



Educación pública

Dra. Soto: “No sé cuántos trabajos tuvo mi mamá, pero hoy soy médica gracias a ella y a la UCR”

Laura Rodríguez Rodríguez

“Si no hubiera sido por la UCR y por el sistema de becas, en definitiva, jamás sería médica. De eso estoy completamente segura”

21 MAR 2022 Salud

“Antes de entrar a la Universidad de Costa Rica busqué otras opciones. Ahí me di cuenta que era imposible para mí. Ni siquiera podía imaginar cómo conseguir la cantidad de dinero que pedían las otras instituciones. **Si no hubiera sido por la UCR y por el sistema de becas, en definitiva, jamás sería médico. De esto estoy completamente segura**”.

Así lo menciona con firmeza la Dra. Génesis Soto Chaves, quien con **25 años** ya es médica general graduada de la Escuela de Medicina de la Universidad de Costa Rica (UCR).

Esta joven, originaria del Barrio San José (Alajuela) es un reflejo del esfuerzo, la constancia y la disciplina. Su promedio ponderado de carrera así lo pone en evidencia, con una nota de **9.22** en el bachillerato, y de un **9.67** en la licenciatura; **una de las más sobresalientes de su generación**.

No obstante, hay un elemento aún más destacado que describe a la Dra. Soto: **ella es 100 % resultado de la educación pública y la primera profesional de su familia.**

De escuela pública y egresada del Colegio Científico de Alajuela, la Dra. Soto ingresó a la carrera de Medicina en el 2015. En ese momento inició una de sus mayores pasiones: **la ciencia y, muy especialmente, en el campo de la salud.**

“Siempre voy a estar muy agradecida con mi familia y con la UCR por darme la oportunidad de estudiar. **No todas las familias están dispuestas a esperar seis años para que su hijo o hija pueda salir a laborar.** En especial, las familias como la mía, con recursos limitados y que vamos día a día lidiando y consiguiendo las cosas que uno necesita. El dinero no era algo que nos sobrara”, dijo.

¿El motor de Génesis? Su madre y su hermana. La Dra. Soto está rodeada de mujeres que ella misma describe como valientes, con una fuerza y resiliencia tan alta que hoy están impregnadas en cada etapa de su vida.

“Si hay algo en las mujeres de mi familia, es valentía. En el caso de mi mamá, **toma mucha valentía ser madre soltera y decidir darlo todo para que mi hermana y yo cumplamos los sueños que tenemos.** Si eso significa para mi madre moverse al otro lado del país, lo hace. Si mi madre debe tomar tres trabajos en vez de uno, lo hace. Siempre hemos sido nosotras tres. Primero ella por nosotros, y estoy segura de que también nosotras pronto lo haremos por ella”, indicó la Dra. Soto.

Al preguntarle a la Dra. Soto sobre sus metas y aspiraciones, no duda en decir que ahora su objetivo es retribuir a la sociedad. **El motivo es más que claro.**

“Yo he sido estudiante de escuela pública y de colegio público. He aprovechado todas las oportunidades que la sociedad y el país me han dado. Entonces, **ahora tengo la responsabilidad de retribuir lo mismo con un trato adecuado a mis pacientes y dar mi 100 %**”, aseguró.

Las notas y el desempeño académico son importantes en la Medicina, pero no lo son todo. Por ese motivo, la Dra. Soto decidió brindar unos minutos para relatar sus aprendizajes, retos, aspiraciones y la gratitud al país que le **“ha dado todo, desde el kinder hasta la universidad, por medio del sistema de becas”.**



La Dra. Soto está rodeada de mujeres valientes. En la foto está acompañada de su madre. A su izquierda, está su hermana Celeste, quien es gimnasta de la Selección Nacional desde los 8 años.

Sueño cumplido

-Dra. Soto, usted recibió su título de Medicina General en marzo de este 2022 y, así, te conviertes en la primera profesional de tu familia. ¿Qué te llevó a escoger esa carrera?

