

Reunión de Aprobados, Valencia

1.- Enhorabuena !!.

2.- Y muchas gracias:

- a Vosotros, por vuestra confianza y vuestro gran esfuerzo.
- a las Secretarias (Yoyo y Elvira).
- a los Profes de todos los Cursos farmaFIR. Sin ellos, nada sería posible.
- a mis compañeros Coordinadores de farmaFIR, Eduardo y Javier.

3.- La mayoría de vosotros pensáis que lo podíais haber hecho mejor. Más aún, que con el examen que hiciste, te esperabas un mejor número de orden. Lo cual demuestra que esto es así, es decir, que cada uno tiene el número de orden que le corresponde.

4.- Preparar el FIR es toda una experiencia vital. Te curte y te hace madurar. Debes estar satisfecha y orgullosa de lo que eres y de lo que has conseguido. Sí. Pero se humilde, OK?.

5.- El FIR es un “no parar”, es decir, esto no se acaba ni se acabará nunca: desde que te matriculaste, el curso, el plan de repaso, los simulacros finales, el examen, la plantilla, las impugnaciones, la elección de plaza, el nuevo servicio, buscar piso, la residencia, el doctorado, buscar trabajo al terminar, mejorar tu situación profesional, ..., y así hasta que te jubiles...

6.- Muchos queréis FH. Pero eso es porque habéis hecho prácticas tuteladas en un Servicio de Farmacia, es decir, es lo que conocéis y lo que os gustó, lo que os trajo al FIR. Pero os pasaría lo mismo con el resto de las especialidades si hubieseis hecho las prácticas tuteladas en un servicio de Análisis Clínicos, de Microbiología, de Inmunología, de Radiofarmacia, etc. Por lo tanto, no desprecies estas especialidades.

7.- A muchos os preocupa el futuro; básicamente si hay o no hay trabajo después. Uf!, el futuro... eso está muy lejos... ¿Cómo estarán las cosas dentro de 4 años cuando termines la residencia, eh?. Lo importante es convertirse en un buen profesional y procurarse buen rollo (relaciones personales y profesionales).

8.- Ahora, ya, inmediatamente: 1) agénciate un ordenador portátil, y aprende a manejar Word y PowerPoint; y 2) aprende / mejora tu inglés, pues es esencial en el ámbito de la sanidad (todos los documentos importantes, como libros, revistas, manuales, etc, están en ese idioma).

9.- Ve a visitar los servicios que crees que te pueden quedar y que te pillen relativamente cerca de tu zona geográfica de interés. La impresión a primera vista es importante. Pregunta por un residente, y dile que has estudiado en farmaFIR; ellos también fueron a preguntar y les atendieron en su día.

10.- Viaja a Madrid el día antes de la elección. No te arriesgues a hacerlo el mismo día de la elección, por si te ocurriese algún percance en el viaje (ej: retraso). Quedaremos en Madrid esa noche, para comernos un bocata cerca de la plaza Mayor y después irnos de marcha.

11.- El día de la elección, no digas nada a nadie sobre lo que quieres elegir; es peligroso. Aunque sea tu mejor compañero, o aunque esté por detrás de ti. De repente, puede cambiar de opinión/elección, sospechosamente, y quitarte esa plaza con la que tú soñabas...

12.- Por una vez, sé egoísta y piensa en ti (no en tus padres, en tu novio, etc...). Que te lo has ganado, que tu vida profesional (y personal) depende sustancialmente de TU elección.

13.- No cojas una plaza FIR si sabes que no vas a ir a tomar posesión de ella. Eso es fastidiar a un compañero, que sería muy feliz con ella, y a un servicio que, se queda sin un residente durante 4 años o sin un alumno en el caso de FIG.

14.- Participa en el Listado de Preferencias. Eso te dará mucha información. De años anteriores, sabemos que el listado de preferencias se cumple bastante bien.

15.- Nuestra experiencia es que todo el mundo sale contento de la elección, con una plaza FIR “mejor de lo que esperaba”.

16.- Tienes que colegiarte en la provincia en la que vas a ejercer. Pregunta a los residentes de tu servicio pues, según la provincia, hay diferentes formas de hacerlo para ahorrarse un dinerito.

17.- Hazte miembro de la asociación profesional de tu especialidad (SEFH, AEFA, etc.). El coste anual es muy bajo, y ofrece muchas ventajas (cursos, reuniones, congresos, revista, etc).

18.- Al llegar a tu hospital, tendrás que pasar un reconocimiento médico (sencillo, normal) antes de firmar el contrato de trabajo.

19.- El personal no facultativo (enfermeras, auxiliares, técnicos de laboratorio, celadores, administrativas) son personas como tú. Trátalos con dignidad, y no tengas reparo alguno en recurrir a ellos cuando los necesites. Son mayoría, llevan mucho más tiempo que tú en el servicio, y pueden ayudarte mucho o ponerte las cosas muy difíciles.

20.- Aprendes de tu compañero Residente mayor (R2). Es tu mejor referencia a la hora de aprender. Recurre a él cuando lo necesites, cuando no sepas cómo hacer algo.

21.- En el servicio en el que vas a trabajar, habitualmente está todo programado: áreas, cursos, congresos, guardias, etc. Tienes la opción de hacer rotaciones externas por otros servicios, para completar tu formación como residente en aquellas áreas que no existen en tu servicio.

22.- Vas a trabajar y ganar dinero. Por lo tanto, también tendrás que pagar impuestos..., claro. Pregunta a tus compañeros residentes sobre la retención que conviene que te apliquen en tu paga mensual.

23.- Este año solamente te tocan aprox. 18 días de vacaciones, es decir, la parte proporcional de los 30 días correspondiente a los 5,5 meses que vas a trabajar.

24.- No hay plaza perfecta. Coge lo bueno y deja lo malo. Durante los 4 años de Residencia, pasarás por épocas buenas y por otras “no tan buenas”, tanto en lo profesional como en lo personal. Se hábil para disfrutar de lo bueno, y ten paciencia y calma para sobrellevar lo malo. Probablemente, ni lo bueno es tan-tan-tan maravilloso, ni lo malo es tan-tan-tan grave. Del mismo modo, tu grado de satisfacción ira variando a lo largo de la Residencia.

Cris Ronchera-Oms (para farmaFIR)

