

PROGRAMA *LIVER MENTORING* DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA PARA EL ESTUDIO DEL HÍGADO - GRUPO JOVEN

Introducción

Según el diccionario de la lengua española, el término «mentor» proviene del griego Méntor, personaje de la Odisea, consejero de Telémaco, y significa «consejero o guía, maestro». Por extensión, el concepto de mentor se refiere a quien actúa como guía o consejero de otra persona. Dicho de otro modo, un mentor es una persona que, con mayor sabiduría, experiencia o conocimiento, ayuda a otra con menos. El mentor ideal debería ser consejero, fuente de inspiración, de energía y de motivación, teniendo como objetivos guiar, estimular, desafiar y elevar a la máxima potencia las capacidades y talentos de una persona tanto a nivel personal como profesional. A la persona que recibe estas enseñanzas se la conoce tradicionalmente como *mentee* o aprendiz y la relación entre el mentor y el aprendiz como *mentoring* o mentoría. Una relación entre el mentor y el aprendiz exitosa es una relación sinérgica o simbiótica, en la que ambas partes se benefician.

Desde la AEEH en colaboración con su Grupo Joven, queremos poner en marcha el programa de ***Liver Mentoring***. Antes de detallar las características concretas del programa, nos gustaría explicar los principios básicos del mismo.

1. Mentor

1.1 ¿Cuál es el papel del mentor?

El mentor debe ser una figura de referencia con una gran experiencia en el ámbito profesional y contar con aquellos valores humanos que hacen que sea un modelo a seguir para el aprendiz. El mentor deberá y se preocupará por transmitir esta experiencia y estos valores a la persona que esté guiando en ese momento.

Las funciones que debería cumplir un mentor se han resumido utilizando las propias letras de la palabra **MENTORING**: **M** de meeting, **E** de enthusiasm, **N** de networking, **T** de building a team, **O** de oral skills, **R** de respect, **I** de intellectual curiosity, **N** de non-academic careers y **G** de many things. Se ha sugerido que los diversos roles que debe desempeñar el mentor serían los siguientes: profesor (enseñando al aprendiz tanto desde la perspectiva docente como investigadora), patrocinador (ayudando al aprendiz a establecer conexiones con otros profesionales), consejero (sirviendo de guía al aprendiz a lo largo de su carrera profesional), protector (frente a los múltiples obstáculos que el aprendiz a buen seguro encontrará en su camino), modelo (sirviendo

de ejemplo a emular), entrenador (facilitando instrucción, estrategia y motivación) y confidente (proporcionando apoyo emocional).

1.2 ¿Cuáles son las características de un buen mentor?

A continuación se enumeran las características que un buen mentor debería cumplir y, por tanto, las claves para una relación de mentoría exitosa: altruismo y generosidad, honestidad, credibilidad y fiabilidad, experiencia, entusiasmo, liderazgo, persistencia y dedicación, espíritu crítico y perfeccionismo, respeto, escucha activa y sinceridad, flexibilidad, actitud positiva ante el fracaso, habilidad para identificar fortalezas y debilidades, priorización de objetivos, trabajo en equipo, establecimiento de una red de colaboradores, equilibrio personal/profesional y por último, disponibilidad de tiempo.

2. Mentee/aprendiz

2.1 ¿Cuáles son las características de un buen aprendiz?

El éxito de una relación de mentoría depende, como hemos visto, en gran parte del mentor; pero también requiere un considerable esfuerzo por parte del aprendiz. Evidentemente, disponer de un mentor precisa que alguien tenga la generosidad de brindarse a ello, pero el primer paso es abrirse a que esto suceda sabiéndose rodear de personas con experiencia y mostrando interés, inquietud y humildad.

Las características de un aprendiz efectivo eran: recepción a la retroalimentación, escucha activa, respeto al tiempo del mentor, cumplimiento de los plazos pactados y responsabilidad a la hora de gestionar la relación mentor-aprendiz y su propio aprendizaje. Al inicio de la relación el mayor peso lo tiene el mentor; posteriormente, el aprendiz adquiere un papel de mayor protagonismo y es donde debe poner en juego su iniciativa y proactividad.

El aprendiz debe ser respetuoso con el tiempo del mentor. Así, en las reuniones de mentoría, debería llevar bien preparada la agenda con los asuntos a tratar. No obstante, esto es compatible con dedicar, ocasionalmente, un cierto tiempo a realizar un *brainstorming*. Es importante pactar con antelación un calendario temporal de objetivos a cumplir, lo que permitirá programar adecuadamente las distintas actividades de mentoría. El talante del aprendiz debe ser siempre crítico, pero constructivo. Debe tener desarrollada la capacidad de autocrítica y apertura a la retroalimentación.

Con un calendario pactado de antemano con unos objetivos definidos, se podrá programar adecuadamente las distintas actividades de mentoría. «Una meta

establecida de manera apropiada, está al 50% de lograrse» (Zig Ziglar). En este sentido, una de las situaciones de mayor frustración para el mentor ocurre cuando el aprendiz comienza un proyecto y no lo finaliza; si esta circunstancia es inevitable, al menos el aprendiz debe informar al mentor lo antes posible de que no podrá finalizar el proyecto al que se había comprometido.

3. ¿Cuáles son los beneficios de la relación mentor-aprendiz?

Básicamente, una relación mentor-aprendiz es exitosa si ambas partes consideran que lo es. La mentoría tiene una importante influencia en el desarrollo profesional, la orientación sobre la carrera, la elección de ésta y la productividad investigadora, incluyendo el éxito en la publicación de artículos científicos y en la obtención de becas de investigación.

En resumen, la mentoría es una herramienta educativa efectiva y representa uno de los pilares básicos de la formación médica y el desarrollo profesional, tanto académico como investigador. El desarrollo y mantenimiento de la relación mentor-aprendiz es la forma más eficiente de asegurar el transvase de una generación a otra y permitir así la supervivencia de esta relación tan útil y gratificante de nuestra profesión. Es una gran responsabilidad y un estímulo saber que, en cierto modo, el futuro de la Hepatología en España está en nuestras manos.

Programa *Liver Mentoring*

Liver Mentoring se basa en tutorizar a jóvenes hepatólogos, tanto clínicos como básicos, en el difícil camino de la investigación, para ello hemos elaborado un programa que intente fusionar el conocimiento, la experiencia, y la didáctica del mentor con la ilusión, la capacidad de trabajo y la ambición del aprendiz.

Básicamente desarrollaremos dos subprogramas paralelos: uno orientado a la investigación clínica y otro a la investigación básica-traslacional.

1. Objetivos

- a) Como hemos mencionado anteriormente, el objetivo de cualquier programa de mentoring es **aprender de un buen mentor**. Comenzar una carrera investigadora no es fácil, sobre todo si el lugar de trabajo habitual no tiene especial labor investigadora. El aprendizaje debe cubrir aspectos como:

lectura crítica de artículos científicos; diseño y realización de estudios de investigación; conocimientos de estadística; técnicas de laboratorio; manejo de las redes sociales, técnicas de comunicación oral, guía para la solicitud de becas de investigación o asistencia a actividades formativas.

- b) El trabajo realizado durante el programa *Liver Mentoring*, debe ser el punto de partida de la actividad investigadora del aprendiz por sí mismo. Publicando durante el programa al menos un artículo en la revista Gastroenterología y Hepatología (original o review) y, durante los 3 años posteriores al programa de mentorazgo, otra publicación en revista internacional.

2. Características

2.1 Duración del programa

Liver Mentoring tendrá un 1 año de duración.

2.2 Relación aprendiz- mentor 1:1

Se fijará el plan investigador (el estudio/ensayo que se va a llevar a cabo) al inicio del programa, estableciéndose el objetivo anual y global. Al final del año, deberá presentarse una pequeña memoria del trabajo realizado, que debe ser crítica y constructiva.