Dra. Génesis Soto Chávez (GSC): “Mi decisión de estudiar Medicina es muy curiosa. Es muy común que la gente elija Medicina desde muy pequeños. Yo lo he escuchado en casi todos mis compañeros: ‘mi sueño siempre fue ser médico’. Otro dice: ‘yo tenía seis años y quería ser médico’. En mi caso, la decisión no fue tan temprana y pasé por muchas cosas.

Primero, quería ser abogada y, luego, muchas profesiones más. Después, por cosas del destino y bendiciones de la vida, llegué al Colegio Científico. Es un colegio muy bueno que está enfocado en encontrarle a los estudiantes sus habilidades y desarrollarlas. Ahí descubrí que la ciencia era lo mío y empecé a buscar una opción en ciencia.

Sin embargo, no quería dejar de lado la parte social que siempre me ha llamado: el ayudar a la gente y estar al servicio. De hecho, por mucho tiempo quise Derecho por eso, porque quería estar al servicio de las personas.

Entonces, empecé a buscar opciones en ciencia que tuvieran una parte social. De esa manera llegué a Medicina y lo decidí el año antes de entrar. Lo que más me apasiona de la Medicina es que todos los días hay contacto con las personas y, también, que es una ciencia.

Yo creo que eso fue lo que realmente lo que me llevó a decidir medicina al final. Definitivamente, no me arrepiento porque encontré mi pasión”.

-Vos me decís que siempre quisiste estar al servicio de la gente. Es decir, hablamos de un sentimiento que en vos ya se venía gestando desde antes. ¿Qué experiencias de tu vida influyeron en esto?

GSC: “Varias. Cuando era pequeña, mi hermana y yo crecimos en la casa de mi bisabuela. Éramos mi bisabuela, mi mamá y yo en un inicio. Mi hermanita nació después. Mi bisabuela desarrolló una enfermedad terminal y tuvo apoyo por medio de las clínicas del dolor de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS).

Al ser una paciente terminal, el personal de la CCSS iba a la casa a verla. Ahí vi, por primera vez, lo importante que podría ser el, simplemente, acompañar a alguien.

Nosotras tuvimos ese acompañamiento por parte de los médicos en ese momento. Aparte de eso, creo que tengo esa sensibilidad social porque yo misma he sido producto de la educación pública.

Yo he sido estudiante de escuela pública, colegio público y he aprovechado todas las oportunidades que la sociedad y el país me ha dado. Yo siento que tengo una responsabilidad de retribuir lo mismo y por eso siempre quise encontrar una carrera en donde yo pudiera devolverle eso a un país que me ha dado todo. Desde el kinder hasta la universidad por medio del sistema de becas, la universidad pública y un colegio público.

Incluso, cuando estaba en el Colegio Científico, gané una beca de la Embajada de Estados Unidos y me fui a vivir un año en ese país. Por lo tanto, toda mi vida ha sido producto de lo que la sociedad ha aportado en mí. Ahora, es parte de mi responsabilidad devolver eso. Ese objetivo de retribuir influyó en mi decisión de carrera universitaria”.

Más del 50 % de los estudiantes de Medicina de la Universidad de Costa Rica estudian con beca. Este apoyo constituye uno de los principales vínculos de movilidad social. En el 2020, [246 jóvenes tuvieron el apoyo](#).

-Entonces, estoy hablando directamente con una hija de la educación pública.

GSC: “Totalmente. Por eso yo defiendo a la Universidad de Costa Rica, a los colegios públicos, al sistema de colegios científicos, a las escuelas públicas y hasta a las mismas instituciones no públicas que trabajan de la mano con los colegios y las escuelas. Yo creo que esa es la única forma en la que muchos, y me incluyo, podemos surgir.

Si no hubiera sido por la Universidad de Costa Rica y por el sistema de becas, en definitiva, jamás sería médico. De eso estoy completamente segura.

