

TENDENCIAS Y NOVEDADES EN EDUCACION MEDICA

Por Martha Eugenia Garcia Osorio, MD, MS

SOBRE EL AUTOR

Martha Eugenia Garcia Osorio es medica inmunóloga con experiencia y formación en las áreas de Humanidades en Medicina, Medicina del Estilo de Vida y Medicina Culinaria. Es profesora de la Escuela de medicina San Juan Bautista donde coordina el Programa de Humanidades en Medicina y de la Universidad Central del Caribe, ambas en Puerto Rico.

Actualmente es miembro activo de asociaciones profesionales en las tres áreas, incluyendo su rol como miembro de la Junta Directiva de AMESVIDA Colombia. Además, coordina cursos y experiencias académicas dirigidas a estudiantes de profesiones de la salud y profesionales en práctica en las áreas mencionadas. Ha presentado los resultados de su trabajo en diferentes foros internacionales.

Las últimas dos décadas han representado cambios y retos significativos en la prestación de servicios de salud tales como las desigualdades en la salud y las crisis de salud pública como la epidemia de opioides y la pandemia del COVID19, así como las altas tasas de agotamiento y suicidio entre los proveedores de salud. Para responder efectivamente a los desafíos presentes y futuros, los profesionales de la salud deben ser aprendices adaptativos de por vida, con capacidades para integrar el conocimiento científico con la inteligencia emocional, las habilidades de pensamiento crítico y comprensión del contexto social.

La educación médica está en constante evolución, con nuevas tendencias que surgen en respuesta al panorama cambiante de la atención médica y el conocimiento generado a partir de la investigación. Algunos de los temas más populares incluyen la educación interprofesional, la educación basada en simulación, la informática médica, la medicina personalizada y precisa, los determinantes sociales de la salud y la competencia cultural. Estas tendencias están moldeando la forma en que los profesionales de la salud son entrenados y educados, y en última instancia mejorando los resultados para los pacientes.

En los últimos años, han surgido e ideas importantes e innovadoras en este contexto. Algunas de estas iniciativas trascienden las disciplinas tradicionales e integran elementos de áreas conocidas y nuevas de conocimiento y preparan a nuestros futuros proveedores de atención médica para adaptarse e interactuar con nuestro mundo complejo.

Las Humanidades en la Salud / Medicina, la Medicina del Estilo de Vida y la Medicina Culinaria son ejemplos de campos transdisciplinarios que unen a los profesionales de la salud en ejercicio, académicos, pacientes, familias, comunidades, así como a estudiantes de pre-salud y profesiones de la salud.

La convergencia de las humanidades en la salud, la medicina del estilo de vida y la medicina culinaria proporciona un enfoque integral de la salud que aborda no solo lo físico sino también los aspectos culturales, sociales y psicológicos de la comida, la cultura y las opciones de estilo de vida.

HUMANIDADES EN SALUD

El campo de las humanidades se ha convertido en un componente vital de la educación de las profesiones de la salud, ya que ayuda a proporcionar un enfoque más integral y holístico en la atención al paciente. Este campo interdisciplinario combina el estudio de las humanidades, como la literatura, la filosofía y las artes, con el estudio de la salud y la medicina.

Las Humanidades en Salud exploran la condición humana y su intersección con la salud, la enfermedad y la curación a través de la lente de las humanidades y sus metodologías como medio para analizar la historia y la cultura de la medicina, explorando la encarnación, individualidad y la sociabilidad. A través de este enfoque, los estudiantes de medicina están expuestos a una amplia gama de perspectivas, lo que puede tener un impacto significativo en la calidad de atención que proporcionan y en su propio bienestar.

Las humanidades aplicadas están llenas de experiencias humanas subjetivas que pueden proporcionar a los futuros profesionales una ventana a la fragilidad humana, los sistemas de atención médica, la salud global y las consecuencias de la intervención médica o la falta de ella.

Uno de los beneficios más significativos de incorporar las humanidades en la educación médica, es el impacto que tiene en la atención compasiva. A través de las humanidades, los estudiantes pueden comprender mejor las experiencias emocionales y sociales de sus pacientes. Esta comprensión puede conducir a una atención más empática y compasiva, así como a una mejor comunicación y relaciones con los pacientes. Como resultado, los pacientes y sus familias pueden manifestar más confianza y apertura, lo que puede conducir a mejores resultados y satisfacción con la atención.

