



## CARTA AL DIRECTOR

Ansiedad y empatía en los  
alumnos de Medicina

## Anxiety and empathy in medical students



Sr. Director

Como cita Aldo Medina en su carta al director *Empatía, manejo del estrés y desafíos académicos en la educación médica*<sup>1</sup>, la empatía puede verse influenciada por factores intrínsecos (rasgos personales, habilidades interpersonales), siendo también relevantes los factores externos (ambiente disfuncional, expectativas familiares, falta de redes de apoyo).

Considero importante añadir a su respuesta el necesario acompañamiento durante la etapa universitaria<sup>2</sup>. La relación con el mentor ayuda al alumno de Medicina a ganar confianza, reduce su vulnerabilidad ante las primeras estancias hospitalarias, la ansiedad y el estrés de los retos académicos.

Tacuri et al.<sup>3</sup> destacan que la empatía previene el *burnout* académico. Para Carrard et al.<sup>4</sup> los alumnos con *burnout* tienen más complicaciones para ajustar su comportamiento en situaciones sociales y para entender el punto de vista de los demás.

El *burnout* académico se puede paliar<sup>5</sup> con programas de apoyo entre pares a fin de prevenir el agotamiento, la ansiedad o la depresión, reducir la angustia y potenciar la superación personal. Ayudan al bienestar estudiantil, son estrategias sostenibles, de bajo coste e incrementan la empatía en beneficio del alumno y del paciente con el que interacciona. Si bien no han de ser el único recurso.

Mejorar la empatía y reducir la ansiedad académica va más allá de la personalidad o factores ambientales del estudiante. Es de gran utilidad sentirse guiado y tener conciencia de que se puede recurrir a programas de apoyo en el caso de que la salud mental sufra en exceso bajo la presión de los estudios de Medicina, que demandan fortaleza mental para alcanzar los conocimientos necesarios, sin olvidar que quien recibe la atención médica deja de ser un

maniquí para ser una persona y, por lo tanto, que el humanismo y la empatía no se pueden subestimar.

## Financiación

Los autores declaran que este trabajo no ha recibido ningún tipo de financiación.

## Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

## Bibliografía

1. Medina Gamero A. Empatía, manejo del estrés y desafíos académicos en la educación médica. *Educ Méd.* 2025;26(3): 101032. doi:10.1016/j.edumed.2025.101032.
2. Henry-Noel N, Bishop M, Gwede CK, Petkova E, Szumacher E. Mentorship in medicine and other health professions. *J Cancer Educ.* 2019;34(4):629–37. doi:10.1007/s13187-018-1360-6.
3. Tacuri E, Gonzales M, Berduzco N, Vivanco L. Soledad, felicidad y empatía clínica en estudiantes que inician los estudios de Medicina. *Educ Méd.* 2024;25(4):100917. doi:10.1016/j.edumed.2024.100917.
4. Carrard V, Bourquin C, Berney S, Schlegel K, Gaume J, Bart P-A, et al. The relationship between medical students' empathy, mental health, and burnout: a cross-sectional study. *Med Teach.* 2022;44(12):1392–9. doi:10.1080/0142159X.2022.2098708.
5. Abrams MP, Salzman J, Espina Rey A, Daly K. Impact of providing peer support on medical students' empathy, self-efficacy, and mental health stigma. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(9):5135. doi:10.3390/ijerph19095135.

Alba Figueras<sup>a,\*</sup> y Jordi Delás<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Barcelona, Barcelona, España

<sup>b</sup> Servicio de Medicina Interna, Hospital Universitari Sagrat Cor, Grupo Quirónsalud, Barcelona, España

\*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [albafigueras@gmail.com](mailto:albafigueras@gmail.com) (A. Figueras).