

## El médico como promotor de resiliencia

### The Physician as Resilience Promoter

Juan Sebastián Theran León<sup>1\*</sup> <https://orcid.org/0000-0002-4742-0403>

William Germán Avella Alvarado<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-2988-667X>

<sup>1</sup>Universidad de Santander. Bucaramanga, Colombia.

\* Autor para la correspondencia: [jtheran554@unab.edu.co](mailto:jtheran554@unab.edu.co)

Recibido: 02/01/2023

Aceptado: 03/10/2023

Estimado editor:

El término resiliencia es un término que se deriva del verbo en latín *resilio, resilire*,<sup>(1)</sup> que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. La primera acepción corresponde al ámbito de la psicología con la siguiente definición: “capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas”

Para los psicólogos el interés por la resiliencia surgió a partir del intento de comprender por qué algunos niños, adultos o familias, consiguen superar grandes adversidades como: los genocidios, la marginación socioeconómica o cultural como en el caso de los inmigrantes, también las rupturas parentales que sufren los niños y los adolescentes, además, de otras situaciones difíciles que pueden destruir psicológicamente a la mayoría de las personas.

Se han descrito las siguientes dimensiones de la resiliencia individual como: confianza en uno mismo, coordinación (capacidad de planificación de la actuación), autocontrol y compostura (nivel de ansiedad bajo) y persistencia en el compromiso. Estas características se traducen en la práctica en que el individuo resiliente cree que su actuación, es capaz de modificar la circunstancia en que se encuentra, es importante reconocer por sí el esfuerzo y la persistencia ante las adversidades, ya que merece la pena, pues las situaciones peligrosas y los fracasos son inevitables y se pueden superar, sin que les cause un nivel de ansiedad excesivo y el deseo de rendirse.<sup>(1)</sup>

Los individuos y los grupos pueden hacerse vulnerables si se les modifican sus condiciones de vida por cambios forzados en su entorno, situación esta en la que el médico familiar no solo es el profesional de la salud que tiene contacto directo con el paciente sino también los familiares y el entorno.

El especialista de salud posee amplios conocimientos en el entrenamiento, y se enfoca para promover la resiliencia en los pacientes en las diferentes etapas a lo largo de su vida, fortaleciéndolo intrínsecamente mediante la aplicación de medidas anticipatorias a las diferentes crisis normativas y no normativas, estas pueden volverse más fáciles de manejar

para el individuo como para su familia y la comunidad, además, pueden interferir directa e indirectamente sobre los demás determinantes que promueven o limitan un desarrollo adecuado de la resiliencia.

Se puede modificar igualmente el curso de las enfermedades no transmisibles, en las cuales es claro que su desarrollo no es unicausal y por lo tanto requiere intervenciones multidisciplinarias, no solo desde el área netamente de las ciencias de la salud; la resiliencia social depende de la confianza mutua y de la fortaleza de los vínculos en el grupo que expresa su capacidad de absorber las presiones y estabilizarse rápidamente.

Las familias y las comunidades han sido objeto de estudios sobre los factores de la resiliencia en condiciones de adversidades, y se han encontrado elementos materiales, culturales y políticos capaces de influir en sus consecuencias. El apoyo comunitario es un elemento efectivo para el desarrollo de la resiliencia individual y grupal.

La participación activa o pasiva en actos considerados moralmente reprochables o causantes de dolor ajeno son estresantes o constituyen retos morales que ponen a prueba a los individuos y a grupos profesionales (los militares son un buen ejemplo), requiriendo en ellos niveles de resiliencia elevados. Para los médicos, que frente a los pacientes deben controlar sus emociones y abstenerse de emitir juicios morales o sociales, y que a veces deben causar dolor a inocentes como al vacunar a un niño, amputar un miembro gangrenado o reducir una fractura, por lo que la resiliencia constituye un elemento imprescindible de su equipamiento profesional.

Un caso especial que merece estudios específicos es el síndrome de (*burnout*) que hace referencia al estrés profesional y agotamiento físico y mental que se prolonga en el tiempo como un fracaso de la resiliencia individual frente a los conflictos que diariamente se plantean en la toma de decisiones, que a menudo son difíciles.

En el seno de las organizaciones cuyos códigos de conducta atentan en los valores y las creencias individuales sobre todo en aquellos profesionales que no han desarrollado suficientemente sus recursos psicológicos, los relacionales o los morales para poder afrontar de forma responsable sus obligaciones de forma conscientes de las deficiencias del sistema.

Puesto que los profesionales deben ser resilientes y mostrar su persistencia, compromiso y adaptabilidad de manera ejemplar para mejorar el sistema y la atención al paciente, parece evidente que el sistema formativo debe considerar que el desarrollo de la resiliencia de los estudiantes y de los graduados en formación, debería incorporarse a los objetivos no tan solo deseables, sino necesarios.

La resiliencia es una habilidad que puede fomentarse a través de las distintas intervenciones, cobrando especial importancia en la realización de programas que permitan trabajar esta capacidad en poblaciones altamente vulnerables como son en los niños, niñas y adolescentes, que pertenecen a sistemas de cuidados alternativos residenciales.<sup>(2)</sup> Afortunadamente en la región ya se han ejecutado algunos programas enfocados en promover la resiliencia en poblaciones que se han considerado vulnerables, sin embargo, en diferentes estudios observacionales ha documentado la importancia del núcleo familiar, ya que es la base fundamental para promover la resiliencia.

Podemos decir que muchos padres no tienen los conocimientos, ni las herramientas para promover la resiliencia en los hijos, por tanto el médico familiar es el profesional de la salud

que mejor puede intervenir para iniciar la resiliencia individualmente, con el fin de promover en las futuras familias una sociedad capacitada para autogestionarse.

Diversos estudios muestran que es posible promover la adquisición de capacidades que optimizan las trayectorias evolutivas en las poblaciones, donde se han aplicado programas para promover la resiliencia, donde la estrategia de intervención grupal es una herramienta útil para la promoción de la resiliencia.<sup>(3)</sup>

El médico familiar dado por su formación no es solo exclusivo de tratar las enfermedades, sino que su labor implica además, promover una adecuada salud física y psicológica, esta última puede verse muy comprometida en ausencia de la resiliencia.

## Referencias bibliográficas

1. Oriol-Bosch A. Resiliencia. Educ Méd. 2012 [acceso 02/07/2022];15(2):77-8. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1575-18132012000200004&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1575-18132012000200004&lng=es).
2. Vio LR, Larraguibel M, Montt ME, Pi M, Aldunate C, Halpern M. Efectos de la implementación del programa de promoción de la resiliencia “VOLANTÍN” en niños(as) con sistema de cuidados alternativo residencial. Andes Pediátrica. 2022;93(2):199-205. DOI: <http://dx.doi.org/10.32641/andespediatr.v93i2.3872>.
3. Fontes A, Liberalesso NA. Resilience in aging: literature review. Cien Saude Colet. 2015,20(5):1475-95. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015205.00502014>.

## Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.