FUTURUM
PODCAST

Dra. Nicole B. Cyrille-Superville

En este pódcast, **la Dra. Nicole B. Cyrille-Superville**, cardióloga del **Atrium Health Sanger Heart & Vascular Institute** y de la **Facultad de Medicina de la Universidad de Wake Forest** en Estados Unidos, habla sobre la importancia de mantener la calma y confiar en su equipo en situaciones de gran presión, de su experiencia al trasladarse del Caribe a Estados Unidos y de su agradecimiento hacia las personas que la ayudaron a lo largo de su vida.

Transcripción del pódcast:

00.56: Hola, Nicole, y bienvenida al pódcast Futurum Careers. ¿Cómo estás hoy?
Estoy muy bien. Gracias por invitarme.

De nada, nos alegra tenerle aquí. Voy a empezar con tres preguntas rápidas para que todos podamos conocerte un poco mejor. La primera pregunta es: ¿cuál es tu lugar favorito para ir de vacaciones?
Vaya, la verdad es que disfruto mucho ir a Europa.

Y si pudieras tener un superpoder, ¿cuál sería?
Quizás viajar en el tiempo. Odio volar, pero me gusta estar en diferentes lugares, así que sería genial poder chasquear los dedos y estar en un lugar diferente.

Suena genial. Y la última pregunta es: si pudieras ser cualquier animal, ¿cuál sería y por qué?
Creo que, por mi personalidad, sería una leona. No para ser una líder imponente, sino alguien que guía de forma sutil y procura mantener unido a su equipo.

01.57: Nicole, trabajas en el ensayo REHAB-HFpEF. ¿Podría explicarnos qué es la HFpEF y qué se busca entender con ese ensayo?
Por su puesto. La HFpEF, o insuficiencia cardíaca con fracción de eyección preservada, tan solo significa que los pacientes presentan síntomas de insuficiencia cardíaca. Sin embargo, cuando observamos el corazón en una ecocardiografía o una ecografía, la "fuerza de contracción" del órgano está normal.

Todavía estamos tratando de comprender muchas de las causas de este fenómeno y, sobre todo, cuál es el mejor abordaje para ayudar a los pacientes, en especial dentro del proyecto REHAB-HFpEF en lo relativo al entrenamiento físico. Uno de mis principales objetivos es centrarme en lo que llamamos determinantes sociales de salud: ¿cómo influyen en los pacientes factores externos a los que vemos en la clínica?

Aspectos como su red de apoyo, su conocimiento en salud, el acceso, el transporte, la inseguridad alimentaria, elementos que afectan a las poblaciones muy vulnerables. ¿Cómo abordamos todo esto para garantizar que nuestros pacientes progresen más allá de lo que ocurre en la consulta o en el hospital?

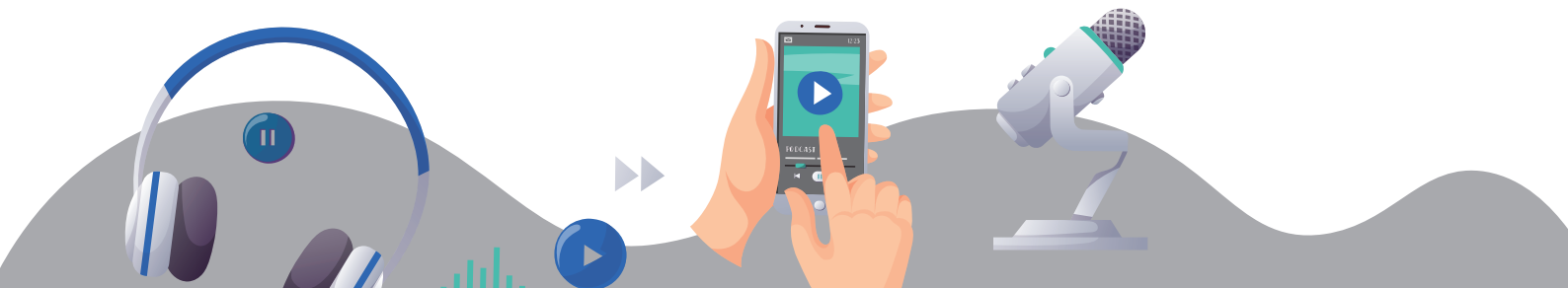
¿Y descubrió algo sobre cómo influyen esos factores en la HFpEF?
De hecho, estamos trabajando en ello. Por supuesto, hubo otros estudios que analizaron ciertos elementos de los determinantes sociales de la salud. Pero creo que cuando pensamos en la población de edad avanzada que vemos en la HFpEF, factores como el apoyo social y el conocimiento en salud no fueron estudiados con tanta frecuencia ni con la profundidad necesaria.

