FUTURUM
PODCAST

Dra. TanYa Gwathmey

En este pódcast, la **Dra. TanYa Gwathmey**, promotora de la salud en la **Facultad de Medicina de la Universidad de Wake Forest**, destaca la importancia de la perseverancia y la confianza en uno mismo para superar los retos. Además, expone cómo encontrar mentores y oportunidades que lo ayuden a adquirir experiencia en el mundo de la ciencia.

Transcripción del pódcast:

00:57: Hola, TanYa, bienvenida al pódcast Futurum Careers. ¿Cómo está?
Estoy bien, gracias. Me alegra estar aquí.

Nos alegra tenerla con nosotros. Voy a empezar haciéndole tres preguntas rápidas, para que nuestros oyentes puedan conocerla un poco mejor como persona. La primera pregunta es la siguiente: ¿cuál es su plato favorito para cocinar?
¡Vaya! Pensé que sería una pregunta fácil. En realidad, disfruto mucho de la variedad de culturas gastronómicas. Pero probablemente mi favorita sea una pasta Alfredo con algún tipo de marisco, como camarones o algo así.

Qué bien, suena delicioso. La siguiente pregunta es la siguiente: ¿a qué le tiene miedo? ¿Tiene algún temor o alguna fobia?
No me gustan las alturas, ¡sobre todo si existe la posibilidad de que pueda caerme! Por eso, trato de mantenerme bastante estable, lo más cerca posible del suelo.

¡Me parece muy sensato! Bien, la siguiente pregunta es la siguiente: si pudiera ser cualquier animal, ¿qué animal sería y por qué?
Me encantan el mar y las actividades acuáticas, así que seguro sería algún tipo de pez. O bueno, los delfines son mamíferos, pero no son una presa fácil en el mar... así que diría que tal vez un delfín.

02:20: Para profundizar un poco más, usted es la codirectora de la Triad Pastors Network. ¿Podría explicar de manera breve a nuestros oyentes en qué consiste el proyecto y por qué es necesario?
¡Claro! La Triad Pastors Network es una organización diseñada para colaborar con líderes religiosos, en concreto, de la comunidad afroamericana, con el fin de concienciar sobre la salud y algunos de los retos a los que se enfrentan las personas cuando no existe equidad de la salud en su población. Esta alianza se establece entre el Maya Angelou Research Center for Healthy Communities de la Facultad de Medicina de la Universidad de Wake Forest y, como he dicho, varios líderes religiosos locales que dirigen diferentes tipos de centros de culto. El objetivo general de esta colaboración es desarrollar lo que llamamos "ministerios de salud" dentro de las iglesias que supervisan estos pastores. Dichos ministerios sirven como medio para difundir información sobre salud de una forma accesible y entendible. A veces, el lenguaje científico usado por los profesionales de la salud puede resultar complicado para el público en general, que a menudo no logra comprenderlo. Por eso, tratamos de presentar la información de manera sencilla, para que cualquiera pueda asimilarla y aplicarla de manera fácil a su vida cotidiana.

03:48: Ahora, si pudiéramos hablar más sobre su trayectoria profesional personal desde su época escolar hasta donde se encuentra hoy, ¿qué la ha inspirado a dedicarse a esta investigación?
Crecí en una zona en la que pude ver nacer a muchos animales; teníamos cachorros, gatitos y animales de ese tipo. Por eso, siempre me interesó la reproducción y pensé que quizá algún día me convertiría en obstetra o incluso en pediatra. Me encantaba la idea de ayudar a los bebés a venir al mundo. Tuve la suerte de participar en algunos proyectos investigativos durante mi educación universitaria que me permitieron comprender realmente lo que sucede en el laboratorio frente a lo que sucede en un entorno sanitario, y cómo se relaciona una cosa con la otra. En ese entonces, me preguntaba lo siguiente: ¿cómo saben los médicos qué tipo de información proporcionar, qué tipo de atención brindar a sus pacientes y de dónde provienen esos datos? Bueno, tiene que haber un investigador que se los proporcione. Así fue como empecé mi carrera en la investigación. No pasó mucho tiempo cuando vinieron a mi mente las personas de mi comunidad, quienes a menudo reciben una atención médica deficiente o incluso carecen de ella. Eso me llevó a plantearme cómo podía crear programas para compartir la información científica y sobre la atención médica con ellos, ciudadanos con muchas carencias que, de otro modo, no tendrían acceso a ella. Así fue como llegué al ámbito de la promoción de la salud, especialmente dentro de las comunidades vulnerables y desatendidas.