La relación entre los dos debe ser una relación fluida y constante, programando como mínimo una reunión cada dos meses (telemática o presencial) con el objetivo de facilitar la consulta de dudas, presentación de resultados preliminares etc.

2.3. Soporte formativo de la AEEH.

El aprendiz recibirá apoyo de la AEEH para realizar 3 visitas al año a su mentor, en la cual se deberán ir cumpliendo objetivos de su formación investigadora (planificación proyecto, aprendizaje de técnicas, discusión de estrategia, elaboración de review, etc). Una de ellas coincidirá con el Congreso anual de la AEEH y otra con la Reunión de Residentes/Reunión de Investigación Traslacional. Además durante el congreso Anual de la AEEH, se organizará una reunión con todos los mentee y mentores seleccionados para explicar detalladamente las características del programa y facilitar la interacción entre los grupos.

2.4. Características de Aprendiz

Para poder ser incluido en el programa de *Liver Mentoring*, es indispensable ser socio de la AEEH y pertenecer al Grupo Joven.

El aprendiz, puede ser un especialista en formación, adjunto o investigador menor de 42 años (dicho límite de edad se incrementará en 18 meses por cada hijo, en las aspirantes mujeres), con interés en la hepatología, con mucho entusiasmo, ganas de aprender y superarse a sí mismo, que quiera iniciar una actividad investigadora con el soporte de la AEEH.

El aprendiz tendrá la inscripción gratuita para el congreso anual de la AEEH, Reunión de Residentes/Investigación Traslacional y otras actividades promovidas por la AEEH.

2.5 Características del Mentor

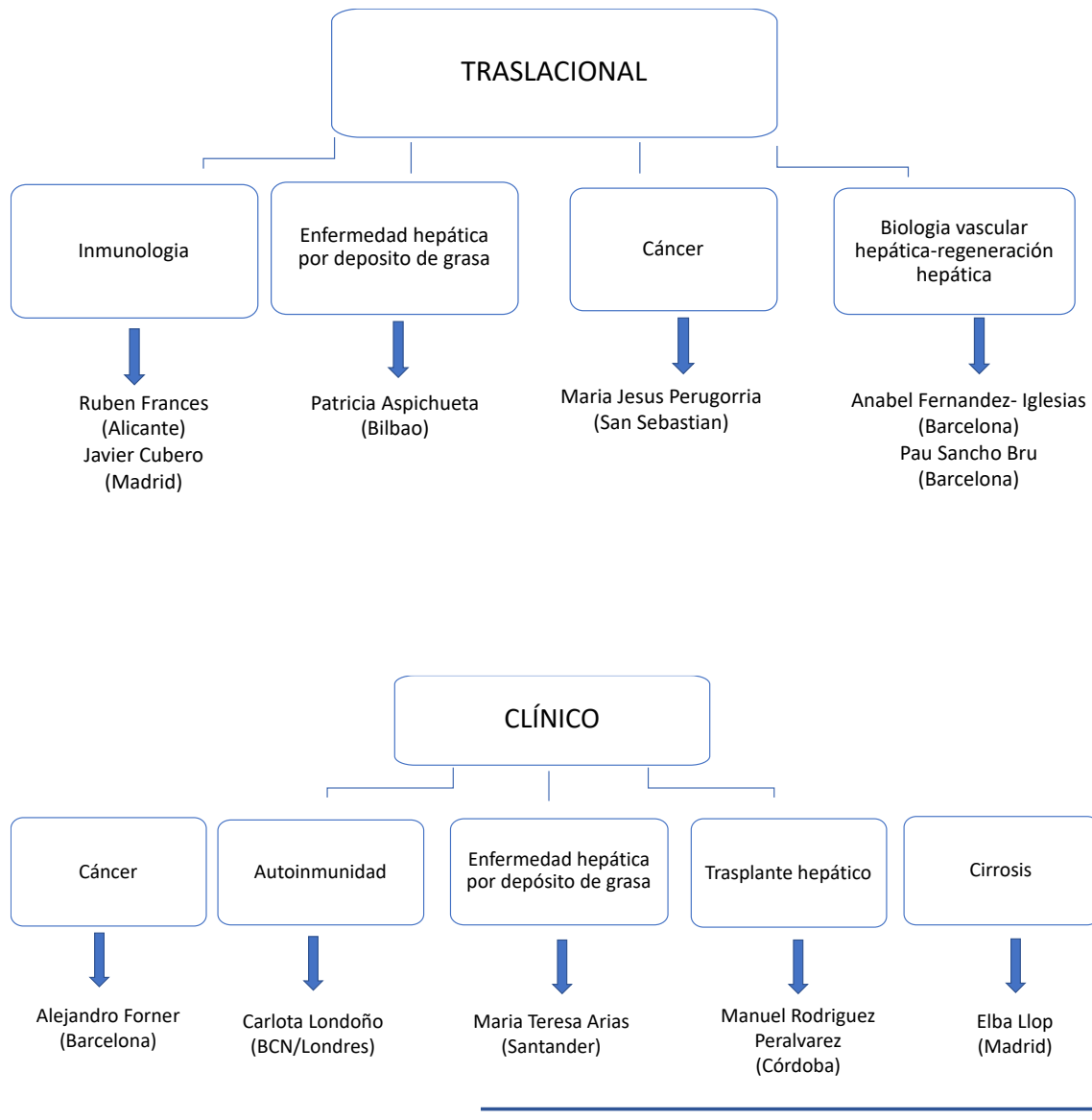
Profesional con experiencia, capacidad didáctica y consolidada labor científica. Se compromete a cumplir el programa y a elaborar al menos de forma conjunta con el aprendiz una revisión de la materia en estudio en la Revista Gastroenterología y Hepatología.

El mentor recibirá como agradecimiento a su labor para la AEEH inscripción gratuita a todos los cursos organizados por la AEEH durante ese año.

2.6. Programa *Liver Mentoring*.

Cada mentor propondrá el programa objeto de estudio, con una breve descripción del mismo, que servirá de guía al aprendiz para completarlo y hacerlo viable. Tendrá una duración de 12 meses a partir de la fecha de comienzo efectivo del programa (se deberá comunicar a la Secretaría Técnica mediante email con copia al Secretario de la AEEH).

En esta primera edición de *Liver Mentoring* ofertamos los siguientes programas siendo entre 3 y 5 las plazas efectivas a otorgar:



2.7. Elección de los candidatos.

a) Se publicarán los nombres de los Mentores así como el título concreto del programa en la página web de la AEEH. Cada programa de mentoring tendrá una breve explicación del mismo, que se alojará en la página web.

b) Se abrirá un proceso de inscripción de los aprendices que deberán incorporar un **breve CV y una carta de motivación expresando sus inquietudes**

y voluntad de ser seleccionado para este programa, incluyendo en el documento una breve descripción de la actividad que se pretende llevar a cabo. La preselección de candidatos la realizará la dirección del Grupo Joven y la Junta Directiva de la AEEH.

c) Durante el Congreso Anual de la AEEH 2021 se realizarán entrevistas personales entre el Mentor y los candidatos preseleccionados (se comunicará por email la fecha y hora de dichas entrevistas). Anunciándose los nombres de los elegidos durante el mismo congreso.

Anexo 1: Resumen de los subprogramas

ELBA LLOP (Hospital Universitario Puerta de Hierro, Majadahonda)

Evaluación de la utilidad de la elastografía esplénica medida por ARFI y por FIBROSCAN para el diagnóstico de varices esófago-gástricas en una cohorte de pacientes con enfermedad hepática crónica avanzada compensada por alcohol o enfermedad grasa del hígado no alcohólica.

Evaluación del valor pronóstico (aparición de complicaciones de la hipertensión portal, muerte o trasplante hepático) de la elastografía esplénica medida por ARFI y por FIBROSCAN en una cohorte de pacientes con enfermedad hepática crónica avanzada compensada por alcohol o enfermedad grasa del hígado no alcohólica.

