



**phileos**  
ASOCIACIÓN

# Experiencias **PHILEOS**

**#personasyvalores**



**Soledad Heras Cruz**  
Voluntaria misión julio 2018

**Hola Sol, muchísimas gracias por haber accedido a compartir con nosotros la versión de tu experiencia, como ya sabes, la colaboración por parte de los alumnos es un pilar de nuestras misiones.**

**Cuando tú participaste eras estudiante de quinto de medicina, y hoy ya eres residente de anestesia en el hospital Universitario virgen Macarena, en Sevilla...  
En primer lugar, ¿cómo te enteraste de la existencia del programa?**

Asociación Phileos es bien conocida por casi todos los estudiantes de Medicina de la Universidad de Zaragoza, por el boca a boca y por la cantidad de acciones que realizan a lo largo del curso. Yo los conocí gracias a un proyecto solidario durante mis primeros años en la facultad.

**¿Por qué quisiste participar? ¿Tenías alguna experiencia previa en cooperación? ¿Conocías Filipinas? ¿Por qué crees que te eligieron para la misión?**

Una apendicitis es una apendicitis aquí y en Filipinas, una neumonía o un parto. Quise en la experiencia que de Phileos porque vi en la organización la posibilidad de adentrarme en el terreno de la Cooperación respaldada por grandes médicos, formados, con los que además de ayudar iba a aprender muchísimo. Como así fue. Además, una de las razones por las que elegí esta profesión es por la posibilidad de ejercerla en cualquier rincón del mundo.

Cuando fui a Filipinas tenía 22 años y, aunque no tenía experiencia en cooperación como tal, sí que había viajado como estudiante de prácticas a otros países, entre ellos a Corea del Sur, donde conocí otra forma de practicar la medicina y me sirvió para saber cómo se vive en un hospital de la otra parte del mundo. Además desde los 16 ayudaba en proyectos sociales en residencias de ancianos, con personas en riesgo de exclusión, o con el banco de alimentos, por poner algún ejemplo.

Sobre lo que me preguntas de por qué fui elegida, creo, sinceramente, que porque puse toda la ilusión, el esfuerzo y las ganas en la carta de motivación y en la entrevista. Yo quería ir y quería que me eligiesen, era mi oportunidad, una ilusión tan grande que me volqué completamente en ello, y cuando pones el corazón en lo que haces, todo tiene su recompensa.

## Misión julio 2018

Centro Birhem de la Salud  
(Quezón City)

 1500

Consultas médicas

Centro Birhem de la Salud  
(Quezón City)

 56

Cirugías menores

Hospital público Quezon  
City General Hospital:

 40

Intervenciones de  
cirugía mayor

Lagonoy

 150

Consultas médicas



**Una vez que te informaron de que serías una de las 6 alumnas que participarían en la misión, ¿Recuerdas cuáles eran tus principales ilusiones, dudas o miedos? ¿Conocías al resto de alumnos? ¿Y de personal médico?**

*Podría describir perfectamente el momento. Estaba rotando en Ginecología en un parto: me sonó el móvil y entonces leí el mensaje de selección. Me cayeron unos lagrimones enormes. Supongo que las matronas se pensarían que era la emoción del estudiante que ve un parto por primera vez. El miedo que tenía antes de ir era el de no estar a la altura en cuanto a conocimientos. Después de terminar cinco años de Medicina sabes mucha teoría de aquí y de allá, pero hace falta el último año de Universidad para integrarlo. Yo todavía no había dado ese paso. Este miedo se disipó el primer día de trabajo.*

*Además, ahora, en la Residencia, me doy cuenta de cuánto me sirvió. A día de hoy, en las guardias de Urgencias de mi hospital cuando algo me asusta pienso, "Sol, tú has pasado consulta en Filipinas, sola, con 4 años menos y sin saber el idioma", y sigo para delante.*

*En cuanto a los participantes, la misión estaba formada por 6 estudiantes y por 13 médicos. No nos conocíamos apenas entre nosotros, pero la atmósfera cordial, que se creó durante esas dos semanas en Filipinas todavía dura. La sensación de compañerismo, solidaridad y entusiasmo nos contagió a todos y nos unió como a una familia.*

**¿Qué información y preparación previa te facilitó la Asociación? ¿La consideras útil y suficiente, o echaste en falta algo? ¿Hiciste por tu cuenta alguna preparación previa?**

*Los estudiantes que habían participado en las misiones anteriores habían elaborado un documento con las enfermedades con las que más frecuencia acudían los pacientes. Los 6 estudiantes de mi año nos estudiamos este documento de arriba abajo y fue súper útil.*

*Los conocimientos de la carrera ayudan, por supuesto. Pero en Filipinas se dan unas condiciones especiales: la mayoría de la población no tiene acceso al sistema de salud, las familias tienen una media de cinco, seis hijos y muchos viven en situaciones de pobreza, hacinamiento, sin acceso a agua corriente o a una casa en condiciones.*



*Esto hace que las enfermedades que nosotros viésemos fuesen sobre todo problemas cutáneos como por ejemplo sarna, por las condiciones de hacinamiento y falta de higiene y por compartir con animales las estancias de dormir. Pero también hongos, heridas graves e infectadas o mordeduras de animales.*

*Veíamos mucha tuberculosis por ser una enfermedad con una alta prevalencia en este país. Pulmones extremadamente afectados o tos con sangre, algo que en España no se ve desde que están disponibles antibióticos al alcance de toda la población.*

