



INFECTAR ESCEPTICEMIA

Propuestas para docentes y estudiantes de medicina

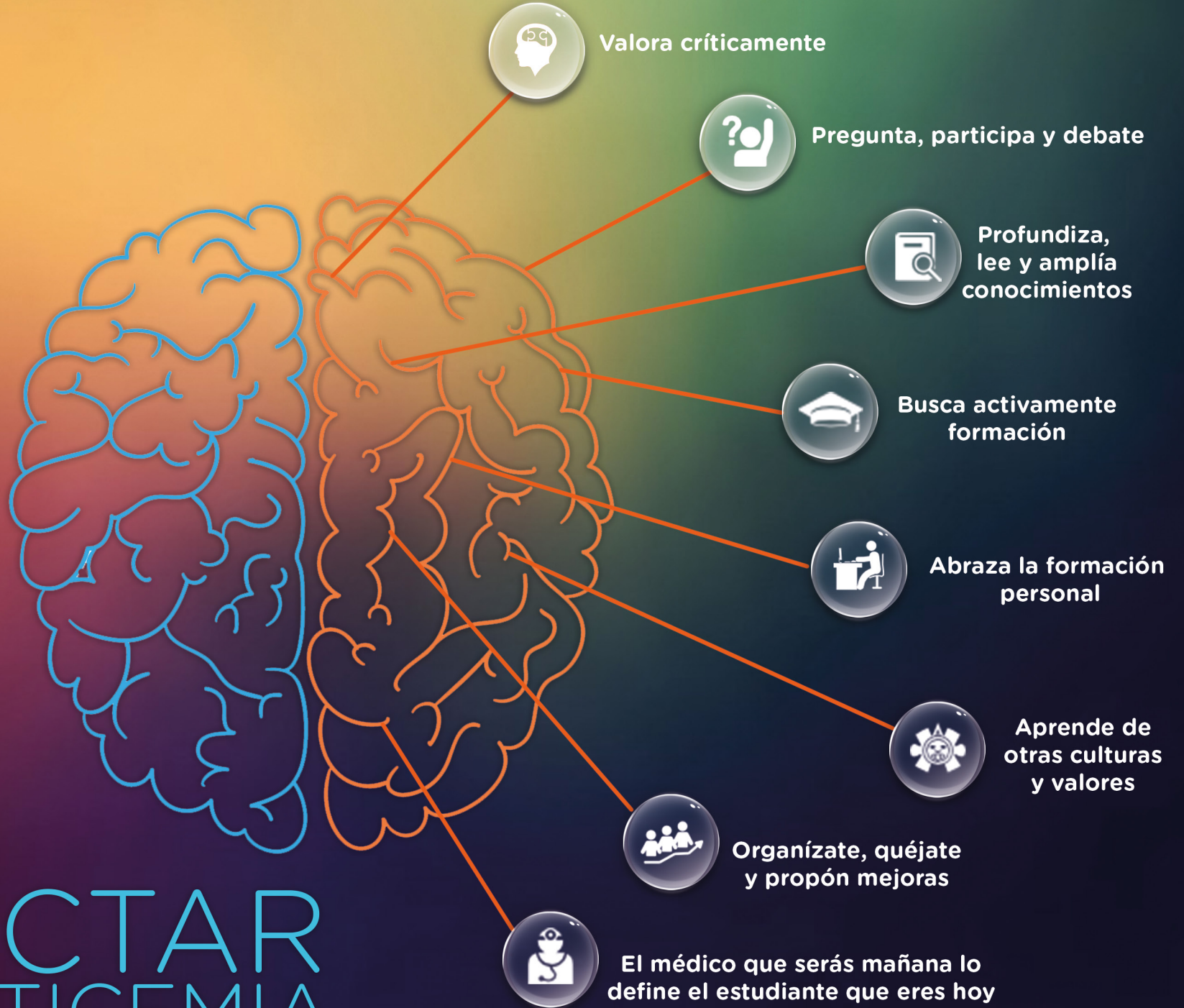
Guía para infectar de escepticismo a estudiantes de medicina

La escepticismo (término acuñado en 1989 por Petr Skrabanek y James McCormick) es una enfermedad de baja contagiosidad contra la que se intenta vacunar a l@s estudiantes en las facultades de medicina. Tal enfermedad se debe al pensamiento crítico, y genera oposición a las afirmaciones que carecen de fundamento empírico verificable y contrastado. Su vacuna conlleva una triple pérdida de capacidad: de crítica, de ética y de propuestas de mejora.

