

## Self-care and quality of life of medical students

### *El autocuidado y la calidad de vida de los estudiantes de medicina*

José L. Rodríguez-Eguizabal 

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

Con mucha expectativa se analizó el artículo *Contexto cultural e impacto del autocuidado en la calidad de vida de los estudiantes de medicina. Enfoque de métodos mixtos*.<sup>1</sup> Dicha investigación es de suma importancia, ya que nos permite conocer con efectividad cómo pasan la etapa académica los estudiantes de medicina.

En razón del análisis del artículo, el estudio cualitativo, y en base a la teoría y a los cuatro ejes temáticos, que son el contexto universitario, la calidad de vida, las prácticas de autocuidado y la relación entre autocuidado y calidad de vida,<sup>2</sup> este desarrollo de la investigación llamó nuestra atención para conocer los ejes temáticos que deben saber en su proceso de formación los estudiantes de medicina.<sup>3</sup> Asimismo, es importante destacar la calidad de vida que llevan los estudiantes antes de comenzar sus estudios universitarios, ya que se genera un cambio dentro de la universidad, porque están expuestos a mucha presión en su rendimiento académico y, si no han tenido cuidado con anterioridad en su calidad de vida, van a sufrir un desgaste y como consecuencia podría dificultarles sus estudios universitarios. Creemos que no deberíamos dejar pasar las prácticas de autocuidado, que tienen que ver con el bienestar mental y que influyen en el rendimiento académico, ya que es importante que los estudiantes reconozcan su autocuidado para su bienestar físico y emocional. También se confirma que el autocuidado es significativo en la calidad de vida en general para los estudiantes de medicina.

De igual manera, hay autores que dan a conocer que es de suma importancia la salud de los estudiantes universitarios de medicina. Por ello, González et al.<sup>4</sup> recomiendan poner énfasis en el autocuidado, ya que, en su estudio, en los varones era menor que en las mujeres, y los estudiantes tenían la posibilidad de asistir a diversos talleres acerca de salud integral de forma gratuita, en donde adquirir conocimientos sobre un estilo de vida saludable, con la intención de fortalecer los hábitos de autocuidado para un bienestar mayor en aquellos estudiantes que lo requieran y tengan un autocuidado bajo.

Por último, tenemos que reflexionar sobre la importancia de las prácticas de autocuidado y de la calidad de vida que llevan nuestros estudiantes de medicina, ya que en todos los países hay facultades de medicina.

### Financiamiento

El autor declara que no recibió financiamiento para la elaboración de este escrito.

### Conflicto de intereses

El autor declara que no existe ningún conflicto de intereses.

### Consideraciones éticas

**Protección de personas y animales.** El autor declara que para esta investigación no se han

### Correspondencia:

José L. Rodríguez-Eguizabal

E-mail: C18777@utp.edu.pe

Fecha de recepción: 17-11-2024

Fecha de aceptación: 22-11-2024

DOI: 10.24875/GMM.24000389

Gac Med Mex. 2025;161:223-224

Disponible en PubMed

www.gacetamedicademexico.com

0016-3813/© 2024 Academia Nacional de Medicina de México, A.C. Publicado por Permanyer. Este es un artículo *open access* bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

realizado experimentos en seres humanos ni en animales.

**Confidencialidad, consentimiento informado y aprobación ética.** El estudio no involucra datos personales de pacientes ni requiere aprobación ética. No se aplican las guías SAGER.

**Declaración sobre el uso de inteligencia artificial.** El autor declara que no utilizó ningún tipo de inteligencia artificial generativa para la redacción de este manuscrito.

## Bibliografía

1. Canales-Gómez IJ, Torres-Mendoza BM. Contexto cultural e impacto del autocuidado en la calidad de vida de los estudiantes de medicina. Enfoque de métodos mixtos. *Gac Med Mex.* 2024;160(1):92-101. DOI: 10.24875/GMM.23000406.
2. Côté JE, Levine C. A formulation of Erikson's theory of ego identity formation. *Dev Rev.* 1987;7(4):273-325. DOI: 10.1016/0273-2297(87)90015-3.
3. Ayala EE, Omorodion AM, Nmecha D, Winseman JS, Mason HRC. What do medical students do for self-care? A student-centered approach to well-being. *Teach Learn Med.* 2017;29:237-46. DOI: 10.1080/10401334.2016.1271334.
4. González González DY, Jiménez-Ortiz JL, Ramírez Sánchez SB, Frutos Nájera DG. Capacidad de autocuidado en estudiantes universitarios: estudio longitudinal. *Rev Cient Cienc Salud.* 2024;6:1-6. DOI: 10.53732/rccsalud/2024.e6134.