Estamos tratando de centrarnos en eso con el estudio actual REHAB-HFpEF, y espero que tengamos algunas respuestas pronto, en el próximo año o el siguiente, cuando el estudio llegue a su fin.

04.00: Es emocionante saber que está en plena fase de investigación en este momento. Pasando ahora a su trayectoria personal para convertirse en cardióloga: ¿qué la inspiró a dedicarse a este tipo de trabajo?
Ha sido un camino largo, desde Dominica, en el Caribe, donde crecí. Al pensar en mi infancia, no creía que la medicina fuera mi primera opción. Sentía un gran respeto por los educadores y los maestros, y pensaba: "¡Sí, eso es lo que voy a hacer cuando sea grande!". Enseñé en la secundaria durante un año más o menos y luego me di cuenta de que, en ocasiones, ¡uno trabaja más que los estudiantes! Enseguida me di cuenta de que eso no era para mí.

Luego tuve la maravillosa oportunidad de irme al extranjero, a estudiar a Texas. Sin duda, fue un auténtico choque cultural. Al principio, trabajaba en el laboratorio, el trabajo interno, y luego me formé como flebotomista para pagarme la universidad extrayendo muestras de los pacientes. Me enamoré del contacto directo con ellos; quería estar más al frente, no solo ver los resultados del trabajo interno, sino intentar involucrarme más en su cuidado.

Hubo un caso en particular de una joven que había dado a luz y, en unas 48 horas, su corazón empezó a fallar. Acompañarla durante todo ese proceso, conocer a su bebé y presenciar cómo recuperaba la función cardíaca hasta poder volver a casa, devolviendo esperanza a un momento que debía haber



sido plenamente feliz, fue una experiencia decisiva para mí. Creo que allí comprendí, con absoluta claridad, que ese era el campo en el que quería dedicar mi carrera.

06.06: Debió de ser una experiencia muy intensa para ella y para usted; tan temprano en su formación, tener que afrontar un momento tan crítico en la vida de alguien: no solo el nacimiento, sino luego una complicación cardíaca. ¿Cómo vivió esa sensación de "afrontar algo tan difícil tan pronto"?
Si habla con mis colegas, tal vez le dirían que yo estaba hecha para esas situaciones. Intento mantener siempre una actitud muy calmada, sabiendo que cuando el mundo se derrumba, si quieres marcar la diferencia, tienes que mantener el barco a flote, por así decirlo. Creo que es probable que este sea un aspecto de mi personalidad, pero también soy consciente de que no se trata solo de uno mismo. Muchas veces se trabaja en equipos en los que hay una comunicación eficaz, aprendemos a apoyarnos unos a otros, a reconocer que cada compañero aporta desde su propia experiencia. ¿Cómo aportamos todo nuestro conocimiento para que el paciente salga adelante? Por ende, incluso si afrontas algo muy difícil, tienes algo a lo que aferrarte para mantenerte a flote y, con suerte, llevar al enfermo de vuelta a la normalidad.

07.27: Es una metafora muy buena. Tiene a su alrededor un equipo que puede ayudarle cuando las cosas se ponen difíciles. ¿Qué otros desafíos u obstáculos ha afrontado y superado a lo largo de su carrera?
En lo personal, yo vengo del Caribe y creo que nuestra educación y nuestra forma de criarnos son muy diferentes. Cuando llegué a Estados Unidos, diría que era muy reservada y, en ocasiones, me sentía algo intimidada. Era una cultura nueva, un entorno nuevo. Recuerdo que en la universidad, el profesor entró el primer día y yo me levanté para saludarlo y dije "Buenos días", y nadie más lo hizo. Pensé: "Bueno, vale, supongo que aquí no hace falta hacer eso". Me fui acostumbrando a algunas de esas cosas en lo personal y aprendí a encontrar mi voz. Y creo que fue en Columbia University donde en verdad la encontré. A veces no importaba tanto si tenías razón.

Creo que lo importante era ser decisivo y tener una justificación para todo lo que proponías. Y si la decisión no era la correcta en ese momento, seguías adelante, aprendías de ella, cambiabas de rumbo y hacías las cosas de otra manera la próxima vez. A lo largo de mi carrera lo vía como un desafío personal constante: regresar siempre a ese principio, encontrar mi voz, asumir que no voy a tener la razón en todo momento y aprender a valorar las diferencias de opinión entre colegas.

Creo que eso es algo con lo que muchos lidiamos, pero la experiencia termina recordándole a una, una y otra vez, que aprender de esas diferencias es tan importante como construir un equipo sólido. Y, por supuesto, soy mujer y, a veces (aunque no sea de forma intencional), creo que se nos percibe como menos amenazantes, lo cual influye en la manera en que algunas personas se relacionan con nosotras. En ciertas oportunidades, como mujeres profesionales, debemos enfrentar esa realidad, pero siempre teniendo presente la importancia de llegar preparada, de sostener los hechos con objetividad. Esos son principios que he mantenido gracias al ejemplo de quienes vinieron antes que yo.

