

LA CONSULTA CON...

Mediteknia Clínica de Dermatología y Trasplante de Cabello



Dr. Jiménez Acosta

OBJETIVOS CLAROS, PASAR A LA ACCIÓN, DISCIPLINA, DETERMINACIÓN Y DESEO DE MEJORA CONTINUA DEBEN QUEDAR BIEN GRABADOS EN LOS JÓVENES ESTUDIANTES, EN LOS ASPIRANTES A MÉDICOS, EN LOS INVESTIGADORES Y EN CUALQUIER OTRO PROFESIONAL, PORQUE SON CLAVES PARA TRIUNFAR EN SU TRABAJO.

Las claves para tener éxito (en investigación biomédica y otras profesiones)

En este primer artículo del 2016 me voy a permitir, con toda humildad, dar algunos consejos, que considero muy útiles y que pueden inspirar a jóvenes que comienzan su actividad profesional, ya sea en el ámbito de la investigación biomédica como en cualquier otra profesión. A lo largo de los años de mi vida profesional he tenido la oportunidad de conocer personalmente, de cerca, a médicos e investigadores que han conseguido éxito y relevancia, entendiendo por éxito, no que hayan conseguido mucho dinero, sino que destacan por ser personas muy respetadas y fuente de inspiración para sus compañeros de profesión.

Hay muchos libros interesantes que nos explican las fórmulas claves para conseguir el éxito en la vida, pero tras observar los comportamientos de estas personas relevantes (preferentemente médicos e investigadores) he llegado a la conclusión de que hay 5 comportamientos comunes en todos ellos y que, a mi parecer, son los más importantes para conseguir el éxito, no solo

en el campo de la investigación biomédica, sino en cualquier ámbito de la medicina y en cualquier otra profesión en general.

Estas claves del éxito son:

1. Tener Objetivos claros: Todas las personas de éxito se han marcado objetivos claros. Saben lo que quieren conseguir y no se salen del camino para conseguir sus objetivos.

2. Pasar a la Acción: Esto es muy importante. Si decides algo y no actúas, no has decidido nada. No hay que perder mucho tiempo en la excesiva planificación. Las personas con éxito son personas de acción, porque solo la acción produce resultados. Hay que empezar a andar cuanto antes y "se hace camino al andar".

3. Disciplina: La disciplina es el factor más importante del éxito. Es hacer lo que hay que hacer aunque no apetezca. La pereza es el enemigo de la disciplina. La persona con disciplina tiene una herramienta muy potente para conseguir todo lo que se propone. La genialidad no es otra cosa que la práctica diaria y la perfección se consi-

de con la repetición. Será mejor cirujano el que repita 1.000 veces la misma operación que el que la repita 200. Serás mejor músico cuantas más horas practiques al día. El éxito de los Beatles no surgió de forma espontánea. Estuvieron tocando («practicando») durante un año en Hamburgo 8 horas diarias antes de darse a conocer en Liverpool. La excelencia no tiene más secretos que el esfuerzo, la práctica y la repetición continua.

4. Determinación: La determinación es una de las cualidades del profesional con éxito. La determinación significa no abandonar ante las primeras dificultades que siempre aparecen en cualquier proyecto. Significa decidir por adelantado que, pase lo que pase, uno va a seguir adelante. Para ello hace falta paciencia, voluntad y convencimiento de que si seguimos ade-

lante lo vamos a lograr. Hay una frase muy explícita que dice que «el fracaso no existe, solo gente que abandona». Cuando uno se encuentra con un muro alto enfrente hay mucha gente que se da la vuelta y otros que buscan el medio de cómo subir el muro: esta debe ser la actitud ante la vida. Los investigadores con éxito nunca renuncian ante la primera, ni ante segunda, ni tercera dificultad que se les presenta.