Antes de entrar a la U uno no sabe si le va a dar la nota para la carrera que aspira y busca otras opciones. Me di cuenta que era imposible para mí y ni siquiera me podía imaginar conseguir la cantidad de dinero que pedían otras instituciones. Por lo tanto, estoy agradecida de ser hija de la educación pública y estoy consciente de la responsabilidad que esto conlleva.

El hecho de que yo sea doctora es gracias al aporte de todas esas personas. Creo que mi manera de retribuir esto es con un trato adecuado y siempre dar mi 100 % cada vez que

vea pacientes”.

Un pueblo que apoya

-En ese camino de la Medicina, ¿qué momentos claves de tu vida fueron definitorios para tener a la Dra. Soto que vemos hoy?

GSC: “Hay un dicho africano el cual dice que, para criar a un niño, se necesita un pueblo. Yo creo que para formar un médico se necesita también de un pueblo.

Yo a ese pueblo lo tuve por todo lado. Desde mi casa, con una hermana que está ahí a la par siempre, hasta con mi mamá que desde pequeña me enseñó la excelencia. A pesar de que mi hermana es pequeña, ella entiende que cuando uno está estudiando, con el simple hecho de no tocar la puerta, o traerle a uno café, ayuda mucho.

En cuanto a mi mamá, desde primer grado me decía: ‘eso no quedó bien, hay que volver a hacerlo, eso está feo, podés hacerlo mejor’. Eso hace que como médico sea igual. Hasta en mis notas para mis pacientes decía: ‘¡ay no!, esto está feo. Voy a hacerlo de nuevo, el paciente merece la mejor nota posible’. Esas experiencias de vida lo van formando y lo convierten en quien uno es en la actualidad”.

-¿Y durante tu formación efectuada en la UCR?

GSC: “Con mis profesores no podría pedir más. Siempre fui bienvenida a los hospitales y, todo lo que sé, lo sé gracias a ellos. Cada uno invirtió su tiempo y me recibieron con los brazos abiertos. Muchos, de manera ad honorem, sin remuneración, sin ganar nada.

Admiro mucho a los profesores egresados de la Universidad de Costa Rica porque la gran mayoría tiene ese sentimiento de devolverle a la Universidad. Cuando uno es estudiante de la UCR y viene a rotar con un profesor de la UCR, siempre lo reciben a uno con mucho cariño y con mucha paciencia porque los primeros años son difíciles y hay cierto temor.

Por otra parte, mis compañeros también influyeron mucho. El primer estetoscopio que tuve fue un regalo de mis compañeros cuando pasamos a tercer año.

Creo que todos sabían mi situación socioeconómica, lo difícil que era entrar al hospital, ponernos vacunas, comprar equipo y muchas cosas más. Así, el primer estetoscopio, que aún conservo, es un regalo de mis compañeros”.

-A lo largo de esta conversación has destacado mucho el esfuerzo conjunto y que el logro que has conseguido no es individual.

GSC: “El camino lo llevamos juntos. La Medicina es una carrera muy difícil. Sin embargo, yo creo que la vamos llevando, disfrutando y sufriendo juntos.

Mi generación es muy consciente de eso y hay un apoyo bonito entre la gran mayoría. La mejor palabra que los describe es compañerismo. Estar todos juntos en un mismo objetivo, llevándonos de la mano entre todos y compartiendo día a día las dificultades de la carrera.

Además, adicional a la beca 5 de la UCR y a la beca de honor, yo también fui beneficiaria de una beca externa. Esa beca se llama Golcher-Barguil y la tuve durante la mitad de la carrera. Así, yo soy el resultado de un conjunto de personas que se juntan, que creen en uno y que deciden apoyar. Eso es lo mismo que deseo devolver. Quiero regresar un poquito de todo lo que ellos me dieron a mí”.

-¿Eso a pesar de la gran competencia que a veces se vive en el área?

GSC: “El sistema nos empuja a competir. Ahorita, para entrar a especialidad, todos hicimos el examen y el 20 % mejor es el que pasa a la siguiente etapa. Por supuesto, uno quiere estar en ese 20 % mejor.