Como fruto final de un proyecto iniciado a raíz del Seminario de Innovación en Atención Primaria (SIAP), celebrado en su fase presencial en Bilbao (País Vasco, España) en febrero de 2016, sobre "Pacientes que lloran y otras consultas sagradas", nace la Guía para infectar de escepticismo a estudiantes de medicina.

Propuso esta iniciativa Paula Rodríguez Molino (estudiante de medicina en Santiago de Compostela, paularmolino@gmail.com), y con la ayuda clave y constante de Borja Apellaniz Aparicio (estudiante de medicina en Zaragoza, borjaapap@gmail.com) y la participación de múltiples clínicos, residentes y estudiantes participantes en el SIAP-Bilbao en una primera fase de tormenta de ideas se pudo llegar a la actual redacción, con apoyo de Juan Gervas (coordinador de los SIAP, jgervas@gmail.com). Se aceptan sugerencias, críticas y recomendaciones de mejora.

Para contagiar de escepticismo a estudiantes de medicina hacemos las propuestas que os mostramos a continuación.



INFECTAR ESCEPTICEMIA

Propuestas para estudiantes de medicina

INFECTAR ESCEPTICEMIA

Propuestas para estudiantes de medicina



Valora críticamente lo que enseñan tus docentes pues nadie es infalible. Su interpretación de los hechos no es verdad absoluta. Identifica sus sesgos (es imposible no tenerlos).



Pregunta, participa y debate con estudiantes y docentes. La ciencia y el aprendizaje avanzan con dudas y debates.



Profundiza, lee y amplía conocimientos. Estudia para ti y tus pacientes, no para un examen. "El peor de los libros suele ser mejor que el mejor de los apuntes", e incomparable con un power point.



Busca activamente formación. Averigua qué iniciativas existen ya en tu entorno (dentro y fuera de la facultad) y ayúdaos mutuamente. Organiza actividades para compartir ese conocimiento con más estudiantes.



Abraza la formación personal: las revistas, las instituciones, los blogs y las redes sociales tienen recursos generalmente más actualizados que lo dicho en clase.