Además de mejorar la atención compasiva, la incorporación de las humanidades de la salud en la educación médica también puede tener un impacto positivo en la calidad de la atención brindada. Al exponer a los estudiantes a una gama más amplia de perspectivas e ideas, pueden pensar de manera más crítica y creativa durante el proceso de manejo del paciente. Esto puede conducir a diagnósticos más precisos, así como a planes de tratamiento más individualizados y efectivos.

Otro beneficio importante de la integración de las humanidades en la educación médica es su impacto en el bienestar personal de los estudiantes. Se sabe que el campo de la medicina es exigente, y el estrés y la presión pueden afectar el bienestar mental y

emocional de los estudiantes. Las humanidades y las artes proporcionan espacio para la autorreflexión y el autocuidado y el mejoramiento del estrés.

Varios grupos, organizaciones e instituciones de educación superior están trabajando en todo el mundo para promover la integración de las humanidades y las artes en la educación de las profesiones de la salud. Sus esfuerzos incluyen la identificación de competencias y resultados que las pedagogías basadas en las artes y las humanidades pueden ayudar a respaldar, la exploración de desafíos y oportunidades, la identificación de áreas de investigación adicional, el intercambio de recursos educativos y planes de estudios con otros educadores y la organización de eventos para difundir conocimientos y experiencias exitosas.

El número de divisiones y programas enfocados en arte y humanidades dentro de las instituciones de educación superior y de atención de la salud ha aumentado durante los últimos años y ofrece una variedad de oportunidades educativas, que incluyen asignaturas optativas o electivas, seminarios, programas de pregrado y posgrado, programas académicos, tutoriales individuales, eventos especiales, boletines y bases de datos en el campo.

Los ejemplos de la incorporación del arte y las humanidades programas de medicina incluyen el uso de la literatura para enseñar empatía e inteligencia emocional, el uso de las artes visuales y el teatro para explorar la experiencia del paciente y el uso de perspectivas históricas para comprender los determinantes sociales de la salud. Los estudiantes de medicina también participan en visitas a museos y otras instituciones culturales, talleres dirigidos por artistas y académicos de humanidades y cursos que integran las artes y las humanidades en el estudio de la medicina. Además, algunas facultades de medicina han implementado programas como "Medicina narrativa" y el cine como herramienta educativa (Cinemeducation) que son enfoques que capacitan a los médicos para ser oyentes atentos y comprender y apreciar las historias de sus pacientes.

FEPAFEM ha creado este espacio para resaltar las mejores prácticas, los diálogos académicos y guiar la acción en el papel multifacético que las artes y las humanidades pueden desempeñar en la transformación de la educación médica para mejorar la experiencia del paciente, mejorar la salud de la población, reducir los costos y promover el bienestar.

MEDICINA DEL ESTILO DE VIDA

La medicina del estilo de vida es un campo de la medicina relativamente nuevo que se enfoca en el uso de intervenciones basadas en la evidencia dentro de seis pilares: —un patrón de alimentación con predominio de plantas y alimentos integrales, actividad física, sueño reparador, manejo del estrés, evitar sustancias riesgosas y establecimiento de conexiones sociales positivas—, para prevenir, tratar y revertir enfermedades crónicas, mientras se promueve el autocuidado. Este campo tiene sus orígenes a principios del siglo XX, con el trabajo de algunos pioneros en todo el mundo,

quienes reconocieron la importancia de los factores del estilo de vida en el desarrollo y progresión de enfermedades crónicas como las enfermedades cardiovasculares, la obesidad y la diabetes tipo 2.

En las últimas décadas, este campo ha cobrado impulso, ya que se ha seguido acumulando evidencia sobre el poderoso impacto de los factores del estilo de vida en la salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reconocido que las enfermedades crónicas representan la mayoría de las muertes en todo el mundo y que estas enfermedades se pueden prevenir en gran medida mediante cambios en el estilo de vida. Además, la aparición de nuevas tecnologías y métodos de investigación ha permitido una mejor comprensión de los mecanismos por los que los factores del estilo de vida influyen en la salud.

El Colegio Americano de Medicina del Estilo de Vida (ACLM, <https://lifestylemedicine.org/>) inició los pasos para establecer los estándares que dan forma a la medicina del estilo de vida como un campo propio. ACLM lo define como “la práctica basada en la evidencia de ayudar a las personas y familias a adoptar y mantener comportamientos saludables que afectan la salud y la calidad de vida”. En 2015, la ACLM inició la Alianza Global de Medicina del Estilo de Vida (<https://lifestylemedicineglobal.org/>) para agrupar asociaciones profesionales de medicina del estilo de vida de todo el mundo para la colaboración científica, incluidas varias de la región de las Américas, como Brasil, Chile, Colombia y México. Argentina y Costa Rica. Múltiples eventos, conferencias e iniciativas de estilo de vida se organizan cada año en todo el mundo.