05:25: ¿Ha tenido algún reto particular a lo largo de su carrera y, de ser así, cómo lo ha superado?
Sí, por supuesto. Hay una serie de retos a los que seguro se enfrentaría cualquier persona del ámbito científico. En este medio, existe mucha competitividad; por eso, hay que ser resiliente y capaz de perseverar incluso cuando te dicen que "no". Los investigadores somos seres únicos en el sentido de que podemos intentar cien formas de hacer algo y fracasar en todas y cada una, pero seguimos insistiendo hasta encontrar las respuestas a los problemas. En mi caso particular, he tenido varios retos diferentes por ser una mujer afroamericana en un ámbito de la ciencia y la medicina dominado por hombres blancos. Históricamente, estos espacios no han sido muy amigables con las mujeres ni con las personas de color. Me ha tocado vivir varias situaciones en las que ha habido racismo y sexismo, incluso, hubo quienes me hicieron sentir como si no perteneciera a ese lugar. Al respecto, hay individuos que

experimentan lo que llamamos «síndrome del impostor», es decir, sienten que están en un espacio en el que no merecen estar, y no, no era mi caso. Sin embargo, no voy a negar que hubo muchas personas que intentaron hacerme sentir así, que estaba allí por casualidad, que no merecía estar allí, que no tenía la inteligencia que tenían mis colegas. Superar esos retos ha sido toda una hazaña. Lamentablemente, esas experiencias no solo se prolongaron durante mi educación inicial, sino a lo largo de toda mi carrera e incluso ahora. A medida que asciendo en diferentes rangos, hay personas que, por desgracia, insisten en ponérmela difícil. Todavía en la actualidad hay que entender que no todo el mundo acepta la diversidad ni está de acuerdo con la inclusión. Algunos, quizá para asegurar su posición, intentan excluir a los demás, y eso resulta muy triste, porque sabemos, sobre todo en el ámbito científico, pero prácticamente en cualquier ámbito, que cuanto más diverso es un entorno, más fácil es alcanzar la excelencia, porque se cuenta con variedad de pensamientos y experiencias que nos ayudan a resolver mejor los problemas.

07:51: Debe ser muy frustrante saber cuál es su valía y que merece estar en un lugar y que alguien le diga que no debería estar allí. ¿Cómo lo afronta? ¿Cómo lo supera?
Por fortuna para mí, durante mi educación universitaria estuve en una HBCU (Historically Black College or University), es decir, una universidad históricamente negra, donde me enseñaron a tener confianza en mí misma y me ayudaron a aceptar quién era. Eso me ayudó mucho más adelante, ya que hice mi doctorado en una institución de la Ivy League, que era un entorno totalmente diferente. De hecho, era la única afroamericana de mi programa de posgrado. Fue todo un reto. Tienes que aprender a sentirse cómodo en tu propia piel y tener confianza en quién eres, sin importar cómo te traten los demás. Aprendí a sentirme segura de mi aspecto, de mis ideas, del entorno del que procedía y a tener claridad sobre los objetivos que quería alcanzar, sin dejar que los demás me hicieran sentir inferior o inadecuada.