5. Deseo de aprendizaje y mejora continua: Otra de las características de los profesionales con éxito es que siguen continuamente formándose, aprendiendo. No se dan por contentos con cualquier resultado y son muy autoexigentes y críticos consigo mismo. Siempre ven margen para mejorar; lo cual les mueve a seguir innovando y a ser creativos. En cierto modo pueden parecer personas un

poco insatisfechas, pero no lo son, sino que siempre buscan la perfección.

En definitiva, estos 5 puntos: objetivos claros, pasar a la acción, disciplina, determinación y deseo de mejora continua deben quedar bien grabados en la conciencia de los jóvenes estudiantes de cualquier disciplina, en los aspirantes a médicos, en los investigadores y en cualquier otro profesional, porque son elementos claves que están en nuestras manos para conseguir triunfar en su trabajo.

Lamentablemente, algunas veces aunque se sigan estos consejos el éxito no está garantizado, porque en la vida, hay otros elementos que, a pesar de nuestra voluntad, pueden aparecer súbitamente y alterar nuestras ilusiones: una enfermedad grave o incapacitante, una pérdida de un ser querido, etc. Pero a pesar de estos avatares, debemos procurar quedarnos con la sensación de satisfacción vital que produce el haber puesto todo nuestro esfuerzo en destacar en nuestra profesión y en servir de inspiración a los demás.



Asesores en salud



Dr. Ramón Santana.
Cograsan96 en Telde y hospital
San Roque Las Palmas.

■ **Especialidades:** Especialista en Obstetricia y Ginecología. Miembro del Royal College of Obstetricians and Gynaecologists del Reino Unido.

■ **Datos de contacto:** En su despacho de Telde, teléfono: 928 684 226. En San Roque Las Palmas, en el teléfono: 928 012 615.

El centro: Este especialista realiza revisiones ginecológicas y citologías, embarazo y partos, enfermedades de la mujer, infertilidad y, dentro de la planificación familiar, aborda el uso de anticonceptivos, DIU y la ligadura de trompas. Aborda los tratamientos de la menopausia y la incontinencia urinaria.



Dr. Jiménez Acosta.
Clínica Mediteknia Dermatología.

■ **Especialidades:** Dermatología, láser y trasplante de cabello.

■ **Datos de contacto:**
Teléfono: 928 23 22 78.
Email: info@mediteknia.com.
Web: www.mediteknia.com y www.clinicadelpelo.com.
Dirección: Avda. Marítima, 20.

El centro: En dermatología oncológica se realizan tratamientos con terapia fotodinámica y quirúrgico como la cirugía de Mohs y en desmóstrica, cuenta con una plataforma de láseres para rejuvenecimiento facial, eliminación de manchas, tatuajes, depilación láser de última generación y otros tratamientos estéticos y varices en piernas.



Dra. Elena Adalia
Clínica Dental Adalia.

■ **Especialidades:** Rehabilitación oral y ortodoncia, implantes dentales, cirugía y estética dental.

■ **Datos de contacto:** Avda. Primero de Mayo, 23 Las Palmas de Gran Canaria
Tfno: 928 36 49 61
Email: info@adaliadental.com
Web: www.adaliadental.com

El centro: La Clínica Dental Adalia es un centro especializado en implantes dentales, enfermedades de las encías, cirugía oral y estética dental. Un ambiente acogedor, una atención personalizada, tecnología punta y un gran equipo multidisciplinar ha hecho de la Clínica Dental Adalia una clínica de referencia en Canarias.



Dra. Diana Schuarzberg Menis
Centro Menis de Especialidades Médicas.

■ **Especialidades:** Oftalmóloga, especialista en Estrabismo, Oftalmología Pediátrica. Asesora experta en Cirugía Refractiva.

■ **Datos de contacto:**
Teléfono: 928 704 729.
Web: www.centromenis.com.
Correo: info@centromenis.com

El centro: Diana Schuarzberg dirige el Centro Menis de Especialidades Médicas, que engloba a un grupo de reconocidos especialistas, incluyendo las áreas de Traumatología, Neurocirugía, Geriátrica, Urología, Rehabilitación y Psicoterapia, además de medicina y cirugía ocular.