

## [ EL REPORTAJE DEL DÍA ]

**FORMACIÓN** La habilidad comunicativa ha de figurar en el portafolio del MIR para relacionarse de forma correcta con los pacientes y con los compañeros de equipo, pero lo cierto es que los futuros especialistas observan esa competencia como una *maría* que no requiere esfuerzos.

Tampoco son conscientes de que una mala gestión de la comunicación podría aumentar de forma significativa su estrés. Por ello, los expertos en la materia creen que es preciso que las facultades de Medicina incluyan una asignatura sobre habilidades de comunicación en sus planes de estudio.

# El MIR subestima las habilidades comunicativas

■ Santiago Rego Santander

Buena parte de los problemas del médico para trabajar en equipo y mantener una relación intensa y fluida, y a veces emotiva, con el paciente se solucionarían si la Universidad incluyera en los planes de estudio de Medicina una asignatura sobre habilidades de comunicación. Se trata de un saber que ahora mismo se considera una *maría*, y que los MIR conocen, salvo excepciones, de manera apresurada en un taller de poca duración cuando se incorporan a los centros donde realizan la especialidad. Esta es la conclusión de los médicos que han dirigido los talleres de habilidades comunicativas para MIR que se han celebrado en el Congreso Cooperación y MIR, organizado por el Colegio de Médicos de Cantabria y la OMC, y en donde ha quedado claro que hay que aprovechar el periodo de residencia para adquirir buenas habilidades y recursos en la práctica profesional, aprendiendo de expertos.

### Un MIR responsable

"El residente ha de procurarse formación y apoyo para saber afrontar momentos de ansiedad y de estrés, y para aprender a manifestar sus sentimientos de manera racional y ajustada a las situaciones de un profesional que ya no es un estudiante. Y ese nuevo papel de profesional significa exigencia y responsabilidad", explica Eulalia Massachs, médico y coordinadora de Formación de la Fundación Galatea, quien ha reclamado la presencia de esta materia comunicativa durante el grado. Massachs dice que es imprescindible que los médicos se sientan parte de un equipo, ya que entonces "habrá menores niveles de estrés, tendrán la percepción de ser más útiles, sentirán más apoyo y menos sobrecarga, la cohesión del equipo como unidad organizativa será mayor, y se logrará un liderazgo efectivo con



Las Facultades de Medicina deberían incluir una asignatura sobre habilidades de comunicación en sus planes de estudio.

**El médico de primaria tiene una predisposición mayor que el de especializada para conseguir una buena relación con el enfermo**

autonomía de gestión y poder de decisión".

A un taller de habilidades de comunicación no se ha de ir nunca obligado. "Es necesario contar con los que quieren estar voluntariamente, y nada de perder el tiempo con los que sólo apuestan por lo técnico y dejan a un lado la relación con sus compañeros y el paciente", dice José Ramón Gómez, psicólogo clínico del Servicio Cántabro de Salud (SCS). Gómez ha incidido en que los residentes y los tutores, además de los profesionales de los servicios de prevención de riesgos laborales, deben adquirir habilidades para no desgastarse profesionalmente, lo que no se consigue, según Gómez, con un taller de 6 horas con nociones básicas. "Se trata de dominar una serie de recursos que les ayudarán a



Eulalia Massachs, Ana Sobrino, Sonia Cibrián, José Ramón Gómez y Nuria Ros.

afrontar todos los retos que tiene la Medicina. El MIR asume nuevas responsabilidades, comienza a hacer guardias y rota por diferentes servicios, lo que le va comporta niveles de estrés que ha de controlar".

A juicio de Sonia Cibrián y Nuria Ros, médicos de Familia y miembros del grupo estatal Comunicación y Salud, los datos confirman que la Medicina es una profesión con riesgos psicosociales que puede hacer especial-

mente vulnerable al médico joven si no sabe manejar adecuadamente la competencia comunicativa. "La residencia es un periodo de aprendizaje proclive al estrés, que puede afectar al proceso de formación del médico, pero también es un momento idóneo para adquirir habilidades y competencias frente a compañeros y pacientes", dice Ros.

Tanto Cibrián como Ros, que han dirigido el taller *Dos se entienden, aunque uno no*

quiera, abogan por un ejercicio profesional saludable. Para ello, instan a los MIR a formarse en habilidades de relación y de comunicación, y ello significa trabajo en equipo, comunicación con el paciente, gestión de emociones, saber cómo dar malas noticias, formarse en gestión de conflictos, adquirir conocimientos éticos y legales y cuidar las relaciones personales y el tiempo de ocio. "La Medicina comporta enfrentarse a situaciones

Las guardias y las urgencias producen gran estrés en el MIR, que se podría mitigar con una mejor comunicación con el paciente

con una fuerte carga emocional, y dentro de un sistema organizativo que no siempre dispone de las condiciones adecuadas para dar suficiente apoyo al MIR", han manifestado.

### Controlar el estrés

En opinión de Ana Sobrino, médico de Familia del SCS, son varios los factores que generan estrés en los futuros especialistas. "El estar cara a cara con el paciente en un sistema sanitario que plantea dilemas éticos y morales, y la necesidad de estar al día en conocimientos y tecnologías que avanzan constantemente en un escenario laboral incierto, acentúan la necesidad de desarrollar buenas habilidades de comunicación". Así, Masachs ha destacado que las guardias y las urgencias son algunos de los factores más importantes de malestar y estrés para el residente. "A los médicos no nos asusta el trabajo, porque es una profesión vocacional, pero sí nos afectan las condiciones en las que se desarrolla. Por ello, el MIR que se encuentre ante situaciones difíciles, ya sean profesionales o personales, debe pedir ayuda y consejo a los demás. La experiencia de los residentes más mayores le será útil". Gómez, no obstante, observa mejor que una mayor predisposición comunicativa en el personal de atención primaria que en el de especializada. "Cada vez hay más médicos de ambos niveles interesados en formarse en el trabajo en equipo y en lograr una buena relación con el enfermo. Los pacientes y sus problemas constituyen una relación intensa y en ocasiones muy emotiva".