



CARTA AL DIRECTOR

Empatía, manejo del estrés y desafíos académicos en la educación médica



Empathy, stress management and academic challenges in medical education

Sr. Director:

La educación de pregrado ha enfrentado varios desafíos al adaptarse a un sistema en línea debido a la pandemia de COVID-19, y estos retos podrían persistir en futuras pandemias. Entre las dificultades destacan la resistencia del personal docente, atribuida a la falta de capacitación en entornos virtuales, y manejo de habilidades blandas necesarias para preparar a los futuros profesionales de la salud.

El estudio de Tacuri et al.¹ resalta que las diferencias en la empatía se deben a rasgos personales y habilidades interpersonales. La experiencia con enfermedades puede influir, aunque la adaptación universitaria también depende de factores como la inteligencia emocional y el apoyo social. No todos los estudiantes que han vivido enfermedades desarrollan empatía; algunos pueden experimentar ansiedad, la cual dificulta su adaptación.

Sin embargo, es importante considerar factores externos que afectan la empatía y el desempeño académico, como un ambiente disfuncional, expectativas familiares y la falta de redes de apoyo. La discriminación y un sistema educativo de baja calidad también impactan negativamente, al igual que el acceso limitado a servicios de salud y la brecha digital^{2,3}. Por lo tanto, es importante implementar actividades, como talleres de manejo del estrés, sesiones de *mindfulness*, entre otras⁴.

En conclusión, fortalecer la empatía y el manejo del estrés en estudiantes de Medicina requiere un enfoque integral que no solo desarrolle habilidades personales, sino que también aborde los factores externos que influyen en su formación académica. Para ello, es fundamental implementar intervenciones específicas, como talleres de inteligencia emocional, capacitación en habilidades comunicativas y redes de apoyo emocional. Estas estrategias no solo promueven un mejor desempeño académico y

bienestar estudiantil, sino que también preparan a los futuros profesionales para establecer relaciones médico-paciente más empáticas y efectivas. Futuras investigaciones podrían evaluar la efectividad de estas intervenciones en diversos contextos educativos y culturales.

Financiación

El autor declara que no existen fuentes de financiación públicas ni privadas.

Conflictos de intereses

El autor declara que no tiene conflictos de intereses.

Consideraciones éticas

El consentimiento informado no fue requerido, debido a que la información fue recolectada a partir de fuentes secundarias.

Bibliografía

1. Tacuri E, Gonzales M, Berduzco N, Vivanco L. Soledad, felicidad y empatía clínica en estudiantes que inician los estudios de Medicina. *Educ Med* [En línea]. 2024;25(4), 100917. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2024.100917>.
2. Blanco JM, Valcárcel C, Guerra MDC, Ortigosa E, García F, Caballero F, et al. Empatía médica en residentes y tutores de medicina familiar y comunitaria. La visión del profesional y del paciente. *Aten Primaria*. 2020;52(3):185–92. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2018.04.009>.
3. Matta DK. Empatía en internos de un programa de enfermería en Lima. *Cuidado y Salud Pública*. 2022;2(2):36–42. <https://doi.org/10.53684/csp.v2i2.53>.
4. Medina A. Soft Skills en Medicina: formando futuros profesionales. *Educ Med* [En línea]. 2024;25(3), 100915. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2024.100915>.

Aldo Medina Gamero

Facultad de Humanidades, Universidad Tecnológica del Perú, Lima, Perú

Correo electrónico: medrafa222@gmail.com.