

Dos años del Servicio Telemático de Apoyo Psicológico a Estudiantes de Medicina

## El SAPEM cumple dos años y amplía su ayuda a los estudiantes del MIR

- **365 estudiantes de Medicina atendidos en dos años**
- **Promover la salud mental de los estudiantes de Medicina, en un nuevo webinar**

El Servicio Telemático de Apoyo Psicológico a Estudiantes de Medicina ([SAPEM](#)) celebra dos años desde su puesta en marcha, el 22 de octubre de 2022, un periodo en el que ha proporcionado apoyo psicoemocional a 365 estudiantes de Medicina en España. Creado para abordar los trastornos mentales y el malestar emocional asociados al exigente período formativo de la carrera, el SAPEM desde ahora **también está disponible durante la preparación del examen MIR**.

“Estoy muy agradecida de haber solicitado esta ayuda. Creo que es muy importante que se valore más la salud de los estudiantes, y este sistema es un gran paso para ello”, asegura, de forma anónima, una de las 365 alumnas atendidas por el Servicio Telemático de Apoyo Psicológico a Estudiantes de Medicina (SAPEM).

Miles de WhatsApp escritos en el móvil habilitado para pedir ayuda, **669 438 903** y un total de 655 solicitudes recibidas, justifican el objetivo por el que este servicio fue creado: dotar de un recurso esencial para quienes enfrentan altos niveles de estrés académico en Medicina.

Dos años después de su lanzamiento, sus impulsoras, la Fundación para la Protección Social de la Organización Médica Colegial (FPSOMC), el Consejo Estatal de Estudiantes de Medicina (CEEM), la Fundación Mutual Médica (FMM), y la Fundación Galatea como colaboradora y proveedora de la atención, insisten en la importancia de mantener este servicio que no solo acompaña al estudiante en momentos de sobrecarga, sino que garantiza a futuros médicos sanos.

Para la **Dra. María Isabel Moya, vicepresidenta primera de la FPSOMC** y coordinadora nacional del Programa de Atención Integral al Médico Enfermo (PAIME), “estos dos años han demostrado la necesidad y el impacto de un servicio como el SAPEM”. “Hemos podido comprobar cómo el apoyo psicológico ha sido fundamental para muchos estudiantes, permitiéndoles gestionar el estrés y las demandas emocionales de una carrera tan exigente como Medicina. La elevada participación y las solicitudes recibidas nos confirman que este tipo de iniciativas son esenciales para el estudiantado, y seguiremos trabajando para mantener y ampliar este servicio, garantizando que ningún estudiante se sienta solo en su proceso formativo. Prestaciones como el SAPEM ejemplifican la labor y finalidad de la Fundación para la Protección Social de la OMC en favor de los profesionales y la sociedad en su conjunto”, explica.

Por su parte, el **Dr. Alejandro Andreu, presidente de la Fundación Mutual Médica**, asegura que “en estos dos años de vida del SAPEM, hemos constatado que el bienestar emocional y mental de los estudiantes de Medicina es fundamental para su desempeño formativo, hecho que sienta la base de su futuro como médicos”. En su opinión, “el apoyo de los profesionales de salud

mental y la participación de los estudiantes ha sido clave para el éxito del proyecto y refleja el impacto positivo del SAPEM tanto en la faceta académica como personal de los futuros facultativos”. “Desde nuestra fundación, dentro del programa Cuidar(me) estamos comprometidos a continuar y expandir este tipo de iniciativas”, afirma.

**Minerva Sánchez Rivera, coordinadora de la Comisión de Salud Mental del Consejo Estatal de Estudiantes de Medicina (CEEM)**, subraya que “la salud mental del estudiantado de Medicina pasa por su peor momento y es fundamental trabajar en la prevención y en la mejora del acceso a servicios de atención psicológica”. Además, insiste en la facilidad de acceso a este servicio al que se accede “con tan solo un WhatsApp que te permite poder pedir ayuda y tener un salvavidas”.

### **El 64% de los atendidos consultaron por dificultades académicas y debido a la elevada exigencia de la carrera**

Del alumnado atendido por el SAPEM en dos años, el 84% han sido mujeres, y las regiones con mayor incidencia de solicitudes incluyen Madrid (18%); Cataluña (16%); y Galicia y Andalucía, ambas con un 11%. Además, la mayoría de los alumnos se encuentra cursando el sexto año de Medicina (22%) y quinto curso (18%), lo que demuestra que es una etapa crítica para los estudiantes.

Con el inicio del nuevo curso y ante estos datos, el SAPEM ha ampliado su apoyo para incluir a los estudiantes que están preparando el examen MIR (Médico Interno Residente), uno de los periodos más difíciles de la carrera médica.

De hecho, el 64% de los atendidos consultaron por dificultades académicas, incluyendo desmotivación respecto a la carrera, elevada exigencia, ansiedad ante los exámenes y miedo a la reacción personal ante un paciente grave o sus familiares. La mayoría de las consultas se relacionan con estrés, ansiedad, presión y sobrecarga docente debido a exámenes y a la proximidad al MIR.

### **¿Cómo funciona el SAPEM?**

El SAPEM ([vídeo](#)) se gestiona de forma confidencial y ofrece a los estudiantes la posibilidad de recibir ayuda psicológica a través de una plataforma telemática, con sesiones por videoconferencia o teléfono, facilitando un espacio seguro donde pueden ser atendidos por profesionales de la salud mental del cuadro médico de la Fundación Galatea.

Los estudiantes que deseen recibir apoyo pueden contactar al SAPEM enviando un mensaje de WhatsApp al número **669 438 903**. Tras completar un formulario online, serán contactados de manera confidencial por profesionales de salud mental y podrán empezar las sesiones de psicología.

### **Webinar: Promoviendo la salud mental de los estudiantes de Medicina**

Próximamente, la Fundación para la Protección Social de la OMC lanzará un webinar a través de la Fundación para la Formación de la OMC, cuyo objetivo es sensibilizar sobre la situación actual de la salud mental de los estudiantes de Medicina. Este evento abordará la importancia de promover el autocuidado entre los futuros médicos para prevenir la mala praxis en su ejercicio profesional.

Madrid, 22 de octubre de 2024