

## EL ROL DEL MENTOR Y EL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD RESILIENTE DEL ESTUDIANTE DE MEDICINA

YBETH LUNA-SOLIS<sup>1,2A\*</sup>, CARLOS HEBER CONTRERAS-PIZARRO<sup>1B</sup>, KELLY BRONCANO-RIVERA<sup>1C</sup>, HORACIO VARGAS-MURGA<sup>2,3D</sup>

1 Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Lima, Perú.

2 Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi. Lima, Perú.

3 Universidad Peruana Cayetano Heredia, Facultad de Medicina Alberto Hurtado, Lima, Perú.

### Resumen

La mentoría se reconoce como una de las estrategias para el desarrollo de la resiliencia. Al formarse un vínculo entre el mentor y el aprendiz se genera la apertura emocional, lo que permite al estudiante comunicar sus problemas y encontrar soluciones. A pesar de ello, los estudios y revisiones sobre el tema se han centrado en otros beneficios de la mentoría. Se concluye que la mentoría contribuye en el desarrollo de habilidades clínicas y habilidades blandas del estudiante de medicina, además de brindar apoyo emocional y moral durante las diferentes etapas de su formación. Existen dificultades en la implementación de programas de mentoría relacionados a los costos, disponibilidad de mentores, la carga horaria y la dificultad de poder conciliar estas actividades con el ámbito académico. Se destacan los esfuerzos realizados por diversos programas de mentoría, direccionados a formar un buen profesional y ser humano.

**Palabras claves:** Mentores; Resiliencia psicológica; Estudiantes de medicina (Fuente: DeCS BIREME).

### THE ROLE OF THE MENTOR AND THE DEVELOPMENT OF THE RESILIENCE CAPACITY OF THE MEDICAL STUDENT

#### Abstract

*Mentoring is recognized as one of the strategies for building resilience. By forming a bond between the mentor and the mentee, emotional openness is generated, which allows the student to communicate their problems and find solutions. Despite this, studies and reviews on the subject have focused on other benefits of mentoring. It is concluded that mentoring contributes to the development of clinical skills and soft skills of the medical student, in addition to providing emotional and moral support during the different stages of their training. There are difficulties in the implementation of mentoring programs related to costs, availability of mentors, workload and the difficulty of being able to reconcile these activities with the academic field. The efforts made by various mentoring programs are highlighted, aimed at training a good professional and human being.*

**Key Words:** Mentors; Psychological resilience; Medical student (Source: MeSH NLM).

## INTRODUCCIÓN

Los seres humanos aprenden de sus experiencias, sean estas positivas o negativas, pero también de las experiencias de los otros, y les otorgan mayor valor a las referidas en un medio de confianza y acompañamiento. Cuando este apoyo es continuo y se basa en un interés genuino por el crecimiento profesional y personal, se considera una relación de mentoría.<sup>1</sup>

En la educación médica, la mentoría tiene múltiples beneficios, como brindar conexiones y oportunidades en los campos de interés de los estudiantes, aprender de la experiencia de los otros y reforzar el aprendizaje médico clínico como no clínico.<sup>2</sup> La evidencia reporta que este programa incrementa la satisfacción de los estudiantes en la escuela de medicina y contribuye al desarrollo profesional, por lo que se debe continuar con programas innovadores para fomentar el óptimo desarrollo de los estudiantes.<sup>3</sup>

Se conoce que los estudiantes de medicina están expuestos a estresores académicos, clínicos y psicosociales.<sup>4</sup> La exposición crónica a estos factores puede afectar su salud física y mental, afectando su bienestar y rendimiento,<sup>4</sup> con un mayor riesgo de desarrollar síntomas de agotamiento.<sup>4</sup> Con base en estos hallazgos, el concepto de resiliencia ha adquirido mayor importancia en los últimos años.<sup>5</sup>