09.54: Y hablando de quienes vinieron antes que usted, ¿hay alguna persona en particular o algún mentor que la haya ayudado a encontrar su voz y su lugar en el campo?
Dios mío, ¿por dónde empezar y dónde terminar la lista? Creo que uno nunca deja de aprender. Estuve en el MGH (Massachusetts General Hospital), en Harvard, una institución en la que, incluso después de terminar la formación médica, la gente optaba por llevar batas cortas, que indicaban que aún estaban en formación, en lugar de las batas blancas largas, que significaban que ya estaban calificados, porque consideraban que el aprendizaje era algo permanente.

Siento que siempre estoy buscando personas que me inspiren. Para empezar, diría que mis padres fueron algunos de los mejores mentores que tuve. Mi mamá, como siempre digo, fue madre adolescente y su ética de trabajo me marcó mucho, al igual que la de mi papá. Así que siempre empiezo por ellos. Cuando me fui de Dominica, fue por una llamada telefónica de mi amiga Yakami. Yo daba clases en una escuela secundaria y me dijo: "Oye, me enteré de esta oportunidad. Deberíamos ver de qué se trata". Ella también tuvo una influencia maravillosa en mi vida, al igual que personas como Rosie Flanagan, una de mis hermanas de la fraternidad, quien me ayudó a conseguir mi primer coche cuando realmente no tenía por qué hacerlo. Nunca olvido esos pequeños gestos que me llevaron a donde estoy hoy.

Desde el punto de vista profesional, no puedo dejar de nombrar a los doctores Dalane Kitzman, David Herrington y Alain Bertoni. Hay muchas otras personas que fueron mentores de distintas maneras: algunos fueron justo lo que necesitaba en el instante adecuado, ya sea un empujón o tan solo alguien que me dijera que siga en un camino u otro. Nunca digo que tuve suerte; prefiero decir que fui bendecida.

12.08: Para los jóvenes interesados en una carrera en medicina o en STEM, ¿cómo pueden encontrar mentores que los orienten?
Siempre hay que empezar por mirar a tu alrededor. Observar a las personas con éxito y estar dispuesto a preguntarles: "¿Cómo has llegado hasta aquí?»". ¿Qué debería hacer? Otra cosa que diría es que se me presentaron algunas oportunidades cuando ni siquiera las estaba buscando, y que, la verdad, ni siquiera sabía que me interesarían. Ahora bien, cuando decía "Sí", siempre me esforzaba al ciento cincuenta por ciento, porque siempre puedes aprovechar lo que aprendiste de esas experiencias y aplicarlo más adelante en áreas que te apasionen. Cuando se te presenten oportunidades, da siempre lo mejor de ti.

No tengas miedo al fracaso, porque también forma parte del camino. No todo lo que hagas será exitoso, pero aprendes a hacerlo mejor la próxima vez, y eso también tiene un valor añadido. No quiero que la gente se desanime si dice: "Oye, me esforcé en algo y no ha salido bien". Le pasa a todo el mundo. Ese sería probablemente un consejo, en especial para los jóvenes que pueden pensar: "Oye, no me fue bien la primera vez, quizá esto no sea para mí". No pasa nada por volver a intentarlo y averiguar qué es lo que más te puede ayudar a seguir adelante.

Haz sacrificios porque sabes hacia dónde quieres ir. Recuerdo que en la universidad acepté un trabajo como camarera porque necesitaba dinero adicional. Tenía que trabajar los viernes, sábados y domingos por la noche, cuando todos mis amigos salían a divertirse. Pero al final, era lo que tenía que hacer. Así que les diría a los jóvenes que los sacrificios forman parte del camino; si en verdad creen en el lugar al que quieren llegar, ese esfuerzo también es parte del trayecto.

14.28: Genial. Se nos está acabando el tiempo, y habló de tantos temas de forma tan clara que me costará resumirlo todo en el tiempo disponible.
No puedo creer que el tiempo haya pasado tan rápido. Muchas gracias por invitarme. Me siento muy honrada de formar parte de este proyecto. Por mi parte, me gustaría animarlos a que se pongan en contacto conmigo si puedo ayudarles de alguna manera. Siempre estoy dispuesta a hacerlo. Tengo una hija de 15 años y buscar programas positivos que ayuden a influir en los adolescentes es algo que me apasiona. ¡Estoy emocionada y feliz de haber participado!

Comparta su opinión sobre este recurso educativo y profesional. Para comentar, escanee el código QR o visite el siguiente enlace: **redcap.school.wakehealth.edu/surveys/?s=NPK347RYHCR3FNDC**