Rev Colomb Cir. 2027;42:23-6
https://doi.org/10.30944/20117582.3458

ARTÍCULO DE REFLEXIÓN

Cuando el piso se nos mueve: La resiliencia en la vida del cirujano

When the ground shifts beneath us: Resilience in the life of a surgeon

Robin Germán Prieto-Ortiz, MD

Centro de Enfermedades Hepáticas y Digestivas CEHYD, Bogotá, D.C., Colombia.

Es normal sentir miedo

El terremoto del 10 de agosto de 2026 nos recordó, de una manera inesperada y dolorosa, que aquello que consideramos firme puede estremecerse en cualquier momento. Frente a un sismo, aparecen el desconcierto, el miedo y la necesidad inmediata de encontrar un punto de apoyo. Sin pretender comparar la magnitud de esa terrible tragedia natural con las dificultades de la vida profesional, se puede decir que los cirujanos también experimentamos momentos en los que sentimos que el piso se mueve debajo de nuestros pies.

Durante la especialización, esos movimientos pueden aparecer ante una complicación inesperada, una evaluación desfavorable, una decisión difícil, una jornada extenuante o la sensación de que todavía no poseemos los conocimientos suficientes para poder enfrentarnos a los pacientes o a la vida profesional. En esos momentos, el médico residente puede preguntarse si realmente tiene la capacidad para convertirse en el cirujano que alguna vez imaginó.

La formación quirúrgica exige enfrentar altos niveles de estrés, carga laboral y responsabilidad, factores que pueden contribuir al agotamiento profesional. Pero cuando llega el momento de convertirse en especialista, el título tampoco garantiza estabilidad. Aparecen otros "temblores": conseguir empleo, enfrentar la competencia, responder a las exigencias institucionales, construir una práctica profesional, asumir responsabilidades económicas y tomar decisiones sin tener siempre cerca al profesor que antes ofrecía una respuesta. La transición entre la época de formación y la vida laboral puede convertirse en una etapa particularmente vulnerable.

Palabras clave: cirujanos; resiliencia psicológica; agotamiento profesional; salud mental; apoyo social; mentores.

Keywords: surgeons; psychological resilience; professional burnout; mental health; social support; mentors.

Fecha de recibido: 12/09/2026 - Fecha de aceptación: 25/09/2026 - Publicación en línea: 26/11/2026
Correspondencia: Robin Germán Prieto-Ortiz, Calle 127 # 19 A 28, consultorio 412, edificio Acomédica I, Bogotá, D.C., Colombia. Teléfono: +57 317 367 3337. Dirección electrónica: rgprietoo@hotmail.com
Citar como: Prieto-Ortiz RG. Cuando el piso se nos mueve: La resiliencia en la vida del cirujano. Rev Colomb Cir. 2027;42:23-6. https://doi.org/10.30944/20117582.3458

Este es un artículo de acceso abierto bajo una Licencia Creative Commons - BY-NC-ND https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es

EN PRENSA

Con los años, tampoco desaparecen las dificultades. El cirujano experimentado puede enfrentarse a una complicación grave, a la pérdida inesperada de un paciente, a conflictos institucionales, a cambios en la práctica profesional, a problemas personales o simplemente al cansancio acumulado después de muchos años de ejercer una profesión exigente. La experiencia proporciona herramientas para afrontar las dificultades, pero no convierte al médico en una persona invulnerable.

Existe, además, otro terremoto menos visible: el que ocurre cuando intentamos investigar y escribir. Todos quienes hemos elaborado un artículo científico conocemos esa sensación. La base de datos parece insuficiente, los resultados no son los esperados, el análisis estadístico plantea nuevas preguntas o el manuscrito regresa con numerosas observaciones de los revisores. A veces simplemente dejamos de encontrar las palabras, y quedamos en blanco ante la pantalla del computador, mientras pensamos que ya no sabemos cómo continuar.

Ese momento no debería interpretarse como incapacidad. La escritura científica es una actividad compleja y requiere aprendizaje, disciplina, acompañamiento y revisión permanente. Especialmente para los investigadores jóvenes, contar con profesores o colegas que orienten la estructura del manuscrito, la interpretación de los resultados y la respuesta a los revisores pares puede transformar una tarea aparentemente imposible en un proceso de aprendizaje.

Buscando en qué apoyarnos

Cuando el suelo tiembla, una de las primeras cosas que hacemos es buscar apoyo. Después de un desastre natural, las personas se acercan a sus familiares, vecinos y comunidades. Algo semejante debe ocurrir en nuestra profesión. Cuando un residente enfrenta una dificultad, cuando un colega atraviesa una complicación o cuando un investigador siente que no puede terminar su trabajo, necesitamos recordar que no tenemos que enfrentar todas las dificultades solos.

De esta forma, la figura del mentor adquiere especial importancia. Un buen profesor no enseña únicamente una técnica quirúrgica, también transmite seguridad, escucha, orienta y ayuda a interpretar los momentos difíciles. La mentoría permite compartir experiencias y comprender que muchas de las situaciones que hoy parecen insuperables ya fueron enfrentadas por otros. Pedir consejo no disminuye la autonomía del cirujano; demuestra capacidad para reconocer los límites propios y utilizar adecuadamente los recursos disponibles [1].

El acompañamiento, después de un evento adverso, es particularmente importante. Tanto los médicos residentes como los especialistas pueden experimentar culpa, ansiedad, tristeza o pérdida de confianza después de una complicación o de la muerte inesperada de un paciente. Este fenómeno, conocido como el "síndrome de la segunda víctima", demuestra que el impacto de la atención médica no siempre termina en el paciente y su familia; también puede afectar profundamente al profesional que participó en el proceso [2].

Por eso necesitamos una cultura quirúrgica en la que sea posible hablar. Hablar después de una complicación, después de un fracaso, cuando estamos agotados o cuando sencillamente sentimos que algo no está bien. Durante mucho tiempo la cultura médica ha asociado fortaleza con silencio y resistencia. Sin embargo, reconocer la vulnerabilidad y buscar ayuda puede constituir precisamente una expresión de responsabilidad profesional.

La resiliencia, una estructura antisísmica

La resiliencia no significa soportarlo todo. No consiste en trabajar hasta el agotamiento, ocultar el sufrimiento o continuar indefinidamente sin pedir ayuda. El desgaste profesional (*burnout*) entre cirujanos constituye un problema reconocido, que afecta el bienestar del profesional, así como la calidad y la seguridad de la atención [3]. Cuidar al cirujano no es un acto de indulgencia: es también una estrategia para proteger al paciente y preservar la calidad de nuestra profesión.

EDITORIAL

La verdadera resiliencia se parece más a la reconstrucción después de un terremoto. Primero reconocemos el daño; luego evaluamos qué ocurrió, identificamos las vulnerabilidades y buscamos construir nuevamente sobre bases más seguras. Algo similar debería suceder después de una crisis profesional. Una complicación puede convertirse en una oportunidad para aprender; un manuscrito rechazado puede ser el comienzo de una versión mejor; una dificultad laboral puede llevarnos a replantear nuestras prioridades. La adversidad no tiene por qué ser el final de la historia.

La investigación ofrece un ejemplo particularmente claro. Cuando un artículo es rechazado o se piden cambios mayores, la solución no consiste en abandonarlo, sino en buscar ayuda: pedir a un colega que lo lea, consultar a un estadístico, discutir nuevamente la pregunta de investigación o revisar la metodología. Los trabajos científicos rara vez son producto exclusivo de una persona; detrás de una publicación suele existir un equipo que pregunta, corrige, discute y vuelve a comenzar [4].

Esta forma de entender la profesión debería enseñarse desde la residencia. Los futuros cirujanos necesitan aprender procedimientos y conocimientos, pero también deben aprender a reconocer sus límites, solicitar ayuda y apoyar a sus compañeros, y entender que el hacerlo no les quita nada, pero en cambio, les puede aportar mucho. Una buena comunidad quirúrgica no es aquella en la que nadie tiene dificultades, sino aquella en la que quien las tiene encuentra rápidamente a alguien dispuesto a escuchar y ayudar.

El terremoto del 10 de agosto deja una imagen difícil de olvidar: frente a la incertidumbre, las personas se buscan unas a otras. No importa el cargo, el reconocimiento o la posición social; ante la adversidad aparece la necesidad de solidaridad. Tal vez esta misma actitud debería acompañarnos en nuestra vida profesional. Antes que especialistas, profesores, investigadores o miembros de una determinada asociación o institución, somos colegas que compartimos una profesión exigente y que, en algún momento, podemos necesitar una mano amiga.

La trayectoria del cirujano nunca es completamente lineal. Hay operaciones exitosas y complicaciones, reconocimientos y frustraciones, artículos publicados y manuscritos rechazados, oportunidades que aparecen y otras que se pierden. Habrá momentos en los que sintamos que el piso se mueve. No podemos impedir todos esos temblores, pero sí podemos construir una red profesional suficientemente sólida para evitar que una dificultad se convierta en una caída.

Quizás esta sea una de las mayores expresiones de resiliencia que podemos transmitir a las nuevas generaciones: no tenemos que saberlo todo ni resolverlo todo solos. Preguntar no significa ignorancia; consultar no significa debilidad; reconocer el cansancio no significa falta de compromiso. Por el contrario, conocer nuestros límites y acudir oportunamente a los demás constituye una conducta responsable, tanto con nosotros mismos como con nuestros pacientes.

El terremoto nos recuerda nuestra fragilidad, pero también nuestra capacidad de solidaridad. En la profesión quirúrgica, esa solidaridad puede expresarse de muchas maneras: un profesor que acompaña, un colega que escucha, un compañero que ayuda a terminar un artículo, un equipo que analiza una complicación sin buscar culpables o una institución que reconoce la importancia del bienestar de sus profesionales. Son pequeñas acciones que pueden tener consecuencias enormes.

En la cirugía como en la vida, habrá momentos en que el piso tiemble. Habrá operaciones que nos quiten el sueño, decisiones que nos hagan dudar y proyectos académicos que parezcan imposibles de terminar. Pero también habrá colegas, maestros y compañeros dispuestos a ayudarnos a recuperar el equilibrio. La resiliencia no consiste en negar que el mundo se mueve; consiste en aprender a sostenernos unos a otros cuando lo hace. Quizás allí encontremos una de las expresiones más humanas de nuestra profesión: cuidar a nuestros pacientes, pero también aprender a cuidarnos entre nosotros.

EDITORIAL

Cumplimiento de normas éticas

Consentimiento informado: por tratarse de una reflexión propia del autor, no se requiere el diligenciamiento de consentimiento informado.

Conflictos de interés: el autor manifestó no presentar ningún conflicto de interés.

Uso de inteligencia artificial: el autor declaró que se empleó la Inteligencia Artificial como apoyo en la verificación del porcentaje de similitud del texto.

Fuentes de financiación: recursos propios.

Referencias

1 Cuadrado-Guevara RA, Gómez-Gómez LC, Figueroa-Gutiérrez LM. Mentoría quirúrgica 4.0: Innovación sin deshumanización en la enseñanza de la cirugía. Rev Colomb Cir. 2026;41:261-9. https://doi.org/10.30944/20117582.2987

2 El Hechi MW, Bohnen JD, Westfal M, Han K, Cauley C, Wright C, et al. Design and impact of a novel surgery-specific second victim peer support program. J Am Coll Surg. 2020;230:926-33. https://doi.org/10.1016/j.jamcollsurg.2019.10.015

3 Dimou FM, Eckelbarger D, Riall TS. Surgeon burnout: A systematic review. J Am Coll Surg. 2016;222:1230-9. https://doi.org/10.1016/j.jamcollsurg.2016.03.022

4 Raffing R, Jensen TB, Larsen S, Konge L, Møller C, Tønnesen H. Facilitators and barriers for young medical doctors writing their first manuscript for publication. Int J Environ Res Public Health. 2021;18:e8571. https://doi.org/10.3390/ijerph18168571

EN PRENSA