NO SOLO SOMOS ESTUDIANTES DE MEDICINA, SOMOS PERSONAS

Pedro Augusto Rojas Carrión
Universidad Veracruzana
AMEXA

Ameyran Yolanda González Guerrero
Universidad Veracruzana
AMEXA

"Ya son médicos, deben creérselo y actuar como tal", "no pueden estudiar o leer acostados, deben hacerlo de la manera correcta frente a un libro y sentados", fueron palabras que retumban en nuestros oídos el primer día de clase, ante un miedo por una nueva etapa, pero también con una emoción que no se puede explicar. Sin duda hemos escuchado frases distintas, más amigables o con menos tinte de convertirnos en máquinas de estudio sin criterio de decisión, que solo sabe dedicarse a la carrera de medicina porque la habíamos escogido, porqué se nos había advertido que había sacrificios, que un día tendríamos que rechazar nuestra propia vida fuera de la que tendríamos dentro de la facultad o de un hospital. Tristemente ese parece el objetivo que persiguen estas personas que tenemos como docentes en los primeros años, no hacen mejores estudiantes, hacen personas que olvidan casi por completo su humanidad, que desenmascaran trastornos o incluso los provocan, que nos lleva a escuchar cómo compañeros no duermen durante semanas o comen una vez al día por estudiar DADO el miedo que se les ha instruido.

> La enseñanza debe ser sobre todo, una provocación intelectual
>
> José Luis San Pedro

No es novedad que la salud mental sea uno de los temas más relevantes en la formación de los estudiantes de medicina, y que bien, ha tenido una renovación acelerada. En el curso de la pandemia podemos asegurar que no es elemento por el cuál realmente se hayan preocupado las instituciones pertinentes, si no que muchas personas y más estudiantes se dieron cuenta que era necesario alzar la voz y hacer frente ante dicha situación; por desgracia, mientras avanzaba en mi formación, solo podía ver que lo único que había cambiado con mis compañeros de generaciones anteriores era estar detrás de una pantalla y no en un salón, las mismas frases, las mismas situaciones, el mismo miedo seguía ahí presente. Los docentes ahora tenían un arma nueva, ya no necesitaban satanizar las salidas con amigos y familiares, ahora de verdad necesitaban recomendar el aislamiento y que lo aprovecharán en algo productivo, estudiar. Pero entonces, seguimos creando personas sin humanidad, "cuerpos fantasmales" diría Martínez-Hernánez en su ensayo sobre la despersonalización en la era globalizada, gente que respira, camina y actúa según la técnica pero sin un propósito como tal.

El auge de las herramientas de estudio y aprendizaje parecía generar una revolución, más tiempo para nosotros. Una de las marcas más grandes, Lecturio, en varios de sus blogs de estudiantes, mencionan cómo es la vida de un estudiante de medicina. Leyendo el particular escrito de Bianca Villanueva, una estudiante en Filipinas me pareció estar escuchando las frases de mis docentes de primer año, "aprovecha cada momento para estudiar", "disfruta tus momentos de descanso", pero esta vez había algo nuevo, "hay una vida más allá de los salones de clases" "disfruta con tus amigos", estas últimas frases nunca me las habían dicho mis profesores, para ellos era leer, estudiar e ir a tomar tus clases, sentarse frente a un libro y escuchar a alguien que "tiene más experiencia". Si les soy sincero, nunca recibí un consejo para usar estas plataformas y ayudarme a ser un mejor estudiante, ni Lecturio, Amboss u Osmosis. Y me di cuenta que desperdiciaba el tiempo siguiendo consejos viejos de estudio.

"No es egoísta priorizar tu salud mental"

Entonces, al principio nos encontramos en un mar de dudas, ¿Qué es un estudiante de medicina?, ¿qué nos hace especiales?, ¿por qué la necesidad de crear ese miedo para estudiar?, ¿es medicina una carrera que solo tiene sacrificios y las recompensas vienen hasta que tienes un título y una especialidad? Al final, nos vemos como personas que solo saben ir a la facultad, que solo conocen temas de medicina y no tenemos una vida fuera de ella. Lo peor de todo, es que muchas veces los compañeros que no son orientados se convierten en personas que solo apoyan ese círculo vicioso, asustando a las otras generaciones y haciendo que pasen por lo mismo que han enfrentado y así, se conviertan en estudiantes de verdad, y los que no, igual han hecho lo que siempre les dijeron.

Al principio hablaba con mis amigos sobre cómo era una pérdida de tiempo todo lo que no fuera medicina, esas "ridiculeces" de abogar por mejor educación o romper el sistema, pero solo eran ideas que había adoptado de quienes me aconsejaban en un principio, que me decían que no eran los mejores estudiantes, que desaprovechaban su tiempo, que primero se dedicaran a su carrera y posteriormente a esas actividades. Si bien nos dimos cuenta de ese error y encontramos mejores formas de ser estudiantes de medicina, que se cuidan y que tienen una vida más allá de la carrera.

¿Cuántos han pasado de largo sin una mano de ayuda? La AMMEF, A. C., es para nosotros esa mano que nos enseñó muchas cosas, que nos acercó a personas que nos enseñaban y nos hacían darnos cuenta de muchos errores; poco a poco escucho que más docentes hablan de nuestro comité local como algo bueno, algo que los ayuda o les brinda oportunidades, algo que puede ser parte de su formación como médicos, pero vaya que fue un camino largo llegar a eso, tener que demostrar que hacíamos lo correcto.

Entonces, después de este tiempo hay muchas formas de dejar de ser “sólo estudiantes de medicina” y pasar a ser personas que estudian medicina, que tienen una vida; mejores métodos de estudio, nuevas puertas a cuidar nuestra salud mental, nuevas oportunidades de crecimiento y sobre todo, romper un estereotipo del perfil de un médico, ese que sacrifica de todo por su carrera y vive para ella, es un largo camino el que nos queda por recorrer, pero ser mejores depende de nosotros, ayudar a los demás a que no pasen por los errores que nosotros cometimos.

Ser estudiante de medicina es más de lo que nos cuentan, puede ser leer libros, usar aplicaciones de estudio, ser parte de la AMMEF, A. C., salir a bailar, disfrutar con personas que nos quieran y crecer en el proceso, no es cambiar y abandonar a la persona antes de pisar esas aulas que serán nuestra segunda casa durante cinco años, porque claro que es difícil pero no es un pretexto para promover la despersonalización.

Usualmente acusamos a los hospitales de generar jerarquías y normalizar la enseñanza basada en la violencia porque la escuela nos cobija en una protección parcial, pero esa protección parcial solo se encarga de enseñar que aquello que está allá afuera es el único método de aprendizaje, la única manera de convertirse en médico, que la violencia y el miedo son las maneras correctas de aprender.

Resumen de los componentes de un estudiante de medicina más allá del estudio

El hecho de salir a bailar, divertirse y socializar es igual de sano que leer para tus exámenes y estudiar, siempre y cuando recordemos que todo en exceso termina con malos resultados. Encontrar un balance entre todas las esferas de nuestro entorno puede ser complicado, pero somos estudiantes apasionados, somos jóvenes con grandes metas, claro que podemos lidiar con una buena organización y ciertos comentarios que nos rodean y nos hacen sentir culpables de divertirnos un poco. “Esa persona sale demasiado de fiesta, no creo que vaya a ser un buen médico” suena tan ridículo y con tan pocos fundamentos, pero lamentablemente es una idea que se ha mantenido por años, creo firmemente que nadie sabe el esfuerzo y dedicación que ponemos a nuestros proyectos, más que nosotros mismos, y al final del día, para la sociedad jamás será suficiente, sobre todo si cursamos esta profesión que es tan maravillosa pero a la vez tan vulnerable al ser criticada.

No es claro cuántas veces nos hablaron de unirnos a nuestro comité local, de formar parte de la AMMEF, A. C., sin embargo, es igual de incierto el número de veces.

BIBLIOGRAFÍA

01 Parra-Valencia Esteban, Urra-Canales Andrea. La vida del estudiante de medicina. Rev Cient Cienc Méd [Internet]. 2017 [citado 2022 Ago 12] ; 20(1): 51-52. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-74332017000100012&lng=es.

02 Lemos M, Henao-Pérez M, López-Medina DC. Estrés y Salud Mental en Estudiantes de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares. Arch med [Internet]. 2018 [citado el 12 de agosto de 2022];14(2):0–0. Disponible en: https://www.itmedicalteam.pl/articles/estreacutes-y-salud-mental-en-estudiantes-de-medicina-relacioacuten-con-afrontamiento-y-actividades-extracurriculares-103423.html

03 Villanueva B. Un día en la vida de un estudiante de medicina [Internet]. Lecturio. 2021 [citado el 12 de agosto de 2022]. Disponible en: https://www.lecturio.com/es/blog/medico/a-day-in-the-life-of-a-medical-student/

04 Tamayo M, Besoaín-Saldaña A, Aguirre M, Leiva J. Teamwork: relevance and interdependence of interprofessional education. Rev Saude Publica [Internet]. 2017;51(0):39. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1590/S1518-8787.201705100681

05 Martínez-Hernáez A. Cuerpos fantasmales en la urbe global. Fractal (Niteroi) [Internet]. 2009;21(2):223–36. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1590/s1984-02922009000200003