A pesar de que se reconoce a la mentoría como una de las estrategias para el desarrollo de la resiliencia, por la orientación académica y apoyo emocional que brindan los mentores en situaciones difíciles,<sup>6</sup> las revisiones sobre el tema se han centrado en resultados relacionados con el desarrollo personal y profesional, reducción del estrés y a la facilidad de la transición en el campo educativo.<sup>2</sup> Por consiguiente, es necesario conocer qué características de los programas de mentoría pueden facilitar la construcción de la resiliencia en el estudiante de medicina, debido a que puede haber una concepción distinta de la resiliencia según sea un estudiante o profesor.<sup>7</sup>

## Mentoría

### Origen y definición

La palabra mentor tiene sus raíces en el personaje Mentor, quien fue encargado por Odiseo, que partía a la guerra de Troya, para que cuidara a su hijo, Telémaco.<sup>1</sup> Con el tiempo, el término mentor pasó a representar al guía y educador de una persona con menor experiencia, y mentoría al proceso por el cual el mentor apoya y guía a sus aprendices.<sup>1</sup> También se concibe como una alianza

profesional en la que las personas trabajan juntas para el crecimiento personal y profesional.<sup>1</sup> El nivel de compromiso es alto y evoluciona hacia una amistad a largo plazo.<sup>8</sup>

### Tipos de mentoría

Se reconocen diversas estructuras en las relaciones de mentoría: 1) un solo mentor que trabaja con un aprendiz (estructura clásica), 2) un grupo de mentores y un aprendiz, 3) un mentor y varios aprendices, 4) un programa de mentoría y 5) una mentoría electrónica.<sup>1</sup> Esta última es una versión reciente de mentoría que se caracteriza por la interacción y el compromiso mediado por la tecnología.<sup>1</sup> También se reconoce la mentoría entre pares como un tipo de mentoría, en la que tanto el mentor como los aprendices son estudiantes de medicina. Una revisión de alcance encontró que la mayoría de estos programas están dirigidos a estudiantes de primer año o en la transición de estudios preclínicos a clínicos. Los mentores eran generalmente estudiantes en su segundo o cuarto año.<sup>9</sup>

### Diferencias entre mentoría, tutoría y coaching

Existen diferencias que se deben reconocer entre los términos mentoría,<sup>8</sup> tutoría<sup>8</sup> y coaching,<sup>10</sup> los cuales podrían ser confundidos porque comparten como principio común la relación entre dos personas con diferente grado de experiencia (Tabla I).

### Beneficios de la mentoría

La mentoría es una fuente de apoyo y orientación en la educación médica.<sup>2</sup> A través de la interacción con su mentor, los estudiantes de medicina y médicos residentes aprenden los componentes explícitos de sus planes de estudio, como son las ciencias básicas, el conocimiento y las habilidades clínicas; así como del currículo implícito, el liderazgo y trabajo en equipo.<sup>2</sup> También se destaca su relevancia para el éxito en la investigación, y el desarrollo de habilidades docentes y de colaboración.<sup>2</sup>

La mentoría virtual o electrónica se ha convertido en una herramienta fundamental en la educación médica, lo que amplía el acceso para los estudiantes de áreas remotas o desatendidas y rompe las barreras geográficas, tal como se evidencia en el estudio realizado por Chan et al.,<sup>11</sup> en el que se presenta un modelo de mentoría virtual en investigación médica. Este enfoque inclusivo y accesible fomenta la colaboración internacional, el liderazgo temprano y el aprendizaje práctico en todas las etapas de la investigación.<sup>11</sup>

**Tabla I.** Diferencias entre mentoría, tutoría y coaching.

Mentoría	Tutoría	Coaching
<ul style="list-style-type: none"> <li>Relación que involucra a una persona con mayor experiencia, llamado mentor, quien transmite orientación, apoyo y aliento a otra con menor experiencia, llamado aprendiz. Esta relación se construye sobre valores compartidos: respeto mutuo, compromiso y confianza.<sup>8</sup> Predomina la escucha activa y la consejería.<sup>8</sup></li> <li>Se considera que la mentoría complementa la tutoría o el coaching.<sup>8</sup></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los tutores generalmente son estudiantes con un nivel académico más avanzado, "enseñanza entre pares cercanos" o del mismo nivel, "enseñanza entre pares".<sup>8</sup></li> <li>Tiene una naturaleza "orientada a tareas" (se enseñan, por ejemplo, técnicas de aprendizaje).<sup>8</sup></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Centrado en el dominio de una habilidad previamente definida, medible y alcanzable.<sup>10</sup></li> <li>El <i>coach</i> o entrenador, evalúa el desempeño y necesidades por mejorar del aprendiz, mientras que este último es responsable de su formación y autocontrol.<sup>10</sup></li> </ul>

Fuente: elaboración propia.