No obstante, todos intentamos que quien llega a ese punto sea por mérito, el que se esforzó más, el que más sabe, el que más pudo. No bajándole el piso al otro, sino intentando ser uno el que suba.

Al menos, así es la manera en la que yo lo intento hacer y en la que mis compañeros, y personas cercanas a la carrera, lo intentan hacer también: realizar el mayor esfuerzo y entrar a ese 20 %. En la Medicina se llega a un punto en el que todos somos buenos en algo y sabemos que hay espacio para todos”.



La Dra. Soto recibió una beca socioeconómica por parte de la UCR al ingreso de su carrera. Debido a su desempeño, obtuvo también una beca por excelencia. Luego, recibió la beca externa “Golcher-Barguil”. Laura Rodríguez Rodríguez

Entrega

-Dra. Soto, usted indicó que desea retribuir todo este apoyo proporcionado por la educación pública del país. ¿Cuáles son algunos de los elementos claves que jamás harán falta en la atención que brindará la Dra. Soto a sus pacientes?

GSC: “El primero es la responsabilidad. Si bien esto aplica para todos los trabajos, en la Medicina hay demasiada responsabilidad. Uno no solo tiene en sus manos la vida del paciente, sino la vida de la familia entera. Lo que pase con ese paciente va a impactar la vida de los demás.

Al paciente no solo hay que verlo como una persona individual, sino como un grupo. Hay que pensar que el paciente es una persona que tiene hijos, que lo esperan en la casa y que por eso tiene que salir bien.

El segundo es el humanismo. Uno lidia con la parte más sensible de una persona que es la salud. Jamás se puede dejar de lado el sufrimiento de esa persona, el sufrimiento de su familia y la angustia que genera estar enfermo.

El tercero, la pasión. Yo la tengo y ha sido lo que me ha movido todos estos años. Yo soy muy apasionada por la Medicina y creo que tengo la bendición de haber encontrado algo que me encanta, que me llena como persona.

Yo todos los días salgo con gusto a ver a los pacientes por más cansada que esté. ¡Claro! De todo hay, como cualquier otro trabajo. Hay días buenos y malos. Pero, si uno tiene esa pasión por ayudar, y ver que un paciente que llegó terrible logró irse bien para su casa, uno se llena de energía y se motiva todos los días”.

-Que el paciente se recupere, que esté bien y sin dolor, ¿se podría considerar como tu principal satisfacción al ejercer la medicina?

GSC: “Definitivamente. Cuando el paciente sale bien, para mí ya todo valió la pena. Nosotros no tratamos con enfermedades. Yo no estoy viendo la diabetes, yo no estoy viendo una hipertensión o una insuficiencia cardíaca. Yo estoy viendo a una persona con insuficiencia cardíaca o con diabetes.

Entonces, al final de cuentas, mi objetivo no es que el azúcar esté en un valor determinado, porque no es un número lo que estoy viendo. Sino que esa persona, con ese valor, se sienta bien.

Yo quiero que la persona entienda qué es lo que tiene y lo que estamos haciendo. Con mis pacientes intento ser muy explícita, en la medida de lo posible, porque la angustia de no saber lo que tiene es terrible. El no saber qué está pasando, el no entender qué están haciendo, lo hace todavía peor.

El desconocimiento es el primer paso para que todo salga mal. El paciente merece saber qué está pasando y entender por qué. Cuando ellos comprenden, ayudan mucho en el proceso.

En este momento ese es mi lema: servir al paciente. Mi mayor satisfacción es que la persona entienda y se comprometa porque, al final de cuentas, es su salud. También, que esté bien y feliz”.

-Lo anterior es el resultado de una fuerte preparación académica y de una familia cómplice en todo esto.

GSC: “Sí. La carrera de Medicina es de 24/7, prácticamente. Esta carrera es un compromiso y por eso estoy sumamente agradecida con mi familia. No todas las familias están dispuestas a esperar seis años para que su hijo pueda salir a laborar. Bueno, seis años si no se pierde ningún curso y si se llevan bloques completos. O sea, pensando en el mejor de los casos y el mejor panorama.

