Ámbitos de felicidad en la Dermatología mexicana

Leonel Fierro-Arias

Fields of happiness in Mexican Dermatology.

“ :) ”

ANÓNIMO

En los últimos años se ha prestado especial atención a los asuntos relacionados con las percepciones de felicidad y satisfacción laboral de los profesionales de la salud. Estos conceptos se relacionan con dos factores importantes: el primero se refiere a la situación propia del médico en su entorno de trabajo y que puede detonar manifestaciones, como el síndrome de desgaste laboral; el segundo, en consecuencia, son las implicaciones de estos fenómenos en la eficiencia, calidad y calidez en la atención que los facultativos brindan a sus pacientes.

La felicidad se define como un estado de grata satisfacción física y espiritual. Sin embargo, con los años, y derivado de distintos estudios conductuales, sociológicos, evolutivos, de emotividad e incluso de macro y microeconomía, los conceptos integrales de la felicidad engloban una gran variedad de elementos que confluyen de manera distinta en cada persona o en grupos a los que se pertenece por una u otra razón. Se ha propuesto dividir al bienestar del individuo en dos preceptos generales: el “hedónico”, que implica la percepción del placer momentáneo, con sensaciones transitorias como alegría por un acontecimiento aislado o por satisfacción de los deseos inmediatos, y el “eudaimónico”, que se consolida a mediano o largo plazo tras la autorrealización, el crecimiento y la madurez, así como el cumplimiento de metas y necesidades.

Todos los días estamos expuestos a eventos modificables y a otros que no lo son, pero que en suma contribuyen a la ge-

Cirujano Dermato-Oncólogo. Hospital General de México Dr. Eduardo Liceaga, Secretaría de Salud, Ciudad de México.

Recibido: febrero 2016

Aceptado: junio 2016

Correspondencia

Dr. Leonel Fierro Arias
leofierro@yahoo.com

Este artículo debe citarse como

Fierro-Arias L. Ámbitos de felicidad en la Dermatología mexicana. Dermatol Rev Mex. 2016 sep;60(5):369-371.

neración de sensaciones diversas en nuestro interior. Por ejemplo, no podemos cambiar las condiciones ambientales o del entorno en el que nos desenvolvemos con facilidad, aunque podemos decidir con quién nos relacionamos o la manera en que afrontamos nuestros problemas y desahogamos nuestras tensiones. Es decir, la felicidad o infelicidad también se genera en nuestro interior y no solamente depende de los componentes que nos rodean.

Expertos en la materia han destacado puntos relevantes que nos llevan a comprender nuestras satisfacciones. Con base en diversas fuentes, sabemos que la felicidad es relativa y depende en gran medida del qué o con quién la comparemos; “la felicidad” puede ser una sensación pasajera, sobre todo en la fase hedónica y que, en corto tiempo, el individuo podría experimentar sensaciones contrastantes, como frustración, angustia, insatisfacción, etc. Entre los elementos precisos que despiertan mayor sensación de felicidad están: el prestigio, la convivencia y unión con la familia o con los amigos; la capacidad de dar a los demás y compartir con ellos, como concepto de generosidad y el altruismo; también las condiciones del entorno social, el soporte de las instituciones, las condiciones de servicios de salud y expectativa de vida, el ingreso *per cápita* y la sensación de libertad. Se sabe que en muchos casos, las personas son más felices cuando desarrollan algo productivo (como lo es en el trabajo) frente a cualquier otra actividad y esto se relaciona con la sensación del deber cumplido.

En investigación existen distintos métodos para medir la felicidad y resulta complejo determinar el ideal para cierta población o para determinado momento; además, a lo largo de la vida podremos experimentar diferentes nociones de este precepto. Sin embargo, en términos generales, se ha entendido que las personas somos muy felices en la primera infancia, lo

que disminuye con la edad y somos menos felices en la edad adulta, alrededor de los 35 años, cuando tenemos muchas responsabilidades: familia, educación, mantenimiento de una casa, establecer una buena actividad profesional, etc. Después, los niveles de felicidad aumentan poco a poco, con lo que se establece una recuperación con una curva en forma de “J” invertida; esta progresión continúa con el tiempo y lo ideal es llegar a la gráfica en modo de “U”, porque entendemos que las personas mayores suelen ser más felices que las adultas, a menos que tengan algún problema grave o que no sepan cómo disfrutar del tiempo libre. En fin, hay un sinnúmero de vertientes interesantes respecto al tema que implica aspectos históricos, neurofisiológicos y de neurotransmisores, hormonales, somato-psíquicos, filosóficos y otros que seguramente aún no descubrimos.

Es posible, entonces, que los dermatólogos tengamos necesidades específicas para conceptualizarnos como felices o satisfechos, no sólo en el ámbito laboral, sino también en el personal, familiar, social e incluso al percibirnos como parte de un mismo gremio. Estas necesidades particulares pueden implicar elementos a considerar desde nuestra formación básica, porque es bien conocido que los estudiantes de medicina tienen niveles de estrés superiores a los de otras carreras y que continúan a plazo más largo durante la residencia.

La formación del dermatólogo parece que cuenta con elementos especiales que determinan la posibilidad de sentirnos satisfechos a largo plazo por haber elegido esta especialidad; algunos de ellos son: tener una figura mentora en nuestro desarrollo académico que estimulará nuestras capacidades de estudio, la escuela de posgrado en la que nos formamos, la oportunidad de desarrollarnos en un empleo próspero y en un ámbito de negocio que sea fructífero a corto, mediano y largo plazo; saber que en compa-

ración con lo que sucede en otras áreas de la Medicina, tenemos horarios más aceptables (no por ello más fáciles) y la frecuencia con la que enfrentamos enfermedades mortales es menor; además, los resultados de nuestros tratamientos pueden percibirse claramente y en ocasiones a corto plazo, lo que favorece la empatía y la buena relación en el vínculo médico-paciente.

Inferimos que los dermatólogos en México tenemos muchos factores favorables para sentirnos satisfechos y con altos niveles de felicidad, dado que contamos con un entorno lleno de elementos que resultan óptimos para un buen desarrollo profesional y de la vida misma. Nuestro país está lleno de magia, historia, música, baile, colores, gastronomía variada, calidez humana, optimismo, fraternidad, hospitalidad y otros elementos culturales que alimentan el espíritu, y aunque estamos conscientes de que existen problemas sociales todos los días, en general, nos percibimos como un pueblo alegre y animoso. Los estudios más recientes acerca de felicidad global ubican a los mexicanos entre los primeros lugares en nuestro continente.

Motivados por estos conceptos decidimos realizar un estudio para conocer los niveles de satisfacción y felicidad en nuestro gremio. Fue un trabajo que realizamos con entusiasmo, dedicación y constante esfuerzo, en el que convocamos la participación de los dermatólogos que ejercen en nuestro país, egresados de alguna institución de posgrado formadora de especialistas. Contamos y agradecemos el apoyo para la difusión del instrumento de encuesta a la Academia Mexicana de Dermatología, Sociedad Mexicana de Dermatología y Sociedad Mexicana de Cirugía

Dermatológica y Oncológica. Sin duda, los resultados son interesantes y próximamente serán revelados en una publicación con divulgación nacional e internacional. Además, este modelo de estudio se replicará en otras latitudes, pues validamos los instrumentos y, con el apoyo del Colegio Ibero-Latinoamericano de Dermatología (CILAD), estaremos en condiciones de iniciar el proyecto de análisis con colegas de otras naciones.

Así, se ha iniciado una nueva experiencia en la investigación acerca de los patrones de comportamiento emotivo y cognitivo en nuestra especialidad, que incluso podrán compararse que con los de otros especialistas en diferentes áreas de la Medicina. Entendemos que la nuestra abarca diferentes esferas de estudio y ejercicio, entre las que el humanismo aún tiene panoramas dignos de explorarse.

Cada uno de nosotros podremos interpretar y encontrar la felicidad de diferentes maneras: en la salud, el amor, la familia, la fama y otras tantas, pero en la búsqueda de la satisfacción integral parece determinante la exploración profunda de nuestro propio ser para concebir, como indica la frase de Víctor Hugo (1802-1885) en su obra *Los Miserables*: “La felicidad suprema en la vida es tener la convicción de que somos amados, amados por nosotros mismos, o mejor dicho, a pesar de nosotros mismos”.

Se abren, entonces, puertas para nuevas historias en nuestro quehacer profesional y personal en el que deseamos percibirnos como seres íntegros, exitosos y realizados; mientras esto sucede... ¡seamos felices!