09:05: ¿Tuvo algún mentor que le ayudara en ese proceso y a reforzar su confianza en sí misma?
Sí, he tenido la suerte de contar con mentores realmente excepcionales a lo largo de mi carrera. Al principio de mi carrera, durante mi formación, tuve la suerte de que mis dos tutores fueran mujeres, y ellas mismas habían sufrido mucho sexismo. Desde esa perspectiva, me resultó muy útil comprender las experiencias que habían vivido. Me ayudó bastante contar con su apoyo. Ahora, si bien ellas fueron mis mentoras formales, con el tiempo empecé a conocer a otras personas que me ayudaron a seguir avanzando. Estos últimos no eran necesariamente "maestros" en el sentido estricto de la palabra, pero veía en ellos atributos y rasgos de su carácter que admiraba y respetaba, así que me les acercaba para entablar una relación y, con el tiempo, aprendía valores, técnicas y estrategias que me ayudaron en mi formación. Siempre animo a la gente a buscar mentores, incluso en los lugares donde menos se esperaría encontrarlos. Les digo que se fijen en las personas que están haciendo lo que ellos quieren hacer, y que, al encontrar los modelos compatibles, se acerquen, hablen y traten de saber cómo han llegado hasta ahí. Y, bueno, después de haber logrado un mínimo de confianza, preguntarles si estarían dispuestos a ser sus mentores.

Así que se trata de acercarse a personas que están haciendo cosas que a uno le interesan para aprender de ellas.
Por supuesto.

10:31: ¿Qué hay de la experiencia práctica y las oportunidades en el mundo de las STEM, en la ciencia? ¿Cómo pueden los estudiantes encontrarlas?
Estoy muy emocionada por las oportunidades que existen ahora en comparación con cuando yo era una estudiante. En aquel entonces, parecía haber muchas menos posibilidades, por lo que había que ser muy persistente en la búsqueda. Pero, ahora, hay oportunidades de aprendizaje en prácticamente todas las instituciones educativas. Animo a las personas a que piensen en dónde quieren estar y en el tipo de trabajo que quieren hacer, y a que busquen esos espacios desde temprano. Incluso si todavía están en la preparatoria, hay oportunidades de verano para los estudiantes de ese nivel, por lo que les invito a que se den una oportunidad de conocer y ver si es un campo que realmente les interesa. Hay muchas formas de involucrarse en STEM y bastantes tipos diferentes de carreras en ese ámbito. Recomiendo sentarse a pensar en lo que a uno le gusta hacer y cómo podría encajar en alguna rama de la ciencia, la tecnología, la ingeniería y la matemática. Por ejemplo, tengo un colega apasionado por el deporte que trabaja para una marca muy conocida, no sé si puedo mencionar cuál, y, como fisiólogo del ejercicio, ayuda a diseñar zapatillas usadas por atletas de élite. Tomó algo que amaba y que realmente disfrutaba lo convirtió en una carrera científica. Mi directora de doctorado, por su parte, era artista y le encantaba dibujar y pudo diseñar ilustraciones para manuales de anatomía y fisiología. Hay muchas formas de convertir los pasatiempos en carreras STEM, y necesitamos esa diversidad para que la ciencia sea lo más interesante posible.

12:36: Creo que es un gran consejo. A menudo se piensa que para dedicarse a la ciencia hay que centrarse del todo en la física, la química, la biología y las matemáticas, y nada más. Pero creo que tiene razón. Es importante que la ciencia se entremezcle con todos estos otros intereses.
Exacto. Incluso si tienes un tipo de personalidad diferente, si eres alguien reservado o introvertido y te gusta trabajar solo, hay todo tipo de análisis que puedes hacer y que requieren muy poca interacción con los demás. Si te gusta pensar realmente en los datos y verlos desde perspectivas muy diferentes, puedes analizarlos, de nuevo, con una interacción muy limitada con otras personas. Si eres una persona sociable y te gusta relacionarte e interactuar con los demás, puedes ser el tipo de científico que va a conferencias y presenta su trabajo y establece contactos con otros y forma todo tipo de relaciones como miembro de diferentes comités y cosas por el estilo. Así que hay un papel para cada tipo de personalidad, incluso dentro de la ciencia.

13:35: Supongo que todo se reduce de nuevo a la diversidad: cuantas más perspectivas y opiniones diversas haya en la ciencia, mejor será para todos.
Por supuesto.

Genial, creo que ya tengo todo lo que necesito. ¿Hay algo más que quiera añadir que no hayamos comentado todavía?
No se me ocurre nada. Aunque seguro que más tarde se me ocurrirán todas estas cosas...

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**