ALEJANDRO FORNER (Hospital Clínic, Barcelona)

Las áreas de investigación serían el diagnóstico precoz del carcinoma hepatocelular (CHC), con especial interés en las técnicas de imagen y evaluación de marcadores tumorales, el manejo clínico del del CHC en estadio inicial, principalmente mediante trasplante hepático y el manejo del colangiocarcinoma intrahepático.

ANABEL FERNANDEZ (IDIBAPS, Barcelona)

Los aprendices podrán profundizar en el conocimiento del sinusoides hepático a nivel celular y molecular para poder entender el desarrollo y progresión de las enfermedades hepáticas y así definir futuras dianas terapéuticas.

MAYTE ARIAS (Hospital Universitario Marqués de Valdecilla, Santander)

Los aprendices podrán participar en las principales líneas de investigación en el área de NAFLD de nuestro servicio, con especial foco en: i. los factores epidemiológicos y fisiopatológicos del NAFLD en diferentes poblaciones de riesgo; ii. el diagnóstico no invasivo y la derivación de pacientes de riesgo desde Atención primaria y otras especialidades; iii. los nuevos tratamientos en NAFLD, con especial foco en las diferentes opciones de tratamiento endoscópico en el manejo del NASH asociado a comorbilidad metabólica grave.

MARÍA CARLOTA LONDOÑO (Hospital Clínic, Barcelona)

El objetivo es profundizar en diferentes aspectos sobre las características clínicas, diagnóstico y tratamiento de los pacientes con hepatitis autoinmune, especialmente en poblaciones especiales: no respuesta al tratamiento, síndrome de sobreposición, retirada de la medicación.

RUBEN FRANCES (Departamento de Medicina Clínica, Universidad Miguel Hernández, Alicante)

Los interesados podrán obtener conocimientos y habilidades experimentales en el estudio de la interacción hígado-intestino y la respuesta inmunitaria asociada a la enfermedad hepática crónica avanzada.

JAVIER CUBERO (Departamento de Inmunología, Universidad Complutense, Madrid)

Los investigadores tutelados desarrollarán adquirirán experiencia y conocimiento del papel del estrés oxidativo y del retículo endoplásmico y las vías de señalización de las MAPKs en la patofisiología de la enfermedad hepática crónica (ALD, MAFLD/MASH y cáncer de hígado).

PATRICIA ASPICHUETA (Departamento de Fisiología, Universidad del País Vasco, Bilbao)

La investigación se centrará en encontrar mecanismos que dirijan las alteraciones metabólicas, principalmente del metabolismo de lípidos, implicadas en el desarrollo y progresión de la esteatosis hepática metabólica y comorbilidades.

MARIA JESUS PERRUGORIA (Instituto de Investigación Sanitaria Biodonostia, San Sebastián)

Profundizar en los mecanismos moleculares involucrados en la progresión del daño hepático crónico y el desarrollo de los tumores hepáticos primarios, particularmente enfocado en el papel que juegan las células no-parenquimales del hígado y la inmunidad innata en la progresión de la enfermedad.

PAU SANCHO-BRU (IDIBAPS, Barcelona)

El programa se centrará en el estudio de los mecanismos que regulan la regeneración hepática en las enfermedades crónicas del hígado y su relación con procesos de

plasticidad celular, senescencia, inflamación o fibrosis. Además, se profundizará en el papel de las células progenitoras hepáticas en este contexto, y la generación de organoides como sistemas in vitro para el estudio de la plasticidad celular.

MANUEL RODRIGUEZ PERALVAREZ (Hospital Universitario Reina Sofía, Córdoba)

Los candidatos podrán participar en la investigación clínica en torno al paciente trasplantado hepático, incluyendo aspectos como la selección de candidatos, priorización en lista de espera, el tratamiento inmunosupresor o las estrategias de prevención de complicaciones a largo plazo.