Los profesionales de la salud que practican la medicina del estilo de vida informan mejoras significativas en enfermedades como la hipertensión y la diabetes tipo 2 a través de cambios en el estilo de vida. De hecho, un número creciente de publicaciones de investigación evidencian los beneficios de ajustar los hábitos de estilo de vida para mejorar los resultados de salud.

El creciente interés en la medicina del estilo de vida también se ha atribuido al hecho de que las personas son cada vez más conscientes de los beneficios de llevar un estilo de vida saludable. Lo anterior, plantea la necesidad de que los profesionales de la salud brinden orientación y asistencia profesional.

La medicina del estilo de vida se puede incorporar en los tres niveles de prevención. En el nivel primario, se enfoca en la prevención de enfermedades crónicas a través de estrategias de promoción de la salud y prevención de enfermedades. Esto incluye educar a las personas y las comunidades sobre estilos de vida saludables, como una nutrición adecuada, actividad física, manejo del estrés y abandono del tabaco y el alcohol. En el nivel secundario, se usa para controlar enfermedades crónicas, como diabetes, enfermedades cardíacas y obesidad. Esto puede incluir trabajar con personas para crear planes de tratamiento personalizados que incorporen cambios en el estilo de vida, como dieta y ejercicio, además de medicamentos. En el nivel terciario, se usa para tratar etapas avanzadas de enfermedades crónicas, como insuficiencia cardíaca

en etapa terminal o cáncer avanzado. Esto puede incluir cuidados paliativos y servicios de hospicio, así como apoyo a los pacientes y sus familias para controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida.

El campo de la medicina del estilo de vida tiene paralelismos con otras disciplinas, como la nutrición y la dietética, la medicina integrativa, la medicina funcional, la medicina preventiva, así como las prácticas complementarias y alternativas; sin embargo, cada una de esas disciplinas tiene un enfoque de atención clave distintivo. El enfoque de la medicina del estilo de vida busca identificar las causas fundamentales de la enfermedad, priorizar las intervenciones de estilo de vida para el tratamiento y la remisión y considera al paciente como un copiloto en el proceso.

La medicina del estilo de vida ha evolucionado como especialidad y certificación en varios países. Los médicos certificados en la disciplina están capacitados para aplicar cambios en el estilo de vida prescriptivos, integrales y basados en la evidencia para tratar y, cuando se usan de manera intensiva, a menudo revertir tales afecciones.

Las similitudes en la filosofía entre la medicina del estilo de vida y especialidades como la medicina física y la rehabilitación y la medicina familiar, las hacen complementarias y sinérgicas en el tratamiento integral del paciente en su contexto social.

La importancia de la medicina del estilo de vida para los profesionales de la salud y la educación es innegable. El modelo de atención biomédico tradicional, que se centra en intervenciones farmacológicas y quirúrgicas, no es suficiente para abordar las causas fundamentales de estas enfermedades y promover un "enfoque de salutogénesis", una patogénesis inversa. A pesar de ser un recién llegado al campo de la medicina, la medicina del estilo de vida se está incorporando cada vez más a los planes de estudios de ciencias de la vida. Varias instituciones de profesiones de la salud lo incluyen en su currículo; y otras organizaciones hermanas de la Alianza Global en Medicina del Estilo de Vida, ofrecen cursos y certificados profesionales a los candidatos elegibles.

Esta disciplina es especialmente adecuada para la educación interprofesional en la que los estudiantes de dos o más profesiones del cuidado de la salud aprenden juntos durante toda o parte de su formación profesional con el objetivo de cultivar la práctica colaborativa para brindar atención centrada en el paciente.

Además, al incorporar la medicina del estilo de vida en la educación de las profesiones de la salud, los estudiantes estarán mejor preparados para abordar la epidemia de enfermedades crónicas que afecta a nuestra sociedad. De hecho, estarán expuestos a las últimas investigaciones y evidencia sobre los factores del estilo de vida y su impacto en la salud y aprenderán cómo comunicarse de manera efectiva con los pacientes sobre los cambios en el estilo de vida, para ayudarlos en el proceso de cambiar sus hábitos.