*También era común que consultasen por tumores muy avanzados, en un estado que difícilmente se llega a ver en España. Hay que hacer hincapié en que los pacientes recorrían grandes distancias, viajes de incluso días para venir al médico de Phileos por ser gratuito, pero habían pasado años sin que ningún sanitario los hubiese visitado con lo que, por ejemplo, un cáncer había ido avanzando sin ningún control.*

***Una vez aterrizasteis tras un largo viaje, las hermanas os fueron a buscar y os llevaron al alojamiento que tienen cerca del convento en Quezon City. ¿Qué fue lo que más te impactó en los primeros días?***

*La solidaridad, limpieza y entrega de las Siervas de María. En un país lleno de barro, con carreteras sin asfaltar, con pobreza, con enfermedad a pie de calle, ellas van siempre por delante, con una sonrisa, con energía y vitalidad desde el punto de la mañana. No se dejan doblegar por las circunstancias que las rodean y ¡parece que no se cansen!*

*Son como un oasis de paz y pureza dentro del caos de la ciudad.*

***Prácticamente, en menos de 24 horas de vuestro aterrizaje, comenzáis a trabajar en la clínica Birhen de la Salud situado en el barangay Tandang Sora. ¿Te sentías preparada para atender a los pacientes? ¿Te sentiste respaldada? ¿Cómo fue tu evolución conforme pasaron los días? ¿Qué destacarías de tu actividad profesional? La barrera idiomática, ¿fue una limitación importante? ¿Cómo la solventasteis?***

*Nuestra misión como estudiantes en el centro médico era atender la primera consulta de los pacientes. Realizábamos un cribado para ver qué pacientes necesitaban verse por el cirujano, el ginecólogo o el internista. O si era un problema menor podíamos resolverlo nosotros.*

*La barrera idiomática, aunque añadía dificultades, no era una limitación importante. En la consulta estábamos acompañados de traductores, voluntarios del barrio, con un nivel de inglés medio. Pero al final, gracias a ellos, entre gestos y palabras sueltas en tagalo que terminamos aprendiendo, resolvíamos la mayoría de las consultas.*

*Algo que me encantaba, por eso de que Filipinas fue colonia española hasta hace poco más de cien años-, era que muchas palabras han quedado como poso en su lengua. Por ejemplo, para decir la cantidad de fármaco que tenían que tomar podías decir “una cucharita” y ¡realmente se decía así! o “cada ocho horas” también se decía así. “Kumusta” es ¿cómo estás? Era muy divertido porque los filipinos creían que hablábamos Tagalo.*

**Habitualmente, tras las consultas, las hermanas suelen llevarnos a visitar algunos barangays más humildes para conocer a los pacientes en sus hogares y conocer el contexto en el que viven. ¿Recuerdas cuáles fuisteis a visitar? ¿Qué impresión tuviste de aquel contacto?**

*Posiblemente el momento de mayor impacto emocional del viaje, por no decir incluso de mi vida, fue en el “Barangay de la Basura”. Es un lugar infernal.*

*Allí, cada día, cientos de camiones llenos de basura procedentes de toda Manila descargan sus restos. En este lugar viven miles de personas, encima de los restos y entre ellos, con casas hechas con bolsas de basura, con chapas, con cualquier resto que encuentren. La gente vive rodeada de animales de toda clase, desde gallos, perros, cucarachas o culebras.*

*No se ve el suelo al pisar, son capas y capas de basura acumulada a lo largo de años. Los niños van descalzos, desnudos, las madres se acercan a pedirte medicinas, leche para sus hijos.*

*Ese día, repartiendo leche en polvo a las familias, una de las monjas nos llevó a la casa de un paciente que no se podía mover al centro de salud. Era un niño, de unos 3 años, tetrapléjico, tumbado en el suelo con una manta y unos cartones y alimentado por sonda. Hablando con la madre nos dijo que tenía 22 años y otros 4 hijos. La forma en que se le iluminaron los ojos cuándo le entregamos los paquetes de leche no se me olvidará jamás.*

*En Filipinas no solo no hay diagnóstico prenatal, para la mayoría ni siquiera hay atención al parto. Cualquier mínima complicación, como minutos de falta de oxígeno en un recién nacido, algo que en España con un ecógrafo o un fórceps se resuelve, allí condiciona la existencia de una familia de por vida. Los labios leporinos aquí se operan de chiquititos y no se ve más que una mínima cicatriz debajo de la nariz. En Filipinas hacen que un bebé no pueda mamar ni alimentarse o se atragante. Todo esto se ve en el Barangay de la Basura, salí de allí triste después de palpar la miseria, contenta de haber acompañado a las monjas en su misión e impotente por ver todo lo que falta por hacer.*

**En la segunda semana de la misión, parte de los voluntarios fuisteis al municipio rural de Lagonoy a continuar la misión médica en el Hospital Santa María Soledad, dónde está en funcionamiento el Birthing Home desde 8 de Septiembre de 2018 y las consultas ambulatorias de medicina general. ¿Qué diferencias destacarías respecto de la experiencia en Quezon City?**

*Lagonoy es una población rural, no es comparable con la inmensidad, el tráfico, la contaminación y los atascos de Manila.*

*Es una ciudad pequeña donde solo hay un alojamiento, un colegio, un campo de baloncesto (deporte nacional en Filipinas) y un par de bares con un supermercado.*

*Está rodeada de selva y para llegar desde el aeropuerto más cercano hay que recorrer una única carretera asfaltada llena de motocicletas, carros y jeepney (autobuses filipinos que en su día fueron coches del ejército de EEUU).*

*El Hospital de Santa María Soledad atiende medicina general, pero su potencial es el “Birthing Home”, lugar de atención de embarazadas, sala de partos y material ginecológico específico. Las mujeres de la zona no tienen acceso a atención del parto cercano y la tasa de nacimