



Humanización en educación en salud

Humanization in health education

José Ricardo Navarro-Vargas^{1*} 

¹Facultad de Medicina, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia

Aceptado: 27 octubre 2025

Publicado: 14 febrero 2026

***Correspondencia:** José Ricardo Navarro-Vargas. jnavarrovqunal.edu.co

Resumen

La humanización constituye un pilar fundamental en la educación y práctica de las profesiones de la salud; sin embargo, en la formación vigente se observa con frecuencia un progresivo desapego emocional hacia los pacientes. Este artículo de reflexión analiza las causas de este fenómeno desde los aportes de la neurociencia, la neuroeducación y la psicología cognitiva, y propone estrategias educativas orientadas a fortalecer el profesionalismo y el humanismo en salud.

Se destaca el papel central de la inteligencia ejecutiva, entendida como la capacidad para la autorreflexión, el control emocional, el razonamiento ético y la responsabilidad social. Dicha inteligencia continúa su desarrollo hasta la adultez temprana, lo que convierte a la educación universitaria en un escenario privilegiado para su fortalecimiento. En este contexto, el rol del docente trasciende la transmisión de conocimientos técnicos y adquiere una dimensión formativa integral, basada en el ejemplo, el respeto, la comunicación asertiva y la ética profesional.

Asimismo, se aborda la empatía como una capacidad innata, mediada por las neuronas espejo, que debe trascender la comprensión emocional para convertirse en compasión y altruismo mediante acciones concretas en el cuidado del paciente. El artículo resalta el mindfulness o consciencia plena como una herramienta pedagógica y clínica que permite contrarrestar el ejercicio automático de la práctica asistencial, mejorar la relación profesional-paciente y reducir el desgaste emocional.

Finalmente, se reflexiona sobre la formación de la identidad profesional (PIF) y la necesidad de integrar las dimensiones cognitiva, emocional, ética y social en la educación en salud. Se concluye que una educación

centrada en la consciencia, la reflexión crítica y el respeto por la dignidad humana es indispensable para formar profesionales técnicamente competentes y auténticamente humanistas.

Palabras clave: Humanización en salud. Educación médica. Inteligencia ejecutiva. Empatía. Identidad profesional. Mindfulness.

Abstract

Humanization is a fundamental pillar in the education and practice of health professions; however, current training frequently reveals a progressive emotional detachment from patients. This reflective article analyzes the causes of this phenomenon from the perspectives of neuroscience, neuroeducation, and cognitive psychology, and proposes educational strategies aimed at strengthening professionalism and humanism in healthcare.

The central role of executive intelligence is highlighted, understood as the capacity for self-reflection, emotional control, ethical reasoning, and social responsibility. This intelligence continues to develop into early adulthood, making university education a privileged setting for its strengthening. In this context, the role of the teacher transcends the transmission of technical knowledge and acquires a comprehensive formative dimension, based on example, respect, assertive communication, and professional ethics.

Furthermore, empathy is addressed as an innate capacity, mediated by mirror neurons, which must transcend emotional understanding to become compassion and altruism through concrete actions in patient care. The article highlights mindfulness as a pedagogical and clinical tool that allows for counteracting the automatic nature of clinical practice, improving the professional-patient relationship, and reducing emotional burnout.

Finally, the article reflects on the formation of professional identity (PIF) and the need to integrate cognitive, emotional, ethical, and social dimensions into health education. It concludes that an education centered on awareness, critical reflection, and respect for human dignity is essential for training technically competent and genuinely humanistic professionals.

Keywords: Humanization in health. Medical education. Executive intelligence. Empathy. Professional identity. Mindfulness.

Con base en la neuroeducación, la neurociencia y la psicología cognitiva, se ha tratado de explicar por qué muchos profesionales de la salud hacen desapego de los pacientes. La escogencia de la profesión de la salud, medicina, odontología, enfermería, etc., tiene un trasfondo hacia hacer el bien, servir, proceder con humanización, con humanismo, con profesionalismo; ¿por qué muchas veces no se logra hacer esto?^{1,2}.

Dice una filósofa española que una buena persona, un buen profesional, primero que todo debe tener vocación de servir, que entiende el bien que ofrece

su profesión a su comunidad, que compite consigo mismo (hay que competir con el interés personal, el egoísmo, el egocentrismo para darse a los demás y para cumplir siempre buscando la excelencia)³.

Traje esta carta encontrada en un campo de concentración nazi, en la Segunda Guerra Mundial⁴. Tiene el siguiente mensaje a todos los maestros que estamos acá, y dice:

“Estimado maestro, yo soy un sobreviviente de un campo de concentración, mis ojos vieron lo que ningún hombre debería ver: las cámaras de

gas construidas por ingenieros capacitados, los niños envenenados por licenciados en medicina, los recién nacidos muertos por enfermeras entrenadas, las mujeres y los bebés disparados y quemados por graduados de colegios y universidades, así que tengo mis sospechas sobre la educación. Mi petición es: ayude a sus estudiantes a ser humanos, sus esfuerzos nunca deben producir monstruos expertos o entrenados psicópatas. Saber lectura, escritura y aritmética solamente serán importantes si hacen de nuestros hijos unos seres más humanos”.

Un paciente, con toda la carga emocional que lo predispone su enfermedad, entra en contradicción cuando ve que lo atiende una persona, supuestamente un profesional, que no se esmera por mirarlo a los ojos, por tenderle la mano, por atenderlo con calidez. Además, está en un hospital, donde la persona se siente mermada desde todo punto de vista, con su autoestima quebrantada, y lo que quiere es que la atiendan bien. Para esto, la mirada que hay desde la neurociencia y la neuroeducación radica en dos conceptos muy importantes: uno, que el control de las emociones, el apego, la autorreflexión se logra mediante la inteligencia ejecutiva, y el otro concepto es que la empatía sí es innata y depende de las neuronas espejo del lóbulo frontal^{5,6}.

La inteligencia ejecutiva, desafortunadamente, no se adquiere en un solo momento, sino que el cerebro pareciera que fuera en una banda sin fin a través del tiempo. En él, se van abriendo unas ventanas de acuerdo con los códigos genéticos que tenemos cada uno de nosotros y se van exponiendo al entorno, al medioambiente, y de acuerdo a esa plasticidad que tiene el cerebro, se van produciendo más sinapsis, más interconexiones entre las neuronas⁷.

En la **Figura 1**, al lado izquierdo se observan pocas sinapsis y al lado derecho una plétora de sinapsis, si ese entorno es enriquecido, si esa persona recibió afecto, cuidado bondadoso, estímulos de crecimiento espiritual y físico, desde su niñez a través del tiempo y hasta los 27 años. La inteligencia

ejecutiva durante los primeros años hace un desarrollo muy importante, pero sigue hasta los 27 años. Muchos de los estudiantes (la inmensa mayoría) de los que ingresan a la universidad están transitando en esa edad y muchas veces el docente, con toda confianza, considera que ese muchacho(a) ya se formó en su casa, que no hay sino que proporcionarle los conocimientos y habilidades que está procurando para su formación profesional específica; pues no, todavía hay tiempo, más que suficiente, para enriquecer su inteligencia ejecutiva mediante actitudes que demuestren buen trato, respeto, comunicación asertiva, ética, brindándole así la mejor expresión de buena educación, que es el enseñar con el ejemplo⁸.

¿Y para qué sirve la inteligencia ejecutiva? Tiene que ver con la ética, la moral, el razonamiento, la responsabilidad social, el control de las emociones, la impulsividad hacia la toma de decisiones y la planificación responsable del futuro de una persona⁹.

De manera que la labor del docente, además de construir conocimiento a partir de sus competencias profesionales, es preocuparse por la formación integral de los estudiantes, tanto de pre como de

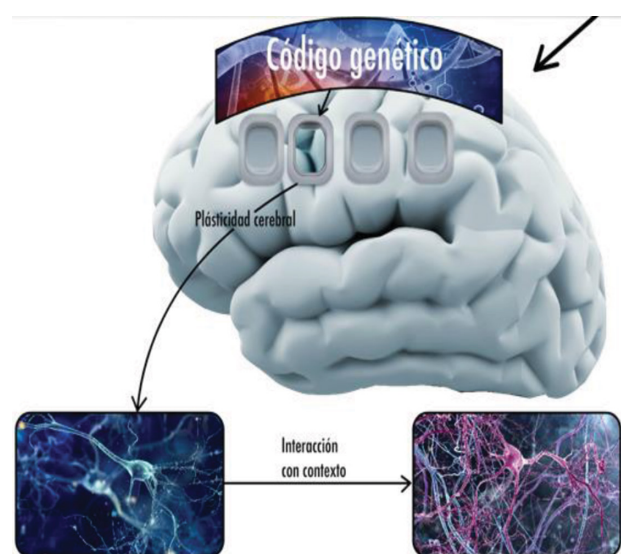


Figura 1. La plasticidad del cerebro.

postgrado, en fortalecer los principios y valores que dan robustez al profesionalismo y procurar un desarrollo pleno de la inteligencia ejecutiva.

Alguna vez un profesor tuvo que salir del hospital universitario por mal comportamiento. Yo ocupaba la decanatura de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Colombia, y en una reunión sobre su desempeño me explicaba: “Yo he perdido mi formación de identidad profesional (PIF en inglés). Soy un gran profesional y no me perdonaron algunos errores que se me presentaron en mi profesión como ser humano”. Precisamente, la formación de identidad profesional no solamente es académica o tiene que ver con la teoría, tiene que ver con todo, es integral: el trato que se hace en la propia familia, en la sociedad, en ser un buen ciudadano¹⁰. Hay un artículo muy importante que se llama *Formación de identidad profesional en educación médica para médicos resilientes y humanísticos*¹¹, cuyo resumen es que hay que saber escribir, hay que enseñar a los estudiantes a que escriban de una manera reflexiva e interactiva; hay que hacer todas las prácticas de manera consciente: mirar a un paciente, tomarle una muestra, evaluarlo; todo hacerlo con plena consciencia y desarrollar una especie de coaching reflexivo. De ahí que el énfasis en la formación integral propenda por formar personas en el ser, más que en el saber o el saber hacer; personas que, antes que pensar en tener cosas, busquen la felicidad en el deber cumplido con un ejercicio profesional intachable, y disfruten de lo que hacen. Como decía Sor Teresa de Calcuta, “para ser héroe no se necesita pisar la luna, sino hacer las cosas con empeño y calidad”¹².

Hay el concepto general sobre la importancia de la inteligencia emocional (saber comportarse), de la inteligencia motriz (aprender a tocar piano, violín desde la infancia) y la inteligencia cognitiva (que sepan varios idiomas, que tengan 5 años y ojalá sepan 5 idiomas). Sí, eso es muy importante, pero eso se vuelve autónomo, automático y tiene que estar bajo la dirección de la inteligencia ejecutiva. La persona puede ser muy inteligente desde lo emocional, lo cognitivo, lo motriz, pero debe tener una

autodeterminación y autorreflexión que active la corteza prefrontal, para que sea el profesional que todos quieren que se forme.

Para eso hay muchas técnicas. Hoy en día está el *mindfulness*, que es una técnica para que la persona, haga lo que haga, lo haga a conciencia. En una ocasión, con el director del hospital, nos reunimos para darles las blusas a los médicos internos; y más de la mitad de ellos recibían la blusa y daban la mano mirando hacia cualquier parte menos a los ojos de quien les entregaba la blusa. Está demostrado que el ser humano pone en marcha “el piloto automático” en un 53% de las veces, de ahí que haya que insistir en que cuando se atiende a un paciente o se realice algún procedimiento clínico, se procure estar allí con plena consciencia¹³.

Por ejemplo, a un profesor lo invitaron a un acto de premiación, contestó que sí iba y luego dijo “a mí nunca me han invitado”, porque estaba tan ocupado cuando contestó, que no fue consciente del momento en que se comprometió a asistir. Cuántas veces el profesional atiende a su paciente y, mientras el mismo le está hablando, el médico está en otras cavilaciones o preocupaciones.

¿Qué es el *mindfulness*? Es hacer consciente todo lo que hacemos mediante unas técnicas que utilizan los orientales y a las que en occidente se le adjudicó el término de *mindfulness* o conciencia plena. Cada día aparecen más artículos sobre el *mindfulness* en la medicina, especialmente en países de altos ingresos^{14,15,16}.

El otro aspecto de fortalecer la humanización es a través de la empatía, que está localizada en neuronas espejo de la ínsula anterior y de la corteza singular anterior. Las neuronas espejo están ubicadas en la corteza parietal, en la temporal y en la frontal, pero las que están localizadas en el lóbulo temporal son las encargadas de comprender al otro, **Figura 2**.

Se ha demostrado que los individuos autistas tienen poca concentración de neuronas espejo en estas áreas. Todos los seres humanos (incluso todos

Dos regiones cerebrales asociadas a la empatía

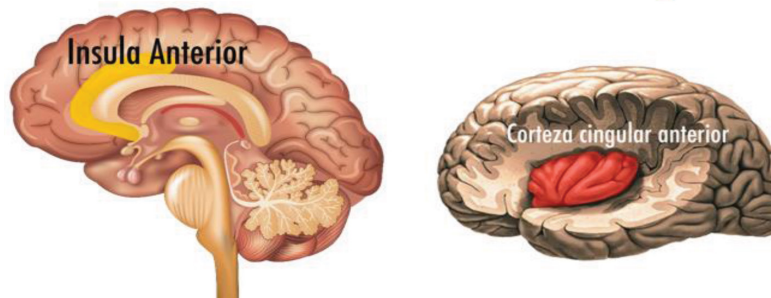


Figura 2. Ubicación de las neuronas espejo de la empatía.

los homínidos) tienen neuronas espejo en menor o mayor concentración; se han hecho estudios desde recién nacidos y el niño es empático por naturaleza. Considero que la escogencia de la profesión de la salud tiene que ver necesariamente con esta dotación natural de neuronas espejo¹⁷.

Matthieu Ricard fue un estudiante de doctorado de un premio Nobel de medicina llamado Francois Jacob, biólogo y médico que trabajó a profundidad sobre la síntesis de enzimas virales desde el punto de vista genético. Ricard terminó sus estudios en Francia, desechó la esperanza muy cercana de ser un premio Nobel como su maestro y decidió irse a vivir con los monjes tibetanos en el Himalaya. Escribió el libro "En defensa del altruismo", en donde habla sobre la existencia de unos imperativos: el dinero, el cuidado del medioambiente y la búsqueda de la felicidad. Son tres imperativos propios de los seres humanos¹⁸.

Algunas personas refieren que no les atrae el dinero, que laboran exclusivamente por amor, a pesar de ser el dinero necesario para la convivencia sana. Probablemente sean casos excepcionales. La salud para otros no es un negocio en un principio, y pronto sí lo es; pero el negocio debe estar por debajo de los intereses del paciente y del profesional.

Otro imperativo es el cuidado del medioambiente, del entorno, de la familia, de la localidad, de la universidad, de la ciudad, del país, de la naturaleza.

La pregunta imperiosa que surge acá es, ¿son esos imperativos exclusivamente para mí, para mi satisfacción personal? "Me interesa hacer un doctorado. Me interesa progresar; la universidad me debe apoyar en todo". De acuerdo con Ricard, esos imperativos deben estar dirigidos no solo para mí (egoísmo) o para el ser humano (egocentrismo), sino para todos los seres vivos (incluyendo las plantas y los animales) y no solo a corto plazo o mediano, sino también a largo plazo.

Se puede tener empatía con alguien, comprender su dolor y sus necesidades; pero si no se hace nada por tratar de ayudar a esa persona para que se sienta bien, no se logra conseguir la compasión o el altruismo. Hay que llevar la empatía a la práctica, al altruismo, a la compasión; cuando realmente se compadece al paciente y hace que este entienda su enfermedad y se le ayuda de manera integral, se le está sacando el mayor fruto a la empatía.

Actualmente, el término de salud no es la ausencia de enfermedad mental o física, sino la comprensión de la patología, para tratar de controlarla con

autocuidado y tratamiento médico, y con adherencia al mismo. A partir de los 40 años comienzan a aparecer las morbilidades, pero si se entiende la enfermedad, se comprende, y se la maneja de manera apropiada, se logra obtener la salud (casos como la presbicia, la menopausia, la osteoporosis, la lumbalgia, etc.).

Un excelente artículo, surgido de un estudio retrospectivo con estudiantes exclusivamente de la carrera de medicina, que habla sobre el legado del altruismo en el cuidado de la salud, la promoción de la empatía, la prosocialidad y el humanismo, definitivamente debe ser de lectura obligada del personal de salud¹⁹. Se destaca en el artículo que “a medida que los estudiantes avanzan en su formación académica se enfrentan a cargas de trabajos más pesadas”. Y eso es cierto, los estudiantes lidian con demandas extenuantes y se familiarizan con prácticas informales no humanísticas inherentes a la cultura de la medicina. ¿Y saben qué hacen? Como tienen que irse a estudiar, atienden a la carrera a los pacientes, les explican con estrés; por autoconservación hacen desapego, supresión emocional y agotamiento; viven cansados, y viven mirando el reloj, porque tienen que ir a descansar o a estudiar. ¿Cómo se hace para superar eso? Enseñándoles a que hagan conscientes todas las prácticas clínicas. Un buen profesor debe comprender esta realidad y enseñar con el ejemplo.

Una anécdota de una excelente estudiante que fue llevada en automóvil por su profesor a la universidad: observó que su docente empezó a comer un sándwich de almuerzo cada vez que paraba el vehículo en un semáforo. La estudiante le preguntó: “Profesor, ¿por qué usted no toma tiempo para almorzar?” A lo que él le respondió: “No, porque yo salgo de un sitio al otro y en el camino tengo que ir comiendo”. Ese es un pésimo ejemplo, pues a esa estudiante se le cayó el concepto que tenía de ese profesor, de esa eminencia, porque él no se cuida a sí mismo, y eso deja mucho que pensar.

Con respecto a la psicología cognitiva, hay un referente mundial, el psicólogo americano Howard

Gardner, autor de la teoría de las inteligencias múltiples. En el año 2007 se refirió a las cinco mentes del futuro, las cuales es necesario aplicar para poder vivir sin afanes frente a la tecnología de la actualidad, la cuarta revolución industrial, con la robótica, la inteligencia artificial, el internet, entre otros. Se trata de la mente disciplinada, la mente sintética (tan necesaria en la gerencia y en la docencia), la mente creativa y las dos que tienen que ver con el humanismo: la mente respetuosa y la mente ética²⁰.

El reto es utilizar todas las mentes para superar la hegemonía de la ciencia y la tecnología, la gran cantidad y complejidad de la información, y la exigente herramienta de la inteligencia artificial.

La mente respetuosa es la que permite aceptar a los demás seres humanos, así como son, diversos, difíciles, en ocasiones agresivos, desafiantes y en otras, tímidos, débiles, discriminados. Hay que aprender a valorar a quienes forman parte de esos grupos. Y esa es la interdisciplinariedad que tenemos que buscar: “Todos tenemos que trabajar sin protagonismo”. Ni medicina, ni odontología, ni enfermería, ni farmacia. Todos debemos trabajar por el mismo objetivo: la educación integral de los estudiantes y la salud y el bienestar de los pacientes.

La otra mente es la mente ética, que es consciente de su papel en cada momento, de los requisitos que debe cumplir, de los límites que cada persona tiene y de los estándares de una conducta correcta.

Para cerrar, esta frase de George Soros, uno de los personajes que asiste con asiduidad al Foro Económico de Davos, Suiza, que dice: “Las compañías mineras y petroleras explotan el ambiente físico; las empresas de medios sociales explotan el entorno social... influyen en cómo piensan y se comportan las personas sin que ellas siquiera lo sepan”.

Tenemos que enseñar a los estudiantes y a todos los que están en nuestro entorno a pensar de manera reflexiva, a ser conscientes de lo que hacen y a ser conscientes de lo que leen, y a tener concepciones políticas que favorezcan en este caso a la

humanidad de manera global. No podemos aceptar sin análisis crítico lo que digan los demás sobre lo que nosotros necesitamos. El ser humano es definitivamente lo que la educación hace de él.