Los profesionales de la salud y los estudiantes interesados en la tecnología pueden encontrar que la medicina del estilo de vida es el campo perfecto para ellos,

combinando el uso de la tecnología con la capacidad de tener un impacto positivo en la vida de los pacientes. Este enfoque permite a los pacientes tomar el control de su información en salud y permite a los profesionales monitorear su progreso de manera preventiva. En última instancia, esto conduce a una asociación más efectiva entre los proveedores de atención médica y los pacientes, un objetivo que es de vital importancia para mejorar la salud de nuestras poblaciones.

FEPAFEM ha designado este espacio para resaltar las mejores prácticas, eventos, diálogos, oportunidades y guiar la acción en esta área emergente de interés para la educación de las profesiones de la salud.

MEDICINA CULINARIA

La medicina culinaria es otro campo relativamente nuevo que combina los principios de la nutrición y las artes culinarias con la educación médica tradicional para promover una alimentación saludable y mejorar los resultados de los pacientes. La historia de la medicina culinaria se remonta a principios de la década de 2000, cuando algunas facultades de medicina comenzaron a incorporar la formación culinaria en sus planes de estudios para enseñar a los estudiantes la importancia de la nutrición en la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas.

La medicina culinaria y la medicina del estilo de vida convergen de muchas maneras, ya que ambas se centran en mejorar las condiciones de salud a través de la dieta y las opciones de estilo de vida saludable. La medicina culinaria es una disciplina que utiliza los principios de la nutrición y las artes culinarias para prevenir y tratar enfermedades crónicas y enfatiza el uso de alimentos integrales ricos en nutrientes y el desarrollo de habilidades culinarias para crear comidas deliciosas y saludables. La medicina del estilo de vida, por su parte, es un campo que se enfoca en el uso de cambios en el estilo de vida, como la dieta, el ejercicio y el manejo del estrés, para prevenir y tratar enfermedades crónicas. Los dos campos coinciden en su énfasis en el uso de los alimentos como medicina y la importancia de desarrollar hábitos saludables para el bienestar general. Juntas, la medicina culinaria y la medicina del estilo de vida brindan un enfoque integral para mejorar la salud.

La importancia de la medicina culinaria en la educación de las profesiones de la salud y la atención al paciente se basa en el hecho de que la dieta juega un papel importante en el desarrollo y la progresión de enfermedades crónicas como las enfermedades cardíacas, la diabetes y la obesidad. El modelo de atención biomédico tradicional, que se centra en las intervenciones farmacológicas y quirúrgicas, no es suficiente para abordar las causas profundas de estas enfermedades, que en gran medida están relacionadas con los malos hábitos alimentarios.

La incorporación de la medicina culinaria en la educación de las profesiones de la salud puede tener un impacto significativo en la atención al paciente. Los futuros profesionales de la salud que están capacitados en medicina culinaria están mejor equipados para educar a sus pacientes sobre la importancia de una alimentación saludable y brindarles consejos prácticos sobre cómo mejorar sus dietas. Esto puede

generar mejores resultados y una mayor satisfacción del paciente, ya que es más probable que los pacientes realicen y mantengan cambios saludables en su estilo de vida cuando reciben consejos claros y prácticos sobre cómo hacerlo.

Además, la medicina culinaria también puede desempeñar un papel en el manejo de las disparidades de salud, ya que puede ayudar a mejorar el acceso a alimentos saludables para las comunidades desatendidas. Al enseñar a los profesionales de la salud sobre los factores sociales y económicos que contribuyen a los malos hábitos alimentarios, la medicina culinaria puede ayudar a promover políticas y programas que aumenten el acceso a alimentos saludables para todos.

La gastronomía culturalmente sensible es un aspecto importante de la medicina culinaria porque reconoce y respeta los antecedentes culturales y las preferencias dietéticas de las personas. Al considerar el contexto cultural, la gastronomía culturalmente sensible crea comidas y programas de nutrición que son tanto nutricionalmente equilibrados como culturalmente apropiados. Este enfoque tiene varios beneficios. En primer lugar, promueve la diversidad cultural y el respeto por las diferentes tradiciones alimentarias. Esto es especialmente importante en sociedades multiculturales donde las personas de diferentes orígenes pueden tener diferentes hábitos alimenticios. En segundo lugar, puede aumentar la aceptabilidad y la adherencia a un programa de nutrición, ya que es más probable que las personas sigan una dieta que sea consistente con sus preferencias y antecedentes culturales. En tercer lugar, puede contribuir a una mejor comprensión de la relación entre la comida y la cultura, y cómo moldea las percepciones, actitudes y comportamientos de las personas hacia la comida.

La gastronomía culturalmente sensible también tiene un papel importante para abordar las disparidades de salud y brindar atención culturalmente competente, particularmente cuando se trata de personas de comunidades marginadas. Estas comunidades a menudo se ven afectadas de manera desproporcionada por enfermedades crónicas relacionadas con la dieta y el estilo de vida. Al considerar el contexto cultural al crear programas y comidas de nutrición, los proveedores de atención médica pueden abordar mejor las necesidades únicas de estas comunidades y disminuir las disparidades de salud.

En los últimos años, ha habido varias iniciativas encaminadas a incorporar la medicina culinaria en los planes de estudio de las profesiones sanitarias. Un ejemplo de tal iniciativa es el programa pionero en Educación en Medicina Culinaria (CME) desarrollado por el Centro Goldring de Medicina Culinaria en la Universidad de Tulane. El programa brinda a los estudiantes de medicina, residentes y profesionales de la salud clases prácticas de cocina, educación sobre nutrición e instrucción en medicina culinaria. El objetivo de este programa es capacitar a los profesionales de la salud con las habilidades y el conocimiento que necesitan para promover hábitos alimenticios saludables y prevenir enfermedades crónicas.

Otro ejemplo es el Programa de Medicina Culinaria desarrollado por la Facultad de Medicina de San Francisco de la Universidad de California. Este programa enseña a los estudiantes de medicina y residentes cómo usar los alimentos como medicina, con un enfoque en la educación nutricional, clases de cocina y gastronomía culturalmente sensible. El programa también incluye capacitación sobre cómo aconsejar a los pacientes sobre nutrición y cómo integrar esta información en su práctica clínica.

De manera similar, la Iniciativa de Medicina Culinaria de la Facultad de Medicina de la Universidad de Alabama en Birmingham brinda educación en medicina culinaria a estudiantes de medicina, residentes y médicos en ejercicio. El programa incluye clases prácticas de cocina, educación nutricional y capacitación sobre cómo aconsejar a los pacientes sobre nutrición.

La Escuela de Medicina de la Universidad de Carolina del Sur en Greenville es la primera escuela de medicina en los Estados Unidos en incorporar completamente la educación en nutrición, actividad física, cambio de comportamiento y cuidado personal, incluida la resiliencia, en los cuatro años de su plan de estudios de pregrado. A través de su asociación clínica con Prisma Health–Upstate, anteriormente Greenville Health System, la escuela se dedica a presentar a los estudiantes lo último en atención al paciente del mundo real para promover el autocuidado entre el alumnado mientras avanzan en su programa y para que los estudiantes puedan impartir este conocimiento a sus futuros pacientes.

Estas iniciativas son solo algunos ejemplos de la tendencia creciente de incorporar la medicina culinaria en los planes de estudio de las profesiones de la salud. Estos programas tienen como objetivo dotar a los profesionales de la salud de las habilidades y conocimientos necesarios para promover hábitos de alimentación saludable y prevenir enfermedades crónicas, y son un paso importante para brindar una atención más integral a los pacientes.

FEPAFEM ha designado este espacio para resaltar las mejores prácticas, eventos, diálogos, oportunidades y guiar la acción en esta área emergente de interés para la educación de las profesiones de la salud.

ENGLISH VERSION
EMERGING AND TRENDY TOPICS IN MEDICAL EDUCATION
By Martha Eugenia Garcia Osorio, MD, MS

The past two decades have represented significant changes in healthcare delivery, health disparities, and public health crises such as the opioid epidemic and the coronavirus pandemic, as well as high rates of physician burnout and suicide. To effectively respond to these and future challenges, physicians must be adaptive lifelong learners who integrate scientific knowledge with emotional intelligence, critical thinking skills, and an understanding of social context.

Medical education is constantly evolving, with new trends emerging regularly to reflect the changing healthcare landscape and the latest research and evidence. Some of the trendiest topics include Interprofessional education, simulation-based education, medical informatics, personalized and precision medicine, social determinants of health, and cultural competency. These trends are shaping the way healthcare professionals are trained and educated, and ultimately improving patient outcomes.

During the last years, some important and innovative ideas have emerged and reemerged within this context. Some of those initiatives transcend traditional disciplines and integrate elements of well-known and new areas of knowledge and prepare our future health care providers to adapt and engage with our complex world.

Health / Medical Humanities, Lifestyle Medicine and Culinary Medicine are examples of transdisciplinary fields that unite practicing health professionals, scholars, patients, families, communities, as well as pre-health and health professions students. The convergence of health humanities, lifestyle medicine, and culinary medicine provides a comprehensive approach to health that addresses not only the physical but also the cultural, social, and psychological aspects of food, culture, and lifestyle choices.

HEALTH HUMANITIES

The field of health humanities has emerged as a vital component of health professions education, as it helps to provide a more well-rounded and holistic approach to healthcare. This interdisciplinary field combines the study of humanities, such as literature, philosophy, and the arts, with the study of health and medicine.

The Health/Medical Humanities explores the human condition and its intersection with health, illness, and healing through the lens of the humanities and its methodologies as a means of interrogating the history and culture of medicine, exploring embodiment, selfhood, and sociality. Through this approach, medical students are exposed to a broader range of perspectives, which can have a significant impact on the quality of care they provide and their own self-wellness.

The applied humanities are rich with subjective human experiences that can provide future health professionals with windows into the fragility of health, the healthcare systems, global health, and the human consequence of medical intervention, or lack thereof.

One of the most significant benefits of incorporating health humanities into medical education is the impact it has on compassionate care. By exposing medical students to the humanities, they can better understand the emotional and social experiences of their patients. This understanding can lead to more empathetic and compassionate care, as well as improved communication and relationships with patients. As a result,

patients are more likely to trust and open to their healthcare providers, which can lead to better outcomes and satisfaction with care.

In addition to improving compassionate care, the incorporation of health humanities in medical education can also have a positive impact on the quality of care provided. By exposing medical students to a broader range of perspectives and ideas, they can think more critically and creatively when it comes to diagnosing and treating patients. This can lead to more accurate diagnoses, as well as more individualized and effective treatment plans.

Another important benefit of health humanities in medical education is its impact on self-wellness of the medical students. The medical field is known to be demanding, and the stress and pressure can take a toll on the mental and emotional well-being of medical students. Health humanities can provide a much-needed outlet for self-reflection and self-care, as students are exposed to different ways to cope with stress, improve empathy and emotional intelligence, and work on their own well-being.

Several groups, organizations and higher education institutions are working around the world to promote the integration of health humanities in health professions educations. Their efforts include the identification of competencies and outcomes that arts-and-humanities-based pedagogies can help support, the exploration of challenges and opportunities and areas of further research, sharing of educational resources and curricula to other educators and organization of events to disseminate successful experiences.

The number of divisions and programs focused on health humanities within higher education and health care institutions had increased during the past years offering a variety of educational opportunities, including electives, seminars, undergraduate and graduate programs, scholar programs, individual tutorials, special events, newsletter, and humanities databases.

Examples of incorporating art and humanities in the medical curriculum include using literature to teach empathy and emotional intelligence, using visual arts and theater to explore the patient experience, and using historical perspectives to understand the social determinants of health. Medical students may also be exposed to the arts and humanities through field trips to museums and other cultural institutions, workshops led by artists and humanities scholars, and courses that integrate the arts and humanities into the study of medicine. Additionally, some medical schools have implemented programs such as "Narrative Medicine" and the use of movies in education (Cinemeducation) which are approaches that trains physicians to be attentive listeners, and to understand and appreciate the stories of their patients.

PAFAMS has created this space to highlight best practices, dialogues, and guide action in the multifaceted role the arts and humanities may play in transforming medical education to enhance the patient experience, improve population health, reduce costs, and promote well-being.

LIFESTYLE MEDICINE

Lifestyle Medicine is a relatively new field of medicine that focuses on the use of evidence-based lifestyle interventions within six pillars: —a whole-food, plant-predominant eating pattern, physical activity, restorative sleep, stress management, avoidance of risky substances and positive social connections—, to prevent, treat, and reverse chronic diseases while promotes self-care. This field has its origins in the early 20th century, with the work some pioneers around the world, who recognized the importance of lifestyle factors in the development and progression of chronic diseases such as cardiovascular disease, obesity, and type 2 diabetes.

In the last decades, the field of Lifestyle Medicine has gained momentum, as the evidence has continued to accumulate on the powerful impact of lifestyle factors on health. The World Health Organization (WHO) has recognized that chronic diseases account for most deaths worldwide, and that these diseases are largely preventable through lifestyle changes. Moreover, the emergence of new technologies and research methods have allowed for a better understanding of the mechanisms by which lifestyle factors influence health.

The American College of Lifestyle Medicine (ACLM, <https://lifestylemedicine.org/>) started the steps to establish the standards shaping lifestyle medicine as a field of its own. ACLM defines it as “the evidence-based practice of helping individuals and families adopt and sustain healthy behaviors that affect health and quality of life”. In 2015, the ACLM initiated the Lifestyle Medicine Global Alliance (<https://lifestylemedicineglobal.org/>) to group worldwide lifestyle medicine professional associations for scientific collaboration, including several from the Americas region such as Brazil, Chile, Colombia, Mexico, Argentina and Costa Rica. Multiple events, conferences and lifestyle initiatives are organized every year around the world.

Health professionals practicing lifestyle medicine report significant improvements in diseases such as hypertension and type 2 diabetes through lifestyle changes. Indeed, a growing number of research publications evidencing the benefits of adjusting one’s lifestyle habits to improve health outcomes.

The rising interest in lifestyle medicine has been also attributed to the fact that people are increasingly becoming more aware of the benefits of leading a healthy lifestyle. As such, there is a need for healthcare professionals to provide professional guidance and assistance.

Lifestyle medicine can be incorporated at the three prevention levels. At the primary level, lifestyle medicine focuses on preventing chronic diseases through health promotion and disease prevention strategies. This includes educating individuals and communities on healthy lifestyle choices, such as proper nutrition, physical activity, stress management, and tobacco and alcohol cessation. At the secondary level, lifestyle

medicine is used to manage chronic diseases, such as diabetes, heart disease, and obesity. This may include working with individuals to create personalized treatment plans that incorporate lifestyle changes, such as diet and exercise, in addition to medication. At the tertiary level, lifestyle medicine is used to treat advanced stages of chronic diseases, such as end-stage heart failure or advanced cancer. This may include palliative care and hospice services, as well as support for patients and their families to manage symptoms and improve quality of life.

Lifestyle Medicine field draws parallels to other disciplines including nutrition and dietetics, integrative medicine, functional medicine, preventive medicine as well as complementary and alternative practices; however, each one of those disciplines have distinctive key care approach. Lifestyle medicine approach looks to identify root causes of disease, prioritize lifestyle interventions for treatment and remission and considers the patient more often in copilot role.

Lifestyle medicine has evolved as specialty and certification in several countries. Lifestyle medicine certified clinicians are trained to apply evidence-based, whole-person, prescriptive lifestyle change to treat and, when used intensively, often reverse such conditions.

Similarities in philosophy between lifestyle medicine and specialties such as physical medicine and rehabilitation and family medicine, make them complementary and synergistic in treating the whole patient in their social context.

The importance of Lifestyle Medicine for healthcare professionals and education is undeniable. The traditional biomedical model of care, which focuses on pharmacological and surgical interventions, is not sufficient to address the root causes of these diseases and promote a “salutogenesis approach”, a reversed pathogenesis. Despite being a newcomer to the medical field, lifestyle medicine is increasingly getting incorporated into life science curricula. Several health professions institutions include it in its curriculum; and other sister organizations of the Lifestyle Medicine Global Alliance offer professional courses and certificates to eligible candidates.

Lifestyle Medicine is uniquely suited to interprofessional education where students from two or more health care professions learn together during all or part of their professional training with the objective of cultivating collaborative practice for providing patient-centered care.

Furthermore, by incorporating Lifestyle Medicine into health professions education, students will be better prepared to address the chronic disease epidemic that is affecting our society. Indeed, they will be exposed to the latest research and evidence on lifestyle factors and their impact on health and will learn how to communicate effectively with patients about lifestyle changes, to support them in the process of changing their habits.

Healthcare professionals and students who are interested in technology may find that lifestyle medicine is the perfect field for them. It combines the use of technology with the

ability to make a positive impact on patients' lives. This approach allows patients to take control of their health data and enables healthcare professionals to monitor their progress in a preventive manner. Ultimately, this leads to a more equal partnership between health care providers and patients, a goal that is critically important to improve the health of our populations.

PAFAMS has designated this space to highlight best practices, events, dialogues, opportunities, and guide action in this emerging area of interest for health professions education.

CULINARY MEDICINE

Culinary medicine is a relatively new field that combines the principles of nutrition and culinary arts with traditional medical education to promote healthy eating and improve patient outcomes. The history of culinary medicine can be traced back to the early 2000s, when a few medical schools began to incorporate culinary training into their curricula to teach medical students about the importance of nutrition in the prevention and treatment of chronic diseases.

Culinary medicine and lifestyle medicine intersect in many ways, as both focus on promoting healthy living through diet and lifestyle choices. Culinary medicine is a discipline that uses the principles of nutrition and culinary arts to prevent and treat chronic diseases. It emphasizes the use of whole, nutrient-dense foods, and the development of cooking skills to create delicious and healthy meals. Lifestyle medicine, on the other hand, is a field that focuses on the use of lifestyle changes, such as diet, exercise, and stress management, to prevent and treat chronic diseases. The two fields overlap in their emphasis on the use of food as medicine and the importance of developing healthy habits for overall well-being. Together, culinary medicine and lifestyle medicine provide a comprehensive approach to improving health by addressing both the physical and psychological aspects of nutrition and lifestyle choices.

The importance of culinary medicine in health professions education and patient care is rooted in the fact that diet plays a significant role in the development and progression of chronic diseases such as heart disease, diabetes, and obesity. The traditional biomedical model of care, which focuses on pharmacological and surgical interventions, is not sufficient to address the root causes of these diseases, which are largely related to poor dietary habits.

The incorporation of culinary medicine into health professions education can have a significant impact on patient care. Future healthcare professionals who are trained in culinary medicine are better equipped to educate their patients about the importance of healthy eating and to provide them with practical advice on how to improve their diets. This can lead to better outcomes and improved patient satisfaction, as patients are more likely to make and maintain healthy lifestyle changes when they are provided with clear, actionable advice on how to do so.

Furthermore, culinary medicine can also play a role in addressing health disparities, as it can help to improve access to healthy food for underserved communities. By teaching healthcare professionals about the social and economic factors that contribute to poor dietary habits, culinary medicine can help to promote policies and programs that increase access to healthy food for all.

Culturally sensitive gastronomy is an important aspect of culinary medicine because it recognizes and respects the cultural background and dietary preferences of individuals. By considering cultural context, culturally sensitive gastronomy creates meals and nutrition programs that are both nutritionally balanced and culturally appropriate. This approach has several benefits. First, it promotes cultural diversity and respect for different food traditions. This is especially important in multicultural societies where people from different backgrounds may have different dietary habits. Secondly, it can increase the acceptability and adherence to a nutrition program, as people are more likely to stick to a diet that is consistent with their cultural background and preferences. Thirdly, it can contribute to a better understanding of the relationship between food and culture, and how it shapes people's perceptions, attitudes, and behaviors towards food.

Culturally sensitive gastronomy also has an important role in addressing health disparities and providing culturally competent care, particularly when it comes to people from marginalized communities. These communities are often disproportionately affected by chronic diseases that are related to diet and lifestyle. By considering cultural context when creating nutrition programs and meals, healthcare providers can better address the unique needs of these communities and decrease health disparities.

In recent years, there have been several initiatives aimed at incorporating culinary medicine into the curricula of health professions. One example of such an initiative is the pioneer program in Culinary Medicine Education (CME) Program developed by the Goldring Center for Culinary Medicine at Tulane University. The program provides medical students, residents and health professionals with hands-on cooking classes, nutrition education and culinary medicine instruction. The goal of this program is to empower healthcare professionals with the skills and knowledge they need to promote healthy eating habits and prevent chronic diseases.

Another example is the Culinary Medicine Program developed by the University of California, San Francisco School of Medicine. This program teaches medical students and residents how to use food as medicine, with a focus on nutrition education, cooking classes, and culturally sensitive gastronomy. The program also includes training on how to counsel patients on nutrition, and how to integrate this information into their clinical practice.

Similarly, The Culinary Medicine Initiative by The University of Alabama at Birmingham School of Medicine provides culinary medicine education to medical students, residents, and practicing physicians. The program includes hands-on cooking classes, nutrition education, and training in how to counsel patients about nutrition.

The UofSC School of Medicine Greenville is the first medical school in the United States to fully incorporate education in nutrition, physical activity, behavior change, and self-care including resiliency into all four years of its undergraduate medical school curriculum. Through its clinical partnership with Prisma Health–Upstate, formerly Greenville Health System, the school is dedicated to introducing students to the latest in real-world patient care to promote self-care among the student body as they persevere through school, and for students to impart this knowledge to their future patients.

These initiatives are just a few examples of the growing trend of incorporating culinary medicine into the curricula of health professions. These programs aim to provide healthcare professionals with the skills and knowledge they need to promote healthy eating habits and prevent chronic diseases, and they are an important step towards providing more comprehensive care to patients.

PAFAMS has designated this space to highlight best practices, events, dialogues, opportunities, and guide action in this emerging area of interest for health professions education.