En mi caso, fueron siete años por la pandemia. No todas las familias están dispuestas a realizar este sacrificio. En especial, a las familias como la mía con recursos limitados y que vamos día a día lidiando y consiguiendo las cosas que uno necesita.

El dinero no nos sobra, entonces es muy difícil. Yo siempre voy a estar muy agradecida con mi familia y a la UCR por permitirme eso, por darme la oportunidad de estudiar tranquila.

Nunca tuve que salir a trabajar y, con lo poquito que entraba, nos la jugamos en estos años. Lo primordial para mi mamá era que yo estudiara y que sacara una carrera. Yo siempre tuve el apoyo”.

-Cuando llega la pandemia, ¿cómo lidiaste con los retos de esta carrera tan demandante, en especial, si se toma en cuenta que viviste la pandemia en su apogeo?

GSC: “Cuando llega la pandemia, para todo el mundo fue muy duro. Para mí más, porque mi familia ya estaba contando los días. Yo ya había empezado el internado y estaba haciendo mi bloque de Medicina Comunitaria, en Palmares, cuando aparecieron los primeros casos.

En ese momento se nos dijo que nos iban a mandar a la casa por un tiempo en lo que se ideaba un plan para que regresáramos. Pero no nos dijeron cuánto tiempo y ese tiempo se convirtió en un año. Todos los días uno pensaba: ‘será que mañana nos llaman’ y así un año entero.

Regresamos porque organizamos una marcha pacífica y una de las más organizadas que he visto en la vida. La CCSS nos escuchó, nos vacunamos y logramos reintegrarnos. Fue un tiempo difícil”.

-¿La Universidad de Costa Rica te acompañó de alguna forma?

GSC: “La Universidad de Costa Rica continuó con el apoyo total en términos de beca, acceso internet y en buscar que los estudiantes tuviéramos la oportunidad de seguir sin importar la condición socioeconómica. Esas son de las cosas que más agradezco y admiro de la U: que no deja por fuera a ningún estudiante y se esfuerza porque todos tengamos el acceso.

De mi parte, la U nos daba internet. Por ahí teníamos las clases virtuales, pero igual luego tuvimos que reponer toda la parte práctica que no se podía hacer desde casa. Esta consistía en ir a rotar y en ver pacientes.

Por otro lado, mi mamá no paró de trabajar en ningún momento de la pandemia. Ella iba full con su mascarilla, alcohol en gel y salía a trabajar. Yo, por mi parte, esperé regresar.

No obstante, luego un profesor ad honorem de la UCR me contactó y me ofreció rotar en su clínica para ver pacientes y no perder la práctica. Ese es parte del corazón de los profesores de la UCR, siempre buscan cómo ayudarnos y, en mi caso, este doctor me recibió con los brazos abiertos. Aprendí muchísimo en medicina privada y tuve esa experiencia. Eso fue una maravilla porque ahí terminé por decidir la especialidad que quería”.

En el 2020, cerca de 23 160 de los estudiantes de la UCR contaron con alguna de las cinco categorías de beca socioeconómica.

Las metas

-¿Cuál especialidad decidiste, Dra. Soto, y por qué?

GSC: “La especialidad por la que estoy optando es Endocrinología. Ya hice el primer examen, pero es un proceso y todavía falta. La Endocrinología es una especialidad encargada de toda la parte de hormonas del cuerpo. Entre ellas están las enfermedades

de la tiroides, la diabetes, la obesidad, el colesterol, etc. Es todo lo relacionado con hormonas y metabolismo.

El porqué decidí hacer Endocrinología es prácticamente por dos razones principales. Primero, me parece fascinante el tema de las hormonas y cómo el cuerpo reacciona a ellas. Segundo, el seguimiento a pacientes crónicos. Por ejemplo, en Medicina hay situaciones agudas como las emergencias. Cuando una persona tiene una emergencia, esta es atendida, se va para la casa y, muy probablemente, usted no vuelve a ver a ese paciente.

