

Síndrome Metabólico: Una perspectiva Gestáltica y Multidimensional en la Práctica Médica

Mtra. Silvia Juárez Juárez
Centro de Desarrollo Humano y Psicoterapia Gestalt
Oaxaca de Juárez, Oaxaca
drasilviajuarez05@gmail.com

Mtra. Daniela Solís Morán
Centro de Desarrollo Humano y Psicoterapia Gestalt
Durango, Dgo.
psict.danysolis@gmail.com

Introducción

La salud integral del personal médico se ve profundamente influenciada por factores sociales, psicoemocionales y espirituales, los cuales impactan directamente en sus decisiones alimentarias y hábitos de vida. La presión laboral, el estrés y las altas demandas emocionales propician patrones de alimentación poco saludables que incrementan el riesgo de desarrollar Síndrome Metabólico (SM) y Resistencia a la Insulina (RI). Estas condiciones, asociadas a múltiples factores biológicos, conductuales y ambientales, representan una amenaza creciente para la salud pública. En este contexto, resulta prioritario visibilizar cómo las dinámicas emocionales y sociales del entorno médico inciden en su bienestar integral. Esta investigación propone comprender dichas problemáticas para fundamentar estrategias integrales de autocuidado y prevención.

Problemáticas:

- El Médico general elige alimentos de manera impulsiva.
- Al momento de ingerir sus alimentos charlan la mayor parte del tiempo con un tono de voz elevado llegando a gritar por algo que ocurrió en el pasado, al igual que comienzan a consumir bebidas embriagantes y psicoestimulantes Problemas emocionales, psicológicas y espirituales
- Los médicos no cuentan con espacios y programas adecuados para la expresión de sus emociones y sentimientos, ni con estrategias solidas de autocuidado integral, lo cual los lleva a normalizar el malestar emocional, el descuido físico y espiritual.

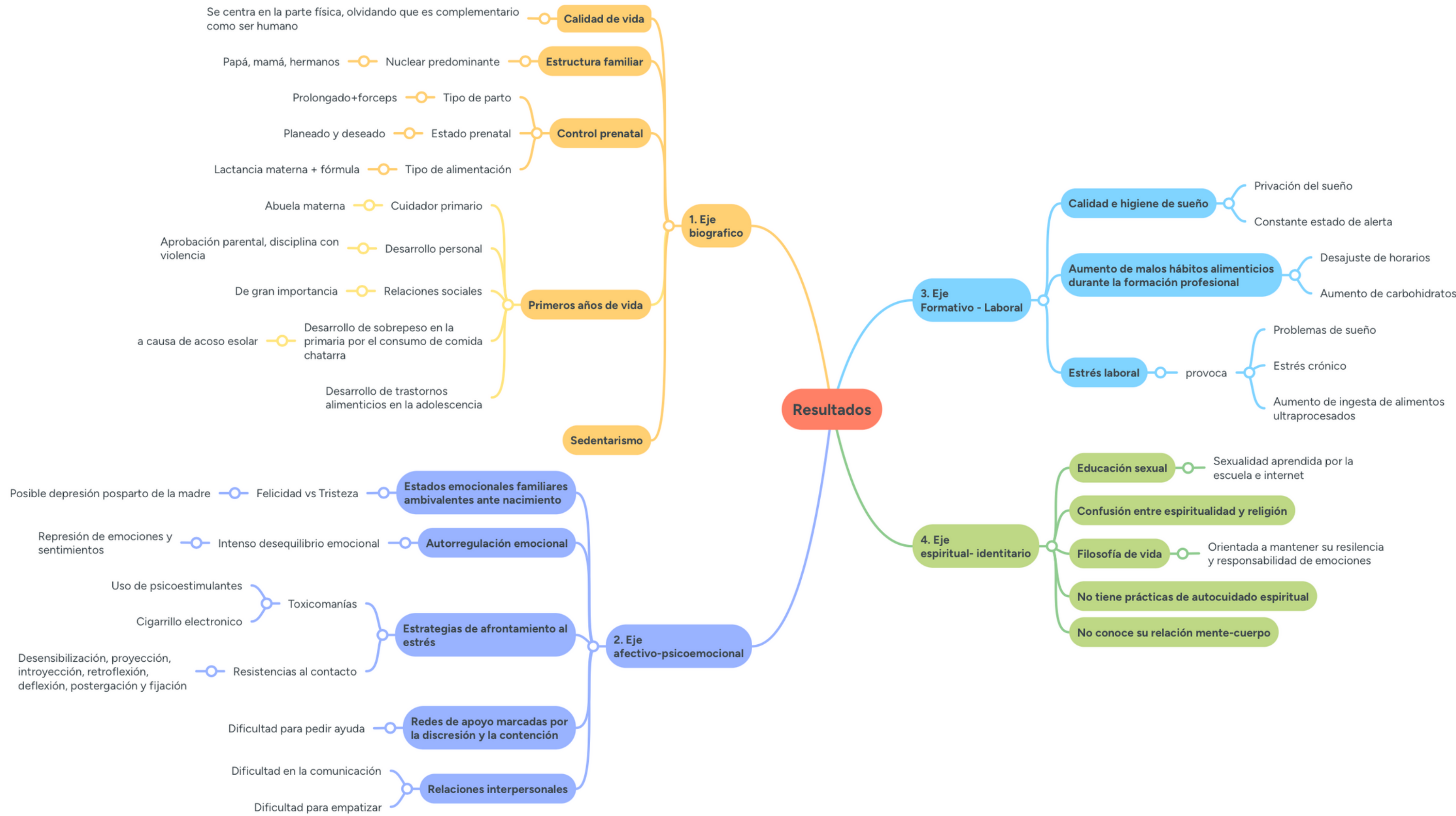
Objetivos:

Comprender los factores psicoemocionales, sociales y espirituales que influyen en las decisiones alimenticias del médico general y residentes en contextos laborales y personales, y su relación con el desarrollo del Síndrome Metabólico, Resistencia a la Insulina y sus complicaciones.

Metodología

TIPO DE INVESTIGACIÓN	De carácter cualitativo y con enfoque fenomenológico. El diseño fenomenológico, permite explorar, describir y comprender experiencias humanas para identificar elementos comunes de dichas vivencias. A través de narrativas, se analizan las percepciones subjetivas que vinculan estos factores con el desarrollo del SM y la RI. Este enfoque posibilita una comprensión profunda del fenómeno estudiado.
PARTICIPANTES	Médicos que presenten características demográficas similares, con edades entre los 30 y 55 años, que estén actualmente en ejercicio.
MATERIALES Y PROCEDIMIENTO	Incluye: 1. Observación naturalista (registros fotográficos), 2. Entrevistas a profundidad, 3. Guía de observación, 4. Entrevista semiestructurada, 5.Encuesta estructurada.
ESCENARIO	Las entrevistas se realizaron de manera presencial, 3 vía Zoom, con 4 participantes del Estado de Oaxaca y 4 del estado de Durango.
ANALISIS DE DATOS	Se identificaron 4 ejes (Biografico, Afectivo-psicoemocional, Formativo-Laboral, y Espiritual-Identitario) que fueron alineadas a los objetivos de la investigación y incorporando las categorías emergentes. Posteriormente, se elaboró la propuesta de investigación.

Resultados



Propuesta de Intervención

La propuesta de investigación se configura como un compendio estructurado de estrategias y herramientas fundamentadas en evidencia científica, orientadas a promover el bienestar biográfico afectivo-emocional, formativo-laboral y Espiritual - Identitario, derivadas del análisis de los resultados obtenidos en el estudio.

Referencias

- Aviles, J. A. (2024). El reconocimiento de la multidimensionalidad del ser humano. [Tesis de pregrado, Universidad de ciencias aplicadas y ambientales. Bogotá, Colombia]. Archivo digital. <https://repository.udca.edu.co/server/api/core/bitstreams/5e0ac81d-58d0-43b0-9588-50b53776140a/content>
- Bolgeri P., González, M., da Silva, G., Oróstigue, I., Rojas, I. & Santelices, N. (2022). Habilidades de comunicación interpersonal en estudiantes de psicología. Límite (Arica), 17, 9. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-50652022000100209>
- Cruz, F. J. (2021). Factores de riesgo y síndrome metabólico. Psic-Obesidad, 11 (44), 27-35
- López, S., Chaparro, G., Herrera, I., Rivera, M., Castillo, L., Silverio, A., Solís, A., Fernández, I. y Alvarado, J. (2020). La complejidad y lo transdiciplinario en el ámbito de la salud. UNAM.
- Salama, H. (2002). Psicoterapia gestalt. Proceso y metodología (3era ed.). Alfamomega