## Resiliencia

### Definición

El concepto de "resiliencia" tuvo su origen en el siglo XIX, pero no fue sino hasta la década de 1950 que comenzó a estudiarse en el contexto de la salud mental.<sup>12</sup> A lo largo del tiempo, se han generado debates sobre si la resiliencia es un rasgo innato o adquirido.<sup>12</sup> Para el presente trabajo, se considera que la resiliencia es un constructo que se adquiere y puede ser modificado por el entorno. En este sentido, la Asociación Psiquiátrica Americana (APA) definió la resiliencia como el proceso y resultado de adaptarse de manera exitosa a situaciones difíciles o desafiantes.<sup>13</sup>

La investigación sobre la resiliencia ha ganado mayor atención en los últimos años debido a que las estrategias para fomentar su desarrollo podrían lograr cambios positivos a nivel individual y colectivo.<sup>14</sup> Un primer paso es identificar factores asociados a la resiliencia, lo que permitiría diseñar estrategias específicas.<sup>14,15</sup> En la Tabla II se resumen los factores asociados a la resiliencia en los estudiantes de medicina.<sup>5,13,16</sup>

### Resiliencia en el entorno clínico

Son las experiencias en el campo clínico las que permiten un aumento de la resiliencia del estudiante de medicina, al cambiar su perspectiva sobre lo que considera como más importante en su formación.<sup>7</sup> Las interacciones con pacientes complejos, la toma de decisiones de alto riesgo y exposición al sufrimiento y la muerte, exigen al estudiante el desarrollo de mecanismos de afrontamiento que le permita adaptarse y mantener un

equilibrio emocional. En ese sentido, aprenden a aceptar el "fracaso" como parte del proceso.<sup>7</sup>

En un estudio realizado en la Universidad de Chicago, los estudiantes de medicina de tercer y cuarto año consideraron dentro de los eventos clínicos más estresantes la mala dinámica de equipo y los encuentros difíciles con otro personal. Aproximadamente la mitad de los participantes estuvo de acuerdo que estos eventos afectaban su bienestar.<sup>17</sup> Entre las razones del porqué no lo conversaban con los médicos del servicio fue porque los percibían como no receptivos, disponibles o comprensivos.<sup>17</sup>

### Mentoría y desarrollo de la resiliencia en el estudiante de medicina

La mentoría tiene el potencial de promover la resiliencia, especialmente durante la transición de la vida universitaria a la práctica clínica.<sup>18</sup> Los mentores pueden enseñar cómo lidiar con las presiones de la práctica asistencial, la muerte del paciente, equilibrar las demandas personales y profesionales y mantener el bienestar mental en un entorno exigente.<sup>19</sup> En este sentido, las soluciones prácticas, como enseñar a dar malas noticias, pueden ser un medio eficaz para mejorar el desarrollo de habilidades y bienestar del estudiante de medicina.<sup>20</sup>

Los programas de mentoría también promueven la resiliencia en situaciones donde el estudiante tiene un sistema de soporte emocional inadecuado o inestable.<sup>18</sup> Los estudiantes reconocen el apoyo emocional, moral y psicológico que les brindan sus mentores. Una estudiante pakistaní reveló que veía a su mentora como "su

madre", mientras que otra, ante la crisis emocional que atravesaba por el padecimiento de cáncer de su madre, señaló que la mentora organizó sesiones de asesoramiento y acompañamiento para ella.<sup>21</sup>

Indistintamente si es profesor o estudiante de último año, los mentores son reconocidos por los propios estudiantes como personas significativas que promueven el desarrollo de su resiliencia. Además, muchos estudiantes pueden emplear la retroalimentación externa para identificar factores estresantes y articular estrategias de resi-

liencia para abordarlos.<sup>22</sup> El estímulo de los profesores reduce la ansiedad causada por el estrés académico.<sup>23</sup> Un estudiante mencionó que el haber conversado con algunos de sus profesores le brindó confianza y reconocer que pueden ser mejores.<sup>23</sup>

Se sugiere que un sistema de apoyo entre pares que aliente a los participantes a hablar sobre sus experiencias puede ayudar a desarrollar la resiliencia,<sup>17</sup> debido a que los estudiantes valoran las conexiones individuales y prefieren escuchar a personas con personalidades y expe-

**Tabla II.** Factores asociados a la resiliencia en estudiantes de medicina.

Variables	Descripción
<b>Sociodemográficas</b>	
Sexo	El ser hombre se relacionaba con puntajes significativamente más altos de resiliencia ( $p < 0.001$ ). <sup>5, 16</sup>
Edad	Los estudiantes de medicina de mayor edad presentaron niveles más altos de resiliencia ( $p < 0,05$ ). <sup>14</sup>
Nivel educativo de la madre	Los estudiantes cuyas madres tenían un nivel educativo más bajo presentaron niveles de resiliencia significativamente más bajos ( $p < 0.05$ ). <sup>5</sup>
<b>Psicosociales</b>	
Estilo de afrontamiento	Los estudiantes con un estilo de afrontamiento positivo presentaron niveles de resiliencia significativamente más altos ( $p < 0.001$ ). <sup>5</sup>
Relaciones interpersonales	El contar con relaciones sociales se asoció positivamente con el nivel de resiliencia ( $p = 0,001$ ). Además, existió una asociación positiva entre tener buenas relaciones con los profesores y el nivel de resiliencia ( $p = 0,02$ ). <sup>16</sup>
Actividades extracurriculares	Participar en actividades extracurriculares se relacionaba con puntuaciones significativamente más altas de resiliencia ( $p = 0,021$ ). <sup>16</sup>
<b>Salud</b>	
Percepción sobre su salud	Los estudiantes con una percepción de buena salud presentaron mayores puntajes de resiliencia ( $p < 0.05$ ). <sup>14</sup>
Tabaquismo	Los estudiantes que no fumaban contaban con un nivel de resiliencia significativamente mayor ( $p = 0.008$ ). <sup>16</sup>
Consumo de medicamentos adictivos	Los estudiantes que no consumían medicamentos adictivos obtuvieron puntuaciones más altas de resiliencia ( $p < 0.05$ ). <sup>14</sup>
<b>Formación médica</b>	
Elección de la carrera médica	Los estudiantes que no eligieron estudiar medicina por obligación mostraron puntajes de resiliencia significativamente más altos ( $p = 0.006$ ). <sup>16</sup>
Percepción de dificultades académicas	Los estudiantes que no percibieron dificultades académicas obtuvieron puntajes de resiliencia significativamente más altos ( $p = 0.005$ ). <sup>16</sup>
Fracaso académico previo	Los estudiantes sin antecedentes de fracaso académico obtuvieron puntuaciones de resiliencia significativamente más altas ( $p = 0.02$ ). <sup>16</sup>

Fuente: elaboración propia.

riencias similares.<sup>7</sup> Además, frente a situaciones clínicas difíciles durante su formación, los estudiantes suelen discutir estos eventos con sus pares antes que con otros médicos.<sup>17</sup> A nivel institucional, se ha planteado como estrategia el desarrollo de actividades dirigidas a la comunidad, como los voluntariados.<sup>7</sup>