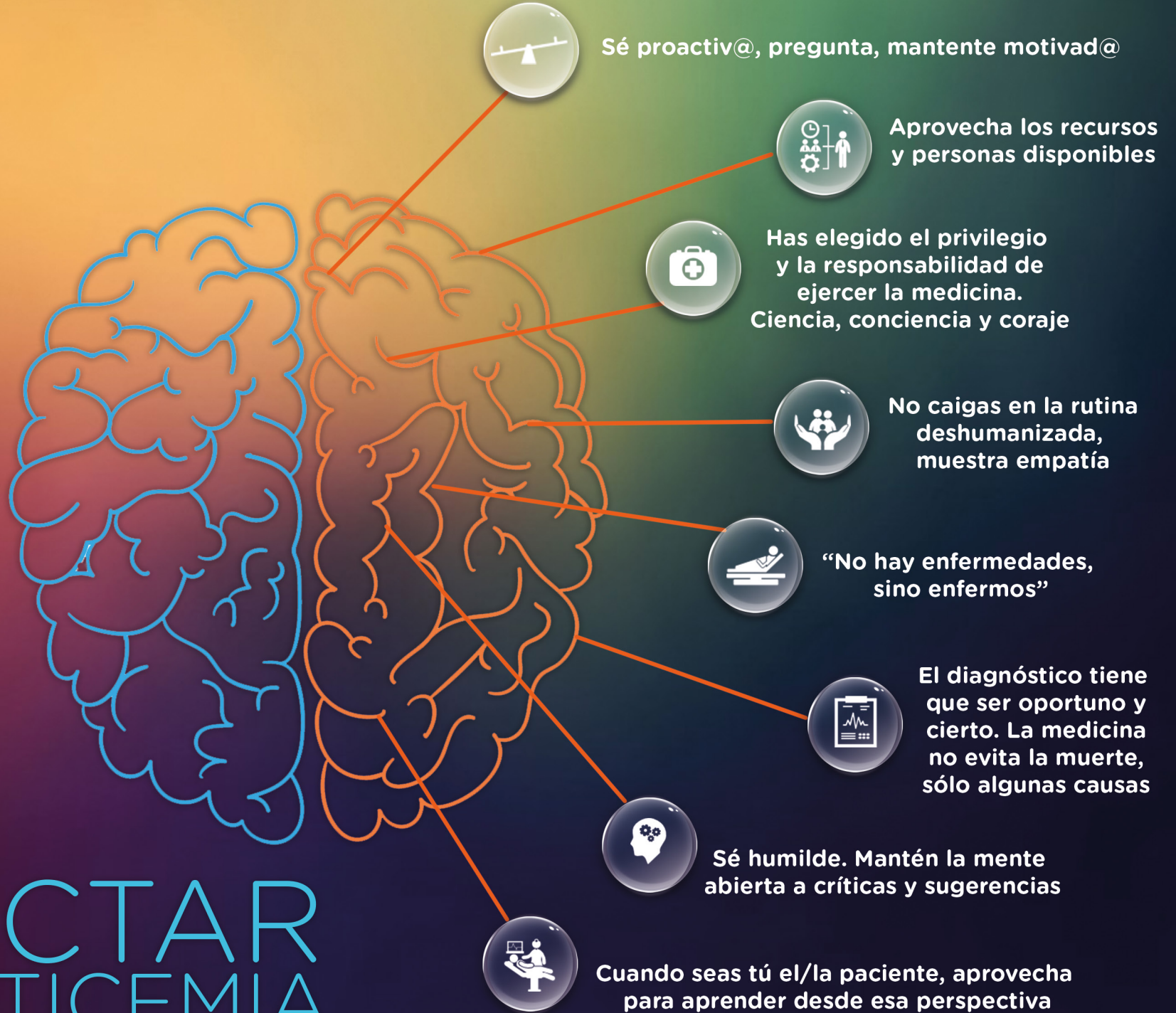
"El médico que sólo medicina sabe, ni medicina sabe". Aprende de otras culturas y valores con otras ciencias, profesiones, pacientes y activistas.



Organízate, quejate y propón mejoras. Conoce tus derechos y deberes dentro de la facultad. Participa activamente en los órganos de decisión pues la facultad y los docentes agradecen la crítica constructiva.



El médico que serás mañana lo define el estudiante que eres hoy. No te escudes en la falta de estímulos externos, ejerce la autocrítica. No caigas en el cinismo, siempre se puede trabajar y mejorar "lo que hay". Promueve el cambio predicando con el ejemplo.



INFECTAR ESCEPTICEMIA

Propuestas para estudiantes de medicina

INFECTAR ESCEPTICEMIA

Propuestas para estudiantes de medicina



Sé proactiv@, pregunta, mantente motivad@. Ten los ojos abiertos ya que desde la consulta hasta la cafetería o la sala de espera constituyen núcleos de aprendizaje.



Aprovecha los recursos y personas disponibles. Valora la experiencia y los conocimientos de tu tutor, pues de toda oportunidad es posible extraer una lección. L@s profesionales y estudiantes de otras ramas, así como pacientes y familiares, pueden aportar mucho si preguntas con respeto y sin miedo. Apóyate en l@s residentes.



Has elegido el privilegio y la responsabilidad de ejercer la medicina, que nace de la sinergia y engranaje de ciencia, conciencia y coraje. Estudia de por vida, evita la lepra social (te tiene que doler lo que duela a pacientes-familias-comunidades) e implícate en la aplicación de cuidados de cálida calidad según equidad (vertical, más a quien más precisa, y horizontal, los mismos cuidados a quienes precisan lo mismo).



