

Respuesta a la carta “El autocuidado y la calidad de vida de los estudiantes de medicina”

Reply to the letter “Self-care and quality of life of medical students”

Iván J. Canales-Gómez^{1*} y Blanca M. Torres-Mendoza^{2,3}

¹Departamento de Ciencias de la Salud, Universidad del Valle de Atemajac; ²Centro de Investigación Biomédica de Occidente, Instituto Mexicano del Seguro Social; ³Departamento de Disciplinas Filosóficas, Metodológicas e Instrumentales, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara, Guadalajara, Jalisco, México

Agradecemos profundamente sus comentarios y el análisis detallado que han realizado sobre nuestro artículo *Contexto cultural e impacto del autocuidado en la calidad de vida de los estudiantes de medicina. Enfoque de métodos mixtos*. Es gratificante saber que este tema ha resonado con ustedes y que consideran valiosa esta contribución para comprender la experiencia académica de los estudiantes de medicina.

Coincidimos plenamente en la importancia de abordar el autocuidado y la calidad de vida de los estudiantes, aspectos que, como bien señalan, influyen significativamente en su desempeño académico y bienestar general. Nos parece en particular relevante su observación sobre el impacto del contexto previo al ingreso a la universidad, un factor que planeamos explorar más a fondo en futuras investigaciones.

Agradecemos también sus referencias a trabajos relevantes en el área, como el estudio longitudinal sobre la capacidad de autocuidado.¹ Esto subraya la importancia de implementar estrategias prácticas, como talleres y programas de salud integral, que fortalezcan las habilidades de autocuidado de los estudiantes. Creemos firmemente que estas acciones son esenciales para fomentar su desarrollo académico y personal.

Asimismo, como se sugiere en una reciente revisión sistemática,² la educación en autocuidado debe integrarse formalmente en el currículo de las facultades de medicina. Estrategias como el entrenamiento en

mindfulness han demostrado aliviar la ansiedad y la depresión, contribuyendo al bienestar psicológico, emocional y físico de los estudiantes. Estas intervenciones también impactan positivamente en su rendimiento académico y formación profesional, elementos clave para afrontar los retos de su desarrollo personal y académico.

Por último, valoramos su llamado a reflexionar sobre la universalidad de estos desafíos en las facultades de medicina alrededor del mundo. Este enfoque nos motiva a incorporar perspectivas multiculturales en investigaciones futuras, que puedan iluminar cómo los factores culturales modulan la relación entre autocuidado y calidad de vida.

Una vez más, agradecemos su interés y valiosos aportes. Estaremos encantados de mantener un diálogo abierto sobre este tema y colaborar en futuras investigaciones que promuevan el bienestar de los estudiantes de medicina.

Financiamiento

Para este trabajo no se dispuso de financiamiento.

Conflictos de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

*Correspondencia:

Iván J. Canales-Gómez
E-mail: ivan.canales@univa.mx

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/>).

Fecha de recepción: 26-11-2024

Fecha de aceptación: 06-12-2024

DOI: 10.24875/GMM.24000402

Gac Med Mex. 2025;161:225-226

Disponible en PubMed

www.gacetamedicademexico.com

Consideraciones éticas

Protección de personas y animales. Los autores declaran que para esta investigación no se han 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. Los autores declaran que no utilizaron ningún tipo de inteligencia artificial generativa para la redacción de este manuscrito.

Bibliografía

1. 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.
2. Wan DWJ, Goh LSH, Teo MYK, Loh CJL, Yak GHK, Lee JJH, et al. Enhancing self-care education amongst medical students: a systematic scoping review. *BMC Med Educ.* 2024;24:37. DOI: 10.1186/s12909-023-04965-z.