

¿El estudiante de medicina no tiene vida social? Develando el mito



Meza Sampedro Aida Itzel
ATLAS
aida11meza@gmail.com

Hola, soy estudiante de medicina de 8vo semestre y considero que muchas personas viven engañadas en que los estudiantes de medicina no tienen vida social, y eso es mentir. Obviamente tenemos vida social. Sé que como toda carrera al inicio es un poco pesado o tedioso porque la Universidad, es un nuevo escalón en tu vida y cuesta acoplarse al horario, los docentes, compañeros y una nueva escuela, pero poco a poco le vas agarrando el ritmo, no te espantes.

Estudiar medicina tal vez si sea de mucho leer, de comprender, de aprender cosas y de esforzarse bastante desde el inicio, porque aquí el promedio sí importa; desde la elección para tus prácticas clínicas I, II, III, el internado y tu servicio social, así que desde que entras tienes que ser responsable, cumplido(a) y trabajador(a).

Sin embargo, más allá de que te importe el promedio, también tienes que ver por ti, ser tú prioridad, cuidar tu integridad, tu salud mental así como tu amor propio, porque somos estudiantes del área de la salud, y si no estamos bien nosotros tanto física, como mental y socialmente, ¿cómo podremos ayudar a las demás personas?, así que tenemos que estar bien primero nosotros, para cuidar de otras personas.

Sé que siempre es bueno distraerse un poco y salir, disfrutar de nuestra juventud, pero sin olvidarnos de nuestros objetivos así como de lo que queremos lograr.

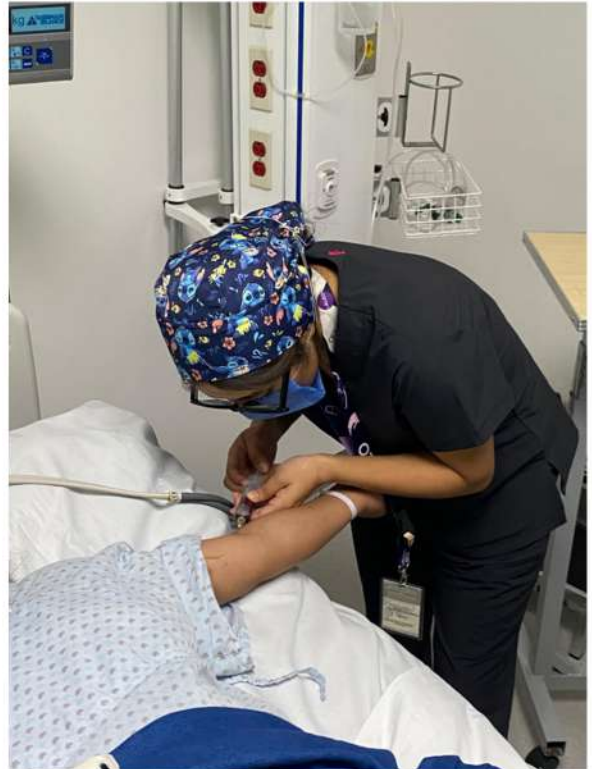
Recuerdo que una vez en primer semestre un doctor que nos daba anatomía nos dijo que imaginemos como si la Universidad fuera una estación de tren, y que todos nuestros compañeros del salón estuvieran en un vagón, así cada quien decide si bajarse y dejar el tren antes de tiempo o seguir hasta el final, llegando al destino; y es verdad, cada quien es responsable de su propio destino y de lo que va construyendo día a día, solo nosotros mismos sabemos si nos queremos bajar antes del tren o seguir esforzándonos hasta llegar al destino, que en nuestro caso es obtener un título universitario.

Dentro de la carrera de medicina todo es posible si tienes una buena organización, ya sea que le asignes cierto horario a las cosas que vayas a realizar, como por ejemplo, hacer un cronograma con las clases que tienes, o con las tareas que te dejen, acomodándolas en orden de importancia o fecha de entrega, poniéndoles cierto tiempo para realizarlas, así tendrás espacio para



otras cosas como para hacer ejercicio, estar en redes sociales, salir con tus amigos(as) o con tu novio(a) o hacer otras actividades, sin embargo, todo es parte de una buena organización, puesto que, si dejas todo al último se te acumularán las cosas y lo único que vas a obtener de eso es estrés, es por esto que una buena organización te será de mucha utilidad, ya que también tienes que cuidar tu salud mental.

Desde mi experiencia, estos 8 semestres que llevo cursando actualmente los he disfrutado muchísimo y me he apoyado de mi teléfono para hacer un horario y una programación con las actividades que realizo, lo que ha hecho que se me facilite más la carrera y de cierta forma se me haga menos pesada, he tenido muchas experiencias durante estos semestres y definitivamente no me arrepiento de haber elegido esta carrera, como todos, al inicio me sentía asustada por todo lo nuevo que se venía, sin embargo, es muy bonito como cada día vas adquiriendo más conocimiento y vas aprendiendo nuevas cosas. Durante la carrera pasarán muchas cosas tanto buenas como malas, pero solo tú eres quien decide cómo verlas, y tomar lo bueno o lo malo de ellas, recordando siempre la persona en que te quieres convertir en un futuro.



Recuerdo de mi PCII en el Hospital de la Mujer, Tehuacán.