

El día que las cajas volvieron vacías



Ana Paula Castro Luna

CEUMED

Anyu0347@gmail.com

Cajas llenas de sándwiches, agua, bebidas y algunas palomitas ocupaban el espacio de nuestros vehículos. Éramos cuatro estudiantes rumbo a una gasolinera ubicada en la salida noreste de Hermosillo, pero ninguno sabía con certeza qué encontraríamos al llegar. Entre el calor, los nervios y la incertidumbre, nos acompañaba una intención sencilla: compartir lo que habíamos reunido con personas en situación de vulnerabilidad. Ese viernes 13 de marzo de 2026 todavía no sabíamos que regresaríamos con las cajas vacías y con una manera distinta de comprender la ayuda.

La entrega formó parte de “Las penas con pan son menos”, un protocolo de SCORP, el Comité Permanente de Derechos Humanos y Paz. Su propósito es fomentar la empatía, la solidaridad y la responsabilidad social entre estudiantes de medicina mediante la entrega de alimentos y el acercamiento a personas que atraviesan momentos difíciles. En esta ocasión, adaptamos el propósito de la actividad a un lugar donde habíamos identificado una necesidad: una gasolinera cercana a la carretera, en la que se encontraban personas expuestas a condiciones de vulnerabilidad. Como Oficial Local de SCORP, me correspondió coordinar al equipo, reunir los recursos necesarios y planear el traslado hasta el lugar. Éramos solamente cuatro integrantes y todo lo que entregaríamos había sido recaudado por nuestro comité local.

Un día antes, parte del equipo preparó los sándwiches y organizó las cajas que llevaríamos a la gasolinera. Las tareas se distribuyeron procurando mantener la higiene y asegurar que los alimentos estuvieran listos para transportarse. Cada paquete reflejaba una parte del esfuerzo colectivo, desde la recaudación de los ingredientes hasta la preparación y el traslado en nuestros propios vehículos. Nuestra principal preocupación era que alcanzaran para el mayor número posible de personas; en ese momento, todavía no imaginábamos el significado que adquirirían al día siguiente (Ver figura 11.2.1).



Figura 11.2.1. Autoría propia; Alimentos y bebidas recaudados y preparados por integrantes de SCORP) para su entrega a personas en situación de vulnerabilidad en la salida noreste de Hermosillo, Sonora.

Conforme nos acercábamos a la gasolinera, comenzaron a aparecer los nervios. No sabíamos cómo reaccionarían las personas ni si aceptarían lo que llevábamos. También sentíamos cierta preocupación por nuestra seguridad, pues era un entorno

que no conocíamos completamente. El calor de Hermosillo hacía más pesada la jornada, pero tratábamos de transmitirnos tranquilidad. Al bajar de los vehículos y sacar las cajas, notamos que varias personas nos observaban a la distancia. Algunas se acercaron con cautela, sin saber qué llevábamos ni por qué estábamos ahí. Nosotros también dudamos sobre la mejor manera de aproximarnos, hasta que comenzamos a ofrecer los alimentos y más personas se acercaron.

Poco a poco la desconfianza inicial fue desapareciendo y se formó una fila en la que esperaban adultos y niños. Los nervios con los que habíamos llegado comenzaron a desaparecer al escuchar los primeros agradecimientos. Las personas nos recibieron con una amabilidad que no esperábamos: sonreían, nos bendecían y nos pedían que regresáramos más seguido. Para nosotros, lo que llevábamos podía parecer algo sencillo, como un sándwich y una bebida; para algunas de las personas que se acercaron, representaba alimento para ese momento y la posibilidad de racionar algo para después. Sus reacciones hicieron que cada entrega adquiriera un significado distinto al que habíamos imaginado antes de llegar (*Ver figura 11.2.2*).

Entre todas las escenas de aquella jornada, hay una que permanece especialmente presente en mi memoria. Cuando comenzamos a servir el agua, las personas buscaron cualquier recipiente que tuvieran disponible. Se acercaron con botellas, distintos envases e incluso con cubetas que utilizaban para limpiar, esperando que pudiéramos llenarlos. Ver aquellos recipientes extendidos hacia nosotros me hizo comprender que algo tan cotidiano como conseguir agua puede convertirse en



Figura 11.2.2 Autoría propia; Entrega de alimentos y bebidas por integrantes de SCORP a personas en situación de vulnerabilidad en la salida noreste de Hermosillo, Sonora.

una necesidad difícil de cubrir. Para muchos de nosotros, abrir una llave o comprar una botella es algo automático y rara vez pensamos en la posibilidad de no tenerla disponible. Ese día, en cambio, observé a personas que aprovechaban cada recipiente porque no sabían cuándo podrían volver a llenarlo. Fue una imagen sencilla, pero suficiente para mostrarme una realidad que hasta entonces había permanecido fuera de mi mirada.

Por otro lado, me sorprendió la solidaridad que existía entre ellos. A pesar de sus propias necesidades, mantenían el orden, esperaban su turno y nos trataban con profundo respeto. Aquello rompió la idea de que la ayuda ocurre únicamente en una dirección. Nosotros habíamos llegado pensando en lo que podíamos ofrecer, pero también recibimos una lección de gratitud, amabilidad y sentido de comunidad. Mientras avanzaba la entrega, nuestro equipo también fue adquiriendo mayor seguridad. Nos apoyamos, distribuimos las tareas y procuramos que cada persona recibiera algo. El nerviosismo, la preocupación inicial y el calor pasaron a segundo plano cuando comenzaron a aparecer las sonrisas (*Ver figura 11.2.3*).



Figura 11.2.3. Autoría propia; Integrantes de SCORP compartiendo alimentos con personas en situación de vulnerabilidad como parte de la actividad “Las penas con pan son menos”, en la salida noreste de Hermosillo, Sonora.

Nuestra principal dificultad fue la falta de recursos. Nos habría encantado llevar más alimentos y bebidas, contar con más voluntarios y llegar a un mayor número de personas. Fue difícil aceptar que nuestra ayuda tenía un límite. Tal vez no podíamos resolver por completo su situación, pero sí atender una necesidad inmediata y decidir no permanecer indiferentes. Entendí que entregar alimentos una sola vez no resuelve las causas por las que una persona se encuentra en situación de vulnerabilidad; sin embargo, eso no significa que la acción no tenga valor. Podíamos acercarnos con respeto, reconocer una necesidad y responder con lo que teníamos. La actividad no pretendía transformar toda su realidad, pero sí hacer un poco más llevadero uno de sus días.

Para mí, “Las penas con pan son menos” representa un acto de empatía y solidaridad, pero también un momento para encontrarnos desde la igualdad. Al compartir alimentos, aunque fuera durante unos minutos, dejamos de lado los títulos, las ocupaciones y las diferencias para

reconocernos simplemente como personas. Ese día no sentí que fuéramos estudiantes de medicina colocándonos por encima de quienes recibían la ayuda; éramos personas compartiendo con otras personas, con respeto, sin juzgar su situación y reconociéndonos desde la igualdad. Comprendí que ayudar no consiste únicamente en entregar algo material: también implica acercarse, escuchar y reconocer la dignidad de quien se encuentra frente a nosotros.

Esta experiencia fortaleció mi manera de comprender el propósito de SCORP. La defensa de los derechos humanos no ocurre únicamente mediante discursos, documentos o campañas; también comienza cuando dejamos de ignorar lo que sucede a nuestro alrededor, identificamos una necesidad y decidimos actuar. No siempre se requieren grandes recursos para comenzar; en ocasiones basta con la voluntad de organizarse, escuchar y ofrecer lo que se tiene sin esperar una recompensa. Las sonrisas, las bendiciones y las peticiones para que regresáramos fueron el mayor reconocimiento que recibimos. Saber que, al menos durante ese día, algunas personas se sintieron vistas, respetadas y acompañadas reforzó mi compromiso con SCORP y con los derechos humanos. La respuesta fue tan positiva y empática que la actividad volvió a realizarse posteriormente.

Esta experiencia cambió parte de mi manera de entender la medicina. En la universidad aprendemos a interrogar, realizar una exploración física, reconocer signos y síntomas y llegar a un diagnóstico.

Para comprender verdaderamente su enfermedad necesitamos además conocer las condiciones en las que vive: la alimentación, el acceso al agua, la vivienda, el trabajo, los recursos económicos, la educación y las redes de apoyo influyen en la salud. De hecho, pueden determinar si una persona logra acudir a consulta, seguir un tratamiento o recuperarse. Por eso considero que ejercer una medicina humana requiere escuchar qué llevó al paciente a solicitar ayuda, qué necesita y qué dificultades enfrenta fuera del consultorio. Un medicamento puede ser necesario, pero quizá no sea suficiente si esa persona no tiene alimentos, agua segura, transporte, un lugar donde descansar o los recursos para continuar su tratamiento. Reconocer esas condiciones no disminuye nuestro trabajo como futuros médicos; nos ayuda a mirar al paciente de manera más completa, consciente y responsable.

Alimentarnos es una necesidad que todos compartimos, pero la comida puede convertirse en un punto de encuentro, cercanía y convivencia. Tal vez una sola actividad no pueda cambiar por completo la vida de una persona, pero sí puede hacer que uno de sus días sea un poco mejor, a la vez que transforma a quienes deciden participar. En mi caso, aquella experiencia reafirmó mi compromiso de no permanecer indiferente ante las necesidades de los demás y de llevar el respeto por los derechos humanos a mi futura práctica médica.

Ese viernes regresamos con las cajas vacías. Sin embargo, cada agradecimiento, cada sonrisa y cada recipiente que pudimos llenar nos dejó algo que no llevábamos al comenzar el recorrido:

una forma distinta de comprender la ayuda, los derechos humanos y la medicina. Aprendimos que cuidar no siempre comienza dentro de un consultorio y que no tenemos que esperar a contar con recursos ilimitados para actuar. A veces, el cambio comienza con cuatro personas, algunas cajas y la decisión de no pasar de largo.

“Un gesto puede parecer pequeño en nuestras manos y significar esperanza en las de alguien más.”

— Ana Paula Castro Luna

