

¿Y si me quedo un año más?



Dulce Citlalli Ponce García

SAESIC

1825899X@umich.mx

Desde niña sentí mucha curiosidad por el área de la salud, debiéndoselo más que nada a mi primo, el cual considero mi hermano, debido a que crecimos juntos. Cuando era pequeña solía tomar sus libros de medicina y hojearlos, más que nada porque algunas imágenes me causaban curiosidad. Siempre le pedía que me las explicara, y desde ese momento hasta el día que hice mi examen de admisión sabía que quería estudiar medicina. Sin embargo, el camino no fue nada sencillo. En mi primer intento por ingresar a la carrera no obtuve el resultado que esperaba. A pesar de eso no me rendí y decidí tomarlo como una oportunidad para prepararme mejor y demostrarme a mí misma que en verdad deseaba este camino. En mi segundo intento logré entrar a medicina, pero no me esperaba todo lo que estaba por vivir.

Durante el primer semestre me sentía muy motivada, ilusionada y feliz porque había logrado entrar a la carrera que tanto quería, era uno de mis más grandes logros. Aunque esa emoción pronto se transformó en duda. Pasaban los días, meses y yo sinceramente no entendía muchas cosas, me sentía perdida y presionada por mí misma porque veía que mis compañeros comprendían ciertos temas más fácil y rápido de lo que yo lo hacía. Esto me llevó a sentirme insuficiente, y a cuestionarme si había elegido bien mi carrera o si solamente era un capricho que tenía desde niña.

Debo admitir que hasta ese momento el único método de estudio que yo conocía era hacer resúmenes conforme leía el libro asignado para la materia. Sin embargo, noté que esto solo me quitaba tiempo, y no me ayudaba a retener bien la información. Así que comencé a preguntarles a todos mis compañeros sus métodos de estudio para ver si alguno me podría funcionar. Tuve muchas respuestas diferentes: ver videos, leer y subrayar el libro, hacer flashcards, estudiar en voz alta a modo de “exposición”, etc. He de confesar que intenté cada uno de ellos, sin obtener un resultado favorable.

Conforme se acercaban los exámenes departamentales me presionaba cada vez más y sentía que se me acababa el tiempo, que no podría terminar de estudiar todos los temas y al mismo tiempo realizar mis trabajos de clase, exposiciones y estudiar para mis laboratorios. Esta presión solo hacía que me bloqueara más y me desanimara al punto de dejar de intentar si quiera seguir estudiando.

Claramente esto solo me perjudicó más debido a que se me juntaron los exámenes, con exposiciones y trabajos finales. En este punto no sabía qué hacer, y es en ese momento cuando comencé a tener ataques de ansiedad. Durante esos episodios el insomnio, las náuseas, el llanto incontrolado y la dificultad para respirar, se volvieron parte de mi día a día, incluso había perdido el apetito y sentía que no me podía concentrar en nada.

Desde que era pequeña y hasta la fecha, mi mamá ha trabajado fuera de la ciudad y solo la veo los fines de semana, puentes y vacaciones. Para ser sincera, en esos momentos de angustia e incertidumbre lo que más quería y necesitaba era su compañía. A pesar de la distancia, ella siempre me ha acompañado y apoyado de distintas formas; hacemos videollamadas o llamadas telefónicas normales, además, los fines de semanas que puede venir acompañarme siempre está conmigo aun en las madrugadas cuando me desvelo estudiando un tema o practicando para alguna exposición.

Si bien, todo el tiempo he recibido apoyo de mi familia, mis amigos no se quedan atrás, en especial mis dos mejores amigas, quienes siempre han estado para mí, a pesar de que estuvieran estudiando en sus respectivas carreras y tuvieran sus propias responsabilidades, me han hecho un espacio en sus vidas, para escucharme, aconsejarme y ayudarme siempre y cuando estuviera en su disposición.

Durante estos ataques de ansiedad llegué a considerar cambiarme de carrera desde mi primer año, pensando que estaba a tiempo de hacerlo. Realmente comencé a investigar planes de estudio de otras profesiones. Incluso en uno de estos episodios de ansiedad y entre llantos le dije a mi mamá que ya no quería seguir estudiando medicina. Ninguna persona de las que estuvo conmigo minimizó lo que sentía, al contrario decidieron escucharme y tratar de apoyarme en entender lo abrumada que me sentía en ese momento. Todas ellas saben que ser médico es lo que siempre he soñado y confían en que algún día lo lograré, por lo que en ese momento de angustia me dieron ánimos y fuerzas para seguir adelante.

Sentía que los días no tenían fin y dejé de sentir mi propósito en la carrera, sin embargo, con el apoyo, la compañía y las palabras de aliento de mi familia y amigas, logré concluir mi primer año de medicina. En las vacaciones previas a cursar mi segundo año me seguí cuestionando si de verdad quería seguir estudiando medicina o si lo mejor era probar algo nuevo. En ese momento me ayudó demasiado hablar con una de mis mejores amigas, ella actualmente estudia en otra universidad, sin embargo, siempre le contaba las cosas que me pasaban en mis clases, mis días buenos y malos, de hecho es de las personas que más me conocen en este mundo. Ella me ayudó a recordar todos los momentos buenos que tuve en ese último año, los momentos con mis amigos, estudiando o en salidas, los atardeceres que podía ver por las tardes al finalizar las clases, entre otros. Decidí quedarme un año más en la carrera gracias a esa plática y, esta vez, ver las cosas desde otra perspectiva, siguiendo mi ritmo y tratando de no compararme con los demás.

Cuando creí que ese sería mi año, mi mundo se vino abajo con el fallecimiento de una de las personas más importantes de mi vida, mi abuelita. Fue uno de los momentos más difíciles que he enfrentado. Esto me afectó emocional, psicológica y académicamente. Bajé demasiado mis calificaciones ya que me encontraba en época de exámenes cuando sucedió todo esto. Volví a dejar de dormir, perdí el apetito, lloraba diariamente, otras veces tenía atracones de comida y por ende comencé a subir demasiado de peso, no podía estar tranquila en mi propia casa por el dolor que sentía.

Llegué a sentirme culpable por su muerte y nuevamente se apoderó de mí ese pensamiento de que tal vez no estaba hecha para ser doctora, porque ¿Cómo podría ayudar a una persona, cuando no había podido salvar a alguien tan importante para mí? Eran tantos pensamientos negativos que no sabía qué hacer o cómo manejarlos, hasta que mi mamá y mi tía se acercaron a mí, se sentaron a platicar conmigo y me escucharon con mucha atención. Desde ese día nos hicimos más unidas como familia de lo que ya éramos. La verdad ese tiempo juntas me ayudó a sentirme mucho mejor, aún más porque sentía que al mismo tiempo yo las estaba ayudando a ellas.

La verdad estos cuatro años en la carrera me han enseñado que no tenemos que lidiar con los problemas solos, que siempre es bueno aceptar la ayuda de quienes nos quieren y buscan nuestro bienestar. Es normal sentirnos a veces cansados, presionados o incluso desanimados por nuestra carrera, estamos estudiando para salvar las vidas de otras personas que olvidamos que nosotros también somos personas que a veces necesitan ser salvadas, que sienten, que tienen momentos buenos y malos, y que cada uno es diferente. Hay que entender que cada uno de nosotros aprende a distinto ritmo y que una calificación o un mal momento no define los médicos que seremos algún día.

Yo elijo quedarme un año más.

Si tú también te has sentido así, no olvides que está bien pedir ayuda.