Financiamiento

Esta investigación no recibió ninguna subvención específica de agencias de financiamiento de los sectores públicos, comercial o sin fines de lucro.

Conflicto de intereses

El autor declara no tener conflicto de interés.

Uso de IA

El autor declara que no se utilizaron herramientas de inteligencia artificial en ninguna fase de la elaboración del manuscrito.

Referencias

1. Navarro-Vargas JR, Reyes-Duque G. El humanismo en la formación del médico. Papel de la neurociencia y la psicología cognitiva. *Rev Chil Anest.* 2018;47(2):73-82. Disponible en: <http://doi.org/ctwj>.
2. Rueda Ch. Neuroeducation: teaching with the brain. *Journal of Neuroeducation.* 2020; 1(1); 108-113. Disponible en: <http://doi 10.1344/joned.v1i1.31657>.
3. Cortina A. Para ser buen profesional se necesita vocación y excelencia. Disponible en: <https://management.empenemjunts.es/?op=8&n=8443>
4. Adminkaw. Educando para la paz y el buen vivir. Disponible en: <https://allinkawsay.org.pe/carta-a-los-docentes-escrita-por-un-sobreviviente-de-un-campo-de-concentracion/>
5. Navarro-Vargas JR. Humanización en la salud. *Rev. Fac. Med. Editorial.* 2018; 66(3):291-292.
6. Duarte-Ortiz G, Navarro-Vargas JR. Professionalism in Anesthesiology training. *Rev. Fac. Med.* 2018; 66 (2): 229-232.
7. Marina JA. La inteligencia ejecutiva. Editorial Ariel; 2012. Disponible en: <https://www.casadellibro.com/ebook-la-inteligencia-ejecutiva-book/9788434401686/1986902>
8. Díaz Domínguez T, Alemán PA. La educación como factor de desarrollo: Education as a Development Factor. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte.* 2008; 23: 1-15.
9. Marina JA, Pellicer C. La inteligencia que aprende. Santillana Educación. S, L. Madrid -España. ISBN: 978-84-680-2557-5
10. Berríos J. La formación integral en la carrera médica. *Rev Peru Med Exp Salud Pública.* 2008; 25 (3): 319-321
11. Wald HS, Anthoni D, Hutchinson TA, Liben S, et al. Professional identity formation in medical education for humanistic, resilient physicians: pedagogic strategies for bridging theory to practice. *Acad. Med.* 2015; 90 (6): 753-760
12. Teresa de Calcuta. Disponible en: laopiniondezamora.es/zamora/2010/08/29/teresa-calcuta-enseno-posiblesantos-2692989.html
13. Apker, J., Eggly, S. (2004). Communicating Professional Identity in Medical Socialization: Considering the Ideological Discourse of Morning Report. *Qualitative Health Research*, 14:411-429.
14. Williams, J.M.G. «Mindfulness, depression and modes of mind», *Cognitive Therapy Research.* 2008; 32: 721-733. Disponible en: <http://doi.org/10.1007/s10608-008-9204-z>
15. Ludwig DS, Kabat- Zinn J. Mindfulness in medicine. *JAMA.* 300(11):1350-1352. Disponible en: <https://doi.org/10.1001/jama.300.11.1350>
16. Sisk DA. An exploration of mindfulness practices and leadership. *Creative Education*, 9, 1302-1311. Disponible en: <https://doi.org/10.4236/ce.2018.99097>
17. Rodríguez C, Rodríguez SE. Las neuronas espejo. Una génesis biológica de la complementariedad relacional – Mirror neurons: a biological genesis of relational complementarity. *Psychologist papers.* 2019; 40: 3: 226-232. Disponible en: <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2900>
18. Matthieu Ricard. En defensa del altruismo: el poder de la bondad. Editorial Urano. 2024. ISBN13- 9789507881886
19. Burks DJ, Kobus AM. The legacy of altruism in health care: the promotion of empathy, prosociality and humanism. *Med. Educ.* 2012; 46 (3): 317-325
20. Gardner Howard. Las cinco mentes del futuro. Ediciones Paidós Iberoamérica, S.A. 2005. ISBN: 84-493-1675-8