Compórtate con l@s pacientes y sus familiares como el/la profesional que quieres ser, no caigas en la rutina deshumanizada, aunque te rodee. Preséntate si no te presentan, da la mano y mantén un lenguaje no verbal acogedor. Muestra empatía, mira a los ojos, pide permiso antes de explorar. Sé respetuos@ y olvida el móvil: el paciente se merece toda tu atención. Explora los miedos e inseguridades de tus pacientes, sin frivolizarlos. Tranquiliza y abraza cuando sea necesario, acompaña la vulnerabilidad.



“No hay enfermedades, sino enfermos”. Que no te deslumbren ni las tecnologías, ni las guías, ni la Medicina Basada en Pruebas pues, siendo necesarias, cada paciente es peculiar en su situación.



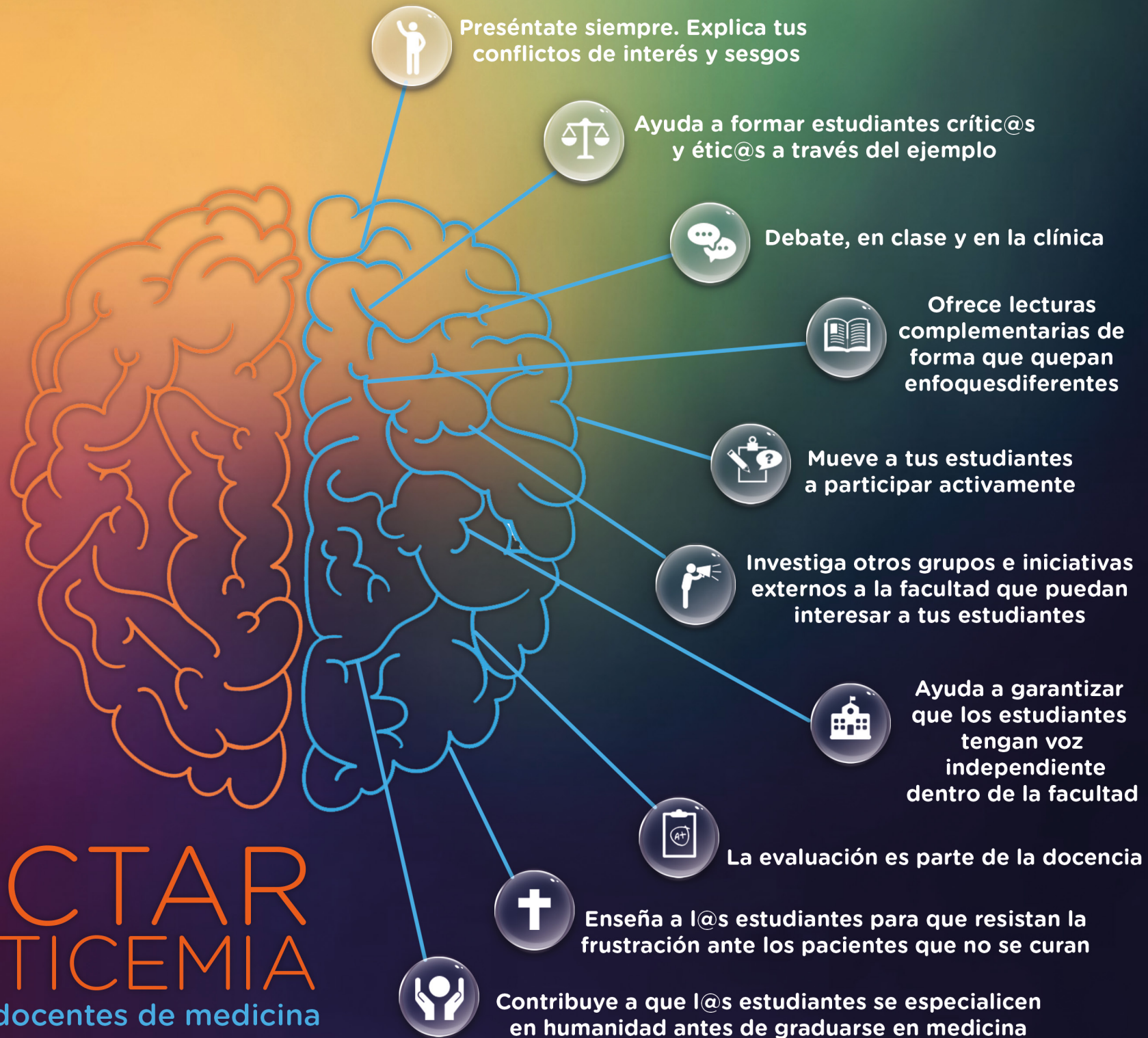
Ten en cuenta que el diagnóstico tiene que ser oportuno y cierto, por lo que a veces el diagnóstico precoz no es conveniente. Se puede decidir una terapéutica prudente sin llegar a un diagnóstico definitivo; estudia y aprende para lograrlo. Por otra parte, acepta que la medicina no evita la muerte, sino algunas causas de muerte, por lo que un diagnóstico mortal no es un fracaso, sino el comienzo de un proceso de atención para lograr una buena muerte.



