

La felicidad en las ciencias de la salud, un asunto curricular

Happiness in the health sciences: a curricular matter

Pasar la Felicidad de un propósito personal a uno formativo-educativo es el fin último de la profesión médica.

A. Flexner 1856-1959

Juan de Dios Villegas Perea

Decano. Facultad de Ciencias de la Salud.

Fundación Universitaria San Martín, sede Cali.

Email: juan.villegas@sanmartin.edu.co

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0843-8459>

Jobany Castro Espinosa

Coordinador de Investigación. Fundación Universitaria San Martín.

Facultad de Ciencias de la Salud, sede Cali.

Email: jobany.castro@sanmartin.edu.co

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3476-248X>

En el presente volumen de la revista sanmartiniana de ciencias de la salud, se aborda la temática del bienestar estudiantil y su asociación con los procesos formativos, donde se destaca a los estudiantes como sujetos de la acción integral del medio universitario, de cuyo arte resulta, en parte, el rendimiento académico y su futuro profesional

Desde esta perspectiva, es preciso plantearse la felicidad, como un propósito a construir en el proceso formativo¹, en tanto cubre las expectativas instrumentales del aprendizaje disciplinar, como instrumento de productividad y de servicio, a la vez que armoniza el proceso de crecimiento cognoscitivo con la autopercepción de realización y plenitud personal.

La búsqueda de la felicidad ha sido un tema central en la investigación psicológica y médica, y su importancia se ve acentuada en poblaciones específicas, como los estudiantes universitarios, particularmente aquellos que están inmersos en programas de formación

profesional exigentes, como la carrera de medicina^{2,3}. Los estudiantes de medicina enfrentan una serie de desafíos únicos, incluyendo una carga académica considerable, altos niveles de estrés, y demandas emocionales y psicológicas inherentes al cuidado de la salud humana⁴.

Aunque tradicionalmente se ha asumido que el éxito académico y la consecución de objetivos profesionales, son indicadores reveladores del bienestar en este grupo, la investigación reciente sugiere que la felicidad subjetiva juega un papel crucial en su experiencia universitaria y en su futura práctica médica⁵. La felicidad subjetiva, definida como la evaluación cognitiva y afectiva de la propia vida, ha demostrado estar asociada con una serie de resultados positivos, como una mejor salud física y mental, relaciones interpersonales más satisfactorias y un mayor rendimiento académico⁶.

Sin embargo, a pesar del creciente interés en este tema, existen pocos estudios que examinen de manera integral los factores que influyen en la felicidad subjetiva de los estudiantes de medicina en contextos específicos, como Colombia. El estudio “Felicidad y factores relacionados en estudiantes de medicina de cinco regiones del país”⁷ muestra asociación estadísticamente significativa para nueve escalas relacionadas con la felicidad: edad, sexo, depresión, ansiedad, apoyo social, sedentarismo, calidad del sueño, religiosidad y Apgar familiar, entre los cuales destacan en su orden como factores positivos, el apoyo familiar y social, el sexo masculino, la edad de adulto joven y la actividad religiosa-espiritual.

Dado que en su definición perceptiva “la felicidad se entiende como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado”⁸, y que, como modelo referencial, resulta de la combinación de factores genéticos, neurocientíficos, psicológicos y socioambientales⁹, es necesario gestionarlos de manera deliberada en el día a día.

Esta gestión debe incorporarse al proceso formativo y contemplarse en la dinámica pedagógica expresada en el plan de estudios y el diseño curricular. De este modo, se convierte en un eje articulador que mantiene la cohesión teleológica y propositiva de los programas¹⁰, aspiración última de todas las Instituciones de Educación Superior (IES): contribuir a mejorar la vida de sus estudiantes mientras buscan descubrir quiénes son y cómo pueden prosperar; y que no resulte como un agregado inconexo y anecdótico de un seminario o charla aislada. Es así como, universidades tales como la Fundación Universitaria San Martín, incluyen la felicidad como núcleo integrador en el proceso de formación de sus estudiantes.

Según el arquetipo de felicidad adoptado por cada programa o escuela, su operacionalización puede darse desde diversas orillas, así: creación de capacidades¹¹, como la monitorización de categorías mínimas deseables de bienestar: vida, salud física, integridad física, sentidos-imaginación-pensamiento, emociones, razón práctica, afiliación, juego, relación con otras especies, control sobre el entorno. Pero también en la ejercitación proactiva del pensamiento crítico, del análisis de posturas filosóficas, de enriquecimientos literarios, de tutorías psicológicas personalizadas, de ejercicios para el desarrollo espiritual, y programas de caracterización de riesgos académicos, familiares, psicosociales y adaptativos, y actividades de convivencia.

En tal sentido, se convierte en un reto de escuela, que involucra a todos los actores: estudiantes-profesores-institución. No es tarea de un experto, sino el desarrollo de una cultura colectiva, para crear condiciones de bienestar que redunden en recuperar la más alta aspiración profesional, ser felices.

Referencias bibliográficas

1. Narro-Robles J. III. La herencia de Flexner: Las ciencias básicas, el hospital, el laboratorio, la comunidad. *Gac Med Mex.* 2004;140(1):83-90. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0016-38132004000100009
2. Diener E, Seligman MEP. Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychol Sci Public Interest.* 2004;5(1):1-31. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
3. Lyubomirsky S. *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want.* New York: Penguin Press; 2007. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/2008-05086-000>
4. Veenhoven R. Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. *J Happiness Stud.* 2008;9:449-69. doi:10.1007/s10902-006-9042-1. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9042-1>
5. Seligman MEP, Steen TA, Park N, Peterson C. Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *Am Psychol.* 2005;60(5):410-21. doi:10.1037/0003-066X.60.5.410. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16045394/>
6. Diener E, Suh EM, Lucas RE, Smith HL. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychol Bull.* 1999;125(2):276-302. doi:10.1037/0033-2909.125.2.276. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/1999-10106-007>.
7. Villegas Perea JD. Relación entre apoyo social percibido y felicidad en estudiantes de medicina de cinco regiones de Colombia. En: Memorias II Congreso Internacional de Investigación *San Martín Investiga* 2021. Cali: Fundación Universitaria San Martín; 2021. p. 45-52. Disponible en: <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/PS5FA>
8. Alarcón R. Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad. *Interam J Psychol.* 2006;40(1):99-106. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440110>
9. Farhud DD, Malmir M, Khanahmadi M. Happiness & Health: The Biological Factors – Systematic Review. *Iran J Public Health.* 2014;43(11):1468-77. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26060713/>
10. Abdallah S, Mahoney J. Measuring eudaimonic components of subjective well-being: Updated evidence to inform national data collections. *OECD Papers on Well-being and Inequalities.* 2024;(30). doi:10.1787/4ca48f7c-en. Disponible en: <https://doi.org/10.1787/4ca48f7c-en>
11. Nussbaum, M. C. Crear capacidades, propuesta para el desarrollo humano., Paidós Estado y sociedad.