Se distinguen tres áreas para incrementar la resiliencia de los estudiantes de medicina. La primera es la incorporación de mentores con el mismo interés y personalidad de los estudiantes, que además no participen en procesos de evaluación o selección por posibles dificultades para compartirles sus experiencias.<sup>7</sup> En segundo lugar, los mentores pueden transmitir estrategias para afrontar los desafíos de la etapa clínica, debido a que los estudiantes construyen su resiliencia a través de las experiencias durante esta etapa (en particular, el contacto con los pacientes) y establecen nueva perspectiva, centrada inicialmente en el estrés hacia los exámenes para dar paso al interés por convertirse en un buen médico.<sup>7</sup> Finalmente, los mentores pueden emplear otras estrategias en su intervención como son: el manejo de las expectativas relacionadas a la medicina, la previsión de factores estresantes y el empleo de imágenes mentales positivas durante los momentos de estrés.<sup>7</sup> En esta línea, se sugiere la enseñanza sobre la gestión del tiempo, el equilibrio entre el trabajo y vida personal, las estrategias de estudio, las habilidades de comunicación y la reflexión.<sup>7</sup>

### **Programas de mentoría para estudiantes de medicina de Latinoamérica**

En Latinoamérica se desarrollan programas de mentoría con múltiples beneficios para los estudiantes de medicina. La mayor parte de las experiencias publicadas provienen de universidades brasileñas. Algunos de estos programas se implementaron durante la pandemia de COVID-19.<sup>24,25</sup> Se identificó que la discusión sobre los temas del ámbito personal y profesional promovían la resiliencia de los estudiantes de medicina.

En la Universidad Católica de Minas Gerais, los mentores incorporaron temas relevantes para la formación médica, como la empatía, sexualidad y diversidad, comunicación de noticias difíciles, fallecimiento de pacientes, perspectivas sobre el trabajo médico, entre otros. Los estudiantes, por su parte, compartieron sus vivencias, identificaron la ansiedad generada en su formación y reflexionaron sobre su proceso de aprendizaje. También hubo reuniones individuales entre mentores y aprendices, que permitieron abordar cuestiones más

personales como las necesidades económicas o demandas relacionadas con la salud física o mental de los estudiantes.<sup>26</sup> En la Facultad de Medicina de la Universidad de Sao Paulo, además de las cuestiones propias de la carrera, también hubo preocupación por los familiares de los estudiantes, las vacaciones, el deporte y ocio.<sup>27</sup> En la Universidad Federal da Grande Dourados (UFGD), los estudiantes envían a su mentor un texto con reflexiones del tema tratado, respondidos prontamente por este. El objetivo de esta comunicación fue interpretar las reflexiones, aclarar dudas o abordar situaciones personales que el estudiante prefería no discutir en el grupo.<sup>27</sup> Por ende, la mentoría es un promotor del desarrollo, y ayuda a los estudiantes de medicina a dar sentido a los pensamientos, sentimientos y acciones que surgen del crecimiento personal y profesional.<sup>26</sup>

Los temas tratados en una reunión de mentoría pueden variar en función al año de estudios. En el informe de experiencia del programa de mentoría de la Facultad de Santa Marcelina, Sao Paulo, los estudiantes de primer año preferían hablar sobre la gestión del tiempo, los temas de estudio y de la vida diaria en la universidad, mientras que, los de último año estaban más interesados en los conflictos interpersonales con colegas, pacientes, profesores y otros profesionales de la salud.<sup>24</sup> En palabras de un mentor, "la mentoría para estudiantes de primer año es increíble. Empieza en silencio y con las videocámaras cerradas, pero al final de la intervención abren las cámaras e incluso cuentan sus historias de vida y superación".<sup>24</sup> De esta manera, la mentoría promueve la adaptación a la vida universitaria en los estudiantes de los primeros años de estudio;<sup>24,28</sup> y en los de último año, la resolución de conflictos generados en la práctica asistencial.<sup>24</sup>

En el Perú, el conocimiento de la mentoría y su validez como parte del desarrollo humano, han ido adquiriendo importancia; sin embargo, no se ha identificado literatura que resuma los programas de mentoría dirigidos a los estudiantes de medicina peruanos o médicos residentes.

La Sociedad Médica Peruano Americano -PAMS (siglas en inglés)-, en el 2022, inició un programa de mentoría dirigido a los médicos generales, residentes y estudiantes de las facultades de medicina peruanas.<sup>29</sup> En marzo del 2024, se informó que los residentes del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas (INEN) están participando de un programa piloto de mentoría.<sup>30</sup> Asimismo, una revisión del 2021 señaló que en el Perú no hay programas de mentoría dedicados a residentes de especialidades quirúrgicas.<sup>31</sup>

Con relación a lo expuesto, la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos ha sido pionera en la implementación de un programa de mentoría dirigido a estudiantes de las escuelas de medicina humana, enfermería, nutrición, obstetricia y tecnología médica, y llevado a cabo por docentes de la Facultad de Medicina.<sup>32</sup> Este programa fue desarrollado con base a las investigaciones sobre la salud mental de los ingresantes a la Facultad de Medicina “San Fernando”,<sup>32</sup> a los aportes de Carlos Alberto Seguí, autor de los Grupos Formativos, el cual fue un programa integral que ofrecía un espacio para el desarrollo intelectual, emocional y espiritual de los estudiantes,<sup>33</sup> y a la alta prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina.<sup>34</sup>

### **Dificultades en la implementación de programas de mentoría**

Existen dificultades en la implementación de programas de mentoría debido a los costos significativos que conllevan implementarlos, además de la escasa disponibilidad de los mentores.<sup>2</sup> De igual forma, la alta carga horaria y la dificultad de poder conciliar estas actividades con la vida personal fueron descritas como importantes debilidades para el programa.<sup>35</sup> A este respecto, Camacho<sup>36</sup> en un estudio realizado en 46 estudiantes universitarios mexicanos en el año 2015 y en 60 en el 2016, a quienes se les asignó un mentor por cinco meses, reportó que el 90% logró un avance significativo relacionado a la empleabilidad y lo académico, no obstante, no se identificó el mismo nivel de avance en el desarrollo personal, posiblemente debido a que el tiempo otorgado para la mentoría resultó insuficiente.

Por otro lado, algunos mentores expresaron dificultad para proponer temas variados en las reuniones con los estudiantes, lo que podría resultar en conversaciones limitadas solo al ámbito académico.<sup>35</sup> En virtud de ello, se sugiere

que las reuniones entre el mentor y el estudiante de medicina se realicen en otros entornos como parques, cafeterías, en las casas de mentores o estudiantes, y así lograr ampliar los temas a desarrollar e incluir aspectos de la vida personal, social y familiar.<sup>35</sup> Se destaca que la asignación aleatoria de mentores puede estar relacionada con las diferencias de personalidades, que a la larga podrían impedir la consolidación del vínculo entre el mentor y el estudiante.<sup>37</sup>

### **CONCLUSIÓN**

La resiliencia del estudiante de medicina se construye en el ámbito personal y profesional. Los mentores reconocen las necesidades de cada estudiante, y mediante la empatía y la comunicación asertiva, brindan apoyo emocional y moral frente a las diferentes circunstancias de la vida, y al facilitar un vínculo seguro permiten un mayor éxito y crecimiento personal. Asimismo, en el campo profesional, proporcionan herramientas que permiten una adaptación al entorno clínico. Independientemente si el mentor es un docente o un par de año superior, los estudiantes lo reconocen como una figura significativa para el desarrollo de su resiliencia. Por otro lado, existen dificultades en la implementación de programas de mentoría relacionados a los costos, disponibilidad de mentores, la carga horaria y la dificultad de poder conciliar estas actividades con el ámbito académico. Finalmente, la mentoría contribuye a formar no solo buenos profesionales, sino también, buenos seres humanos.