Sé humilde. Mantén la mente abierta a críticas y sugerencias.



Cuando seas tú el/la paciente, aprovecha para aprender desde esa perspectiva.

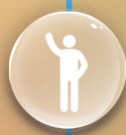


INFECTAR ESCEPTICEMIA

Propuestas para docentes de medicina

INFECTAR ESCEPTICEMIA

Propuestas para docentes de medicina



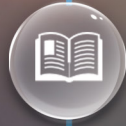
Preséntate siempre. Explica tus conflictos de interés y sesgos a estudiantes y pacientes.



Ayuda a formar estudiantes crític@s y étic@s a través del ejemplo. No temas compartir tus dudas, el ejercicio de la ética de la ignorancia es un aspecto clave en la relación médico-paciente y docente-estudiante.



Debate, en clase y en la clínica. Lo básico se puede aprender en casa, usa el tiempo presencial para destacar los aspectos más polémicos. Dedicar una parte de tu tiempo docente a presentar temas controvertidos, de actualidad o que el alumnado vea valioso discutir. Si el tiempo presencial se queda corto, propón espacios virtuales.



Ofrece lecturas complementarias de forma que quepan enfoques diferentes. L@s estudiantes deben aprender a defender posturas razonadas y fundadas en la mejor ciencia.



Mueve a tus estudiantes a participar activamente. "Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo". Al explicar, céntrate en los motivos y valores del porqué lo haces.



Investiga otros grupos e iniciativas externos a la facultad que puedan interesar a tus estudiantes, participa en ellos y difúndelos.



Ayuda a garantizar que los estudiantes tengan voz independiente dentro de la facultad. Asegura tiempo y medios para hablar de problemas sobre el método docente y el plan de estudios. Sé humilde y pide su opinión acerca de tu docencia.



La evaluación es parte de la docencia. Admite anulaciones e impugnaciones basadas en libros, documentos y artículos, no en la presentación usada en clase. No exacerbés la competitividad, será contraproducente. El objetivo no es aprobar sino aprender. Crea evaluaciones que discriminen de manera adecuada y asegura medidas para evitar trampas.



Enseña a l@s estudiantes para que resistan la frustración ante los pacientes que no se curan, que son mayoría, y para que acepten que el objetivo de la medicina es a veces curar, en muchos casos evitar y siempre aliviar y acompañar.



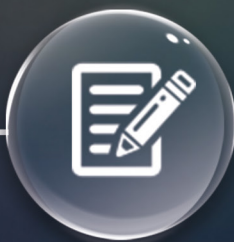
Contribuye a que l@s estudiantes se especialicen en humanidad antes de graduarse en medicina. Que aprendan a explorar y a respetar lo físico, lo psíquico y lo social; la cultura, las expectativas y los valores de los pacientes-familias-comunidades. Que sepan identificar y enfrentarse a los errores clínicos. Que sean científicos, "humanos", empáticos y asertivos. Que aprendan las habilidades sociales necesarias para atender de manera digna a todo paciente.



Vídeo
Presentación
de la Guía



Blog
Secuelas de
Escepticismo



Proyecto de
#SiapBilbao



Infografía
@Blog_REAP



Gracias a
Paula, Borja, Juan Gervas
y demás colaboradores