

Revisión

“El estudio en Ciencias de la Salud, desde la perspectiva de un estudiante de 69 años”

Benjamín Subercaseaux S (QEPD) Chile.

Médico parasitólogo y ex director de la Escuela de Medicina de la Universidad de Valparaíso, Chile.

Charla dictada el martes 09 de abril de 2013 en el campus San Felipe de la Universidad de Valparaíso, Chile.

Enviado: 26/12/2022

Aprobado: 03/01/2023

DOI: 10.22370/bolmicol.2022.37.2.3584

Antes que nada, debo decir que me resulta no solo muy grata esta invitación a hablar entre ustedes. También es muy honroso que los ex alumnos hayan pensado que este viejo profesor pueda decir algo interesante a los estudiantes que inician su camino en estas carreras, aparte de los temas relacionados con sus bichos. Es una responsabilidad que asumo. Espero no defraudarlos.

Por qué este título de la charla: “Los estudios en Ciencias de la Salud, desde la perspectiva de un estudiante de 69 años”. En primer lugar, porque esa es mi edad y me apasiona el estudio de enseñar. Pertencí a la primera promoción de alumnos que egresó de esta Escuela, en la que entonces era Universidad de Chile, Sede de Valparaíso. De eso hace ya más de 40 años, y desde entonces no he parado de estudiar y aprender... incluso enseñando.

Como les digo a los estudiantes, cada vez que tengo ocasión: “***Yo soy un estudiante al igual que ustedes. La única diferencia es que yo he tenido más tiempo para aprender las materias***”. La verdad, es que no es la única diferencia: a estas alturas yo he perdido muchas más neuronas que ellos, lo que indudablemente me deja con una capacidad mental bastante menor...

Pero, en esencia, lo primero es verdad: un estudiante del área de la Salud deberá serlo por toda la vida. Y eso vale, en realidad, para todo aquel que realice un trabajo en cualquier ámbito, y que asuma su quehacer con una concepción profesional. Aparte del crecimiento y perfeccionamiento personal, siempre habrá novedades que revisar, nuevas modalidades o tecnologías que aprender. Y ello no terminará nunca.

Pero cuidado. Hay una visión del estudio que acarreamos todos desde la enseñanza media y que es una trampa: el concepto de que “el estudio es una carga”. Por lo tanto, una carga vitalicia es algo que nos cansa de solo pensarlo...

En la época del colegio, para muchos el estudiar fue un tema hasta desagradable. La familia y/o la sociedad nos obligaban a estudiar. Nuestra actitud era pasiva y eludíamos el trabajo en lo posible.

Sin embargo, terminada esa etapa, la opción era buscar un trabajo o seguir estudiando, ahora una carrera. Y esto no era obligatorio. Es más, es muy costoso... económicamente.

Por lo tanto, si ahora nadie nos obliga a seguir este camino; si la ruta que elegimos es lo que queremos, ¿Cómo podríamos considerar el trabajo del estudio como una carga?

¿Es que no estamos seguros totalmente? (¿Y cuándo se puede estar totalmente seguro de algo?). Si ese es el caso, probemos. Y si resulta que esta vía no es lo que nos gustaba, entonces, en cuanto detectemos esa incongruencia, salgamos de allí, y pronto. No dejemos pasar años perdidos o peor, no permitamos quedar atrapados en un ámbito indeseado, que nos transforme en malos profesionales amargados y frustrados...

¿Que las motivaciones son ajenas a la profesión a la que optamos?, ¿Económicas o de estatus por ejemplo? ¡Con mayor razón!... Si para conseguir nuestros objetivos se requiere estudiar, ahora y después de egresados, no deberíamos considerar el estudio como una carga, sino más bien una herramienta y un medio adecuados y útiles.

Si, en cambio, nuestra elección se basa en algo que hemos analizado y que sentimos que llenará nuestra existencia, entonces, aparte de la utilidad del estudio como medio y herramienta para llegar a ser profesional, aparecerá la pasión por aprender todo lo relacionado con ese quehacer, porque es lo que queremos, libremente y a pesar de los demás. Y no solo para obtener buenas calificaciones (que vendrán, por añadidura) o por obtener el halago de amigos y parientes, sino porque es un camino que hemos elegido emocionalmente y a conciencia y estamos optando por lo mejor... Así, el estudio ya no será una carga sino un estímulo. Y nuestra participación en nuestra auto formación, dirigida por la universidad, lógicamente, será lo más activa que podamos...

Ya egresados, esa pasión nos permitirá evitar el cansancio que produce la rutina. Cada día aportará algo nuevo para crecer. Estaremos trabajando en algo que nos gusta. No todos pueden decir lo mismo...

Pero no vayamos tan lejos aún. Eso ya vendrá.

Ahora, sólo como estudiantes, nos interesa buscar el método más rendidor en el aprendizaje. No olvidemos que estamos optando por el “7”. Y no solo como calificación. También evidenciado como el logro personal de conocimientos y destrezas (a eso se le llama auto evaluación). Porque si bien las buenas notas nos tranquilizan, pues aseguran nuestro avance en la Carrera, el 7 que logramos ponernos nosotros mismos nos produce el gran agrado de haber logrado saberlo o poderlo realizar con seguridad.

Si ustedes recuerdan cuando eran niños y se jugaba a alguna ficción que imitaba roles de adultos, en aquel: “*¿Y quieres que entonces yo...?*”. ¿Se acuerdan que nuestra participación en aquellos juegos era muy seria y responsable? Sí. Pero no era desagradable o no hubiésemos jugado a aquello. Por el contrario, era muy estimulante, como todo juego...

La idea sería ahora jugar nuevamente. Ya no como niños sino como adultos. Ahora los roles son verdaderos, pero puede dárseles el carácter de algo entretenido y agradable, pues tiene la promesa de un agrado. Ese solo nuevo enfoque de la situación cambia totalmente la connotación del estudio como trabajo.

Hay un tema que no he visto que se enseñe en parte alguna y es fundamental pues la mayoría de los estudiantes tardan mucho en lograrlo: ¿Cómo estudiar bien? Porque, para aprender no basta quererlo, con la pasión mencionada. En el estudio personal es necesario contar con algunas condiciones favorables.

Entre ellas podríamos hablar de las condiciones ambientales: la comodidad del lugar de estudio y el confort; los elementos de estudio a mano; la iluminación suficiente y la temperatura ambiente agradables, sin estímulos distractores como interrupciones, ruidos, olores, etc. Algunos requieren música de fondo; otros, silencio absoluto.

También es necesario mencionar las condiciones fisiológicas: una alimentación adecuada: bien alimentado, pero no en exceso, el sueño satisfecho, un estado de salud compatible. Los tiempos de trabajo.

Algo importante es estar manejando un método de estudio rendidor, adecuado a uno mismo: Por ejemplo, algunos aprenden repitiendo, otros mediante dibujos y esquemas, otros haciendo resúmenes, otros en grupo, etc. Todos esos métodos son buenos y ninguno lo es, a menos que se adecúe a nosotros. Y generalmente y dependiendo de aquello que se requiere estudiar, usamos varios métodos o hemos adaptado otros...

Además, está el estudio en clases, que es muy importante. Deberíamos asistir con un conocimiento previo de la materia que se abordará. Ello nos permitirá aprovechar mejor la actividad y hacer las preguntas necesarias para dilucidar nuestras dudas previas. Si no hay texto o apuntes al respecto, está internet...

El estudio no solo antes de las pruebas sino después de cada clase, día a día, brevemente, para completar lo que no captamos, anotamos o entendimos, ahora que el tema está fresco en la memoria. Así, con estos pequeños refuerzos, el estudio final será un simple repaso de cosas conocidas a reforzar y no una revisión de materia, como por primera vez.

Fisiológicamente, nuestra mente está adecuada a tiempos de trabajo intelectual limitados. Por ello las sesiones de trabajo presencial no sobrepasan los 45 min. Sin embargo, si determinada labor resulta estimulante, veremos que podremos estar en ella mucho más tiempo sin cansarnos y aprendiendo bien.

De todos modos, es importante que tengamos presente que el descanso y la distracción forman parte del trabajo bien realizado. De allí los recreos. Es muy agradable ir de “carrete” cuando hemos cumplido bien la tarea y todo está en orden.

Por lo tanto, les puedo decir que no se angustien a aquellos que ingresan por primera vez a la universidad o los que aún están en los primeros años de estudios, y que todavía se encuentran llenos de dudas y temores. Para su tranquilidad, puedo asegurarles que sus estudios podrán ser muy agradables, en la medida que logren tener la mayor seguridad de estar yendo hacia donde libremente quieren ir.

Lo primero que hay que hacer es averiguar lo más concretamente que se pueda, aquello que quieren hacer de sus vidas y, por lo tanto, si esta carrera y estudios son lo que desean. Eso es fundamental... La inseguridad no es mala si se usa para estar atento e ir a descifrar esas dudas. Logrado aquello, todo se facilita.

En mi época de colegio, ya había decidido ser zoólogo... Sutiles presiones familiares me llevaron a Medicina y, si bien esta carrera no me desagradaba, durante dos años estuve en la duda, hasta que me encontré con la Parasitología y, desde entonces la Medicina tuvo un aura que hasta ese momento ignoraba y que llegó a apasionarme. Conozco muchos colegas, que llegaron a ser muy buenos profesionales, enamorados de su trabajo, a quienes les ocurrieron situaciones parecidas.

En cambio, conocí a un estudiante que fue brillante durante los tres primeros años de estudios y, de pronto, fracasó en todos los ramos y se retiró. Años después, en una reunión con ex alumnos me enteré que el muchacho entró a Medicina para complacer los deseos sociales de sus padres, pero no gustándole esta profesión, fracasó voluntariamente para hacerles entender su situación personal. Fue traumático, pero entendieron. Actualmente es un trompetista, que era realmente lo que deseaba...

Los tiempos cambian, las modas y las visiones del mundo varían, pero los aspectos del aprendizaje de los que he conversado aquí, han sido siempre los mismos, en general, desde el fondo de la antigüedad.

Sean ustedes mismos, jueguen como adultos libres, persistentes y responsables del rumbo que han decidido tomar. No se dejen avasallar por criterios aberrantes o inconsecuentes. Usen a discreción la pasión, que todos poseemos, para lograr sus metas. Sean felices, porque esa medida humana del trabajar en lo que uno aprecia es un importante factor de estabilidad emocional.