**Presentaciones previas:** Ninguna.

**Financiamiento:** Autofinanciado.

**Conflicto de interés:** Los autores declaran no presentar conflicto de intereses.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine; Policy and Global Affairs; Board on Higher Education and Workforce; Committee on Effective Mentoring in STEMM; Dahlberg ML, Byars-Winston A (Eds). *The Science of Effective Mentorship in STEMM*. Washington (DC): National Academies Press (US); 2019. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK552772/>
2. Wu J, Olagunju AT. Mentorship in medical education: reflections on the importance of both unofficial and official mentorship programs. *BMC Med Educ* 24:1233, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06248-7>

3. Farkas AH, Allenbaugh J, Bonifacino E, y col. Mentorship of US Medical Students: a Systematic Review. *J Gen Intern Med* 34(11):2602-09, 2019. DOI: 10.1007/s11606-019-05256-4
4. Kunzler AM, Helmreich I, König J, y col. Psychological interventions to foster resilience in healthcare students. *Cochrane Database Syst Rev* 7(7):CD013684, 2020. DOI: 10.1002/14651858.CD013684
5. Song JY, Gao YQ, Li HP, y col. The latent category of resilience and its relationship with the mental health and coping styles of medical students. *Front Educ* 8:1114352, 2023. DOI: 10.3389/educ.2023.1114352
6. Shorbagi AL. Promoting resilience among medical students using the Wadi framework: a clinical teacher's perspective. *Front Med (Lausanne)* 11:1488635, 2024. DOI: 10.3389/fmed.2024.1488635
7. Farquhar J, Kamei R, Vidyarthi A. Strategies for enhancing medical student resilience: student and faculty member perspectives. *Int J Med Educ* 9:1-6, 2018. DOI: 10.5116/ijme.5a46.1ccc
8. Halayem S, Cheikhrouhou S, Zgueb Y, y col. Similarities and differences between tutoring and mentoring in medical education. *Tunis Med* 99(5):506-10, 2021. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35244898/>
9. Prevolos C, Grant A, Rayner M, y col. Peer Mentoring by Medical Students for Medical Students: A Scoping Review. *Med Sci Educ*. 2024. DOI: 10.1007/s40670-024-02108-7
10. Radha LK, Renganathan Y, Tay KT, y col. Educational roles as a continuum of mentoring's role in medicine - a systematic review and thematic analysis of educational studies from 2000 to 2018. *BMC Med Educ* 19(1):439, 2019. DOI: 10.1186/s12909-019-1872-8
11. Chan JSK, Lau DHH, King E, y col. Virtual medical research mentoring 20(4):e13598, 2023. DOI: 10.1111/tct.13598
12. Grygorenko Z, Naydonova G. The concept of "resilience": history of formation and approaches to definition. *PALR* (2):76-88, 2023. DOI: 10.36690/2674-5216-2023-2-76-88
13. American Psychological Association [Internet]. The road to resilience. Washington, DC: APP. 2014 [citado el 02 de noviembre del 2024]. Disponible en: <http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>
14. Oliveira ACB, Machado APG Mr, Aranha RN. Identification of factors associated with resilience in medical students through a cross-sectional census. *BMJ Open* 7(11):e017189, 2017. DOI: 10.1136/bmjopen-2017-017189
15. Thompson G, McBride RB, Hosford CC, Halaas G. Resilience Among Medical Students: The Role of Coping Style and Social Support. *Teach Learn Med* 28(2):174-182, 2016. DOI: 10.1080/10401334.2016.1146611
16. Ammar A, Mabrouk R, Chelly S, y col. Medical students' resilience level and its associated factors: A Tunisian study. *Tunis Med* 101(10):745-50, 2023.
17. Houpy JC, Lee WW, Woodruff JN, Pincavage AT. Medical student resilience and stressful clinical events during clinical training. *Med Educ Online* 22(1):13-20187, 2017. DOI: 10.1080/10872981.2017.1320187
18. Shrivastava SL, Shrivastava PS. Embracing Well-being: Strategies to Cultivate and Prioritize Wellness and Resilience in Undergraduate Medical Students. *J Mar Med Soc* 26(2):338-41, 2024. DOI: 10.4103/jmms.jmms\_111\_23
19. Chan L, Dennis AA. Resilience: insights from medical educators. *Clin Teach* 16(4):384-9, 2019. DOI: 10.1111/tct.13058
20. Neufeld A, Hughton B, Muhammadzai J, y col. Towards a better understanding of medical students' mentorship needs: a self-determination theory perspective. *Can Med Educ J* 12(6):72-7, 2021. DOI: 10.36834/cmej.71857
21. Aziz A, Shadab W, Siddique L, Mahboob U. Exploring the experiences of struggling undergraduate medical students with formal mentoring program at a private medical college in Rawalpindi. *Pak J Med Sci* 39(3):815-19, 2023. DOI: 10.12669/pjms.39.3.7114
22. Prayson RA, Bierer SB, Dannefer EF. Medical student resilience strategies: A content analysis of medical students' portfolios. *Perspect Med Educ* 6(1):29-35, 2017. DOI: 10.1007/s40037-016-0313-1
23. Chye SM, Kok YY, Chen YS, Er HM. Building resilience among undergraduate health professions students: identifying influencing factors. *BMC Med Educ* 24(1):1168, 2024. DOI: 10.1186/s12909-024-06127-1
24. Rios IC, Verzaro CD, Fernandes EM, y col. Mentoria de acolhimento para alunos ingressantes no curso de Medicina. *Rev Bras Educ Med* 45 (suppl 1), 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210127
25. Martins PMD, Bosak VX, Oliveski DL, y col. Mentoria entre pares na escola médica: uma estratégia colaborativa durante a pandemia da Covid-19. *Rev Bras Educ Med* 45(suppl 1), 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210143
26. Silveira RD, Guimaraes PR, Nunes KG, Generoso CM.

- O Programa de Mentoring da PUC Minas: relato de experiência. *Rev Bras Educ Med* 45(suppl 1), 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210131
27. Spina F, Bellodi PL. Pelo buraco da fechadura - estudo etnográfico de um grupo de mentoria na escola médica. *Rev Bras Educ Med* 45(suppl 1), 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210144
28. Aveiro M, de Castro M, Peres C, y col. Group mentoring for junior medical students: perceptions of mentees and mentors. *Rev Bras Educ Med* 33(4), 2009. DOI: 10.1590/S0100-55022009000400019
29. Asociación Peruana de Facultades de Medicina. PAMS implementará Programa de Mentoría en Investigación con médicos generales, residentes y estudiantes de las facultades de medicina del país. 2022 [citado el 2 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.aspefam.org.pe/prensa/09.05.2022.pdf>
30. Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Implementan en el INEN Programa de Mentoría para Médicos Residentes [Nota de prensa]. 2024 [citado el 2 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inen/noticias/931056-implementan-en-el-inen-programa-de-mentoria-para-medicos-residentes>
31. Córdova-Aguilar A, Cedillo-Ramírez L. Características del mentor en cirugía y su contribución en la educación del futuro. *Rev Fac Med Hum* 21(1):428-32, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i2.3541>
32. Programa de Mentoría Centrada en la Persona y el Desarrollo Humano. Folleto Informativo. 2023 [citado el 2 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://medicina.unmsm.edu.pe/wp-content/uploads/2023/05/Folleto-de-Mentoria-2023.pdf>
33. Perales A. Carlos Alberto Segúin: paradigma docente de la Facultad de Medicina de San Fernando, a 100 años de su nacimiento. *An Fac med* 69(1):59-61, 2008. <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v69n1/a13v69n1.pdf>
34. Almutairi H, Alsubaiei A, Abduljawad S, y col. Prevalence of burnout in medical students: A systematic review and meta-analysis. *Int J Soc Psychiatry* 68(6):1157-70, 2022. DOI: 10.1177/00207640221106691
35. Freitas E, Santos M. Implementation of mentoring in a medical school – mentors and students' perceptions. *Rev Bras Educ Med* 46(01):e030, 2022. DOI: 10.1590/1981-5271v46.1-20200501.ING
36. Camacho MI. Mentoría en educación superior, la experiencia en un programa extracurricular. *Rev electrón investig educ* 20(4):86-99, 2018. DOI: 10.24320/redie.2018.20.4.1999
37. Fornari A, Murray TS, Menzin AW, y col. Mentoring program design and implementation in new medical schools. *Med Educ Online* 19:24570, 2014. DOI: 10.3402/meo.v19.24570