Por otro lado, hay otras especialidades que manejan al paciente crónico. Es el paciente que tiene una enfermedad por el resto de su vida y que necesita seguimiento. Eso es lo que a mí me gusta, porque me encanta tener relación médico-paciente. Además, las enfermedades crónicas en Costa Rica están dentro de las principales. Si usted en este momento me preguntara sobre la principal patología en Costa Rica, yo le diría que es la obesidad. La obesidad es la madre de muchos males.

Entonces, por un lado está el poder trabajar con enfermedades como estas que tienen una alta repercusión en el bienestar de la sociedad y que puedo darle seguimiento a los pacientes por muchos años y, por otro lado, que son enfermedades de educación al paciente. Si el paciente aprende a comer mejor, y a manejar su diabetes, tiene una mejor salud.

Ahí está el conjunto de las cosas que me gustan: el seguimiento al paciente, la relación médico-paciente y la educación”.

“Estoy agradecida por ser hija de la educación pública y estoy consciente de la responsabilidad que esto conlleva. Mi manera de retribuir esto es con un trato adecuado y dar mi 100 % cada vez que vea a los pacientes”.

Dra. Soto.

-Ahora, ¿cuáles son tus expectativas?

GSC: “Entrar a la especialidad. Vamos a ver cómo sale todo, ya hice el primer examen y tengo que esperar un mes para tener el resultado. Mientras tanto, estoy trabajando en medicina privada con un endocrinólogo y aprendiendo todo lo que pueda de él.

Él ha sido mi tutor y guía en la especialidad que, en medio de la pandemia y lo terrible que fue, me brindó esa posibilidad. La pandemia incluyó a alguien muy importante en mi formación.

También, este año es de mucha formación médica continua, quiero tomar cursos, mejorar ciertas cosas que uno sabe en las cuales se está débil. Quiero empezar un tercer idioma en el año e ir metiendo cursos de nutrición y disfrutar más a mi familia.

Estos últimos siete años han sido de mucho estudio, horas fuera de la casa. Ahora, quiero darme un poco más la oportunidad de tratar a mi hermana, pasar más ratito con mi mamá, salir a tomar un café con ellas, cosas que antes no podía tanto”.

-Doctora, con base en su experiencia, ¿qué mensaje le darías a las y los jóvenes que inician este año su carrera de Medicina y a otros que en este 2022 también valoran Medicina

como una opción?

GSC: “Que todo lo que uno hace en la vida viene con complicaciones y dificultades. Absolutamente todo. Nada viene fácil. Por eso, lo que hay que buscar es qué cosas dan satisfacción y la felicidad suficiente para estar dispuestos a superar esas dificultades.

Para los que van a elegir la carrera, les aconsejo que se sienten con calma y que elijan con mucha responsabilidad sabiendo que lo que decidan van a afectarlos a ellos en su vida y también a las personas con las que trabajen.

Si es en Medicina, hay que tomar la decisión con muchísima responsabilidad, sabiendo que es una carrera de servicio, en donde vamos a estar al servicio de la gente por el resto de la vida y que tenemos una responsabilidad grande, y más como estudiantes de la UCR.

Esa responsabilidad se multiplica porque somos producto de la educación pública, del aporte que hacen todos los costarricenses para que las universidades públicas funcionen. En mi caso, tras ser estudiante de la Universidad se es estudiante becado, la responsabilidad es triple.

El apoyo del pueblo de Costa Rica, por medio de la UCR que invierte en la formación y en la educación, no es gratis. El Estado lo forma a uno para ser una persona productiva y para que uno le devuelva a la sociedad todo lo que pueda.

La decisión debe ser tomada con mucha responsabilidad, pero también con mucha valentía. El camino es difícil, pero es bonito. Siempre hay gente buena en el camino y siempre va a haber alguien dispuesto a ayudarte”.



[Jennifer Jiménez Córdoba](#)

Periodista, Oficina de Divulgación e Información

Área de cobertura: ciencias de la salud

jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr