, y la precarización laboral.<sup>3,8</sup> El acoso contribuye al desarrollo de sentimientos de marginación y de experiencia de discriminación que puede amenazar la salud física y mental de los residentes.

Lamentablemente, estos comportamientos integran una dinámica interpersonal que forma parte de un currículo oculto en el que diferentes tipos de violencia se normalizaron como métodos para fortalecer el carácter del residente.<sup>8</sup> Aunque, algunos consideran esta cultura como beneficiosa para el aprendizaje y el rendimiento académico,<sup>3</sup> en realidad genera distrés considerable y, eventualmente, se puede configurar como un evento traumático y predisponer comportamiento suicida. Los comportamientos suicidas son eventos complejos; sin embargo, el distrés y los eventos traumáticos pueden hacer parte de la sindemia en residentes médico particularmente susceptibles o vulnerables.

1. Universidad del Magdalena. Santa Marta, Colombia. Correo: [ccaballero@unimagdalena.edu.co](mailto:ccaballero@unimagdalena.edu.co) - <https://orcid.org/0000-0003-3730-2750>

2. Hospital Universitario Insular de Las Palmas de Gran Canaria, España. Correo: [josealfredoalmenarez52@gmail.com](mailto:josealfredoalmenarez52@gmail.com) - <https://orcid.org/0009-0008-4948-4671>

Además, el estigma/discriminación agravan esta situación, dificulta la búsqueda ayuda y exacerba malestar.

En el último siglo, se han implementado mejoras en la formación médica desde el Informe Flexner y el Pacto de Bologna; pero, han sido sólo intentos, que quizá por la evolución de la sociedad y el rápido desarrollo científico, han sido poco contundentes o efectivos. Los desafíos para promover la salud mental durante la residencia exigen la adopción de políticas educativas y de salud pública que protejan y garanticen condiciones dignas en los hospitales. Es fundamental que estas políticas se enfoquen en el bienestar físico y mental en un ambiente formativo seguro y respetuoso. Además, es imperativo el Ministerio de Educación y las universidades fortalezcan estrategias preventivas y de intervención temprana que aborden de manera efectiva el acoso académico y la violencia estructural del sistema de salud.<sup>1</sup> La formación médica necesita un cambio pedagógico importante, debe ser un ambiente que combine rigor científico, excelencia académica y trato digno.<sup>9</sup> Es fundamental reducir la discriminación mejorar la alfabetización en salud mental y desarrollar habilidades emocionales y sociales. Adicionalmente, es esencial equilibrar la vida personal y profesional de los residentes mediante la flexibilización horarios y la reducción de la carga de trabajo excesiva.<sup>10</sup>

## DECLARACIÓN SOBRE CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores no tenemos conflicto de interés.

## REFERENCIAS

1. Castejón Ó, Hernández H, Díaz J. Acoso laboral, ideación e intento suicida durante la formación de médicos residentes. *Rev ANACEM*. 2018;12:1-3.
2. Anagnostopoulos F, Demerouti E, Sykioti P, Niakas D, Zis P. Factors associated with mental health status of medical residents: A model-guided study. *J Clin Psychol Med Settings*. 2015;22:90-109. <https://doi.org/10.1007/s10880-014-9415-2>
3. Torres AR, Patiño DC, Montes ALM, Estrada HA. Especialidad médica en México: 'aquí se forja el carácter'. *Acta Sci Educ*. 2023;45:e64171. <https://doi.org/10.4025/actascieduc.v45i1.64171>
4. Wilkes C, Lewis T, Brager N, Bulloch A, MacMaster F, Paget M, et al. Wellbeing and mental health amongst medical students in Canada. *Int Rev Psychiatry*. 2019;3:584-7. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1675927>
5. Mata DA, Ramos MA, Bansal N, Khan R, Guille C, Di Angelantonio E, et al. Prevalence of depression and depressive symptoms among resident physicians: A systematic review and meta-analysis. *JAMA*. 2015;314:2373-83. <https://doi.org/10.1080/10.1001/jama.2015.15845>
6. Low ZX, Yeo KA, Sharma VK, Leung GK, McIntyre RS, Guerrero A, et al. Prevalence of burnout in medical and surgical residents: a meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16:1479. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091479>
7. Molina JD. Ideación suicida en residentes de especialidades médico-quirúrgicas en una universidad en Bogotá, Colombia: prevalencia y factores de riesgo [tesis de especialización en psiquiatría]. Bogotá: Universidad El Bosque; 2022.

8. García H, Alvear G. Violencia en la formación médica. *Rev Fac Med.* 2020;63:46-55. <https://doi.org/10.22201/fm.24484865e.2020.63.2.07>
9. Haoka T, Sasahara SI, Tomotsune Y, Yoshino S, Maeno T, Matsuzaki I. The effect of stress-related factors on mental health status among resident doctors in Japan. *Med Educ.* 2010;44:826-34. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.2010.03725.x>
10. López JLJ, Osuna JA. Programa de prevención del suicidio, tratamiento de trastornos mentales y promoción de la salud mental para médicos residentes. *Rev Colomb Cienc Soc.* 2017;8:226-40. <http://dx.doi.org/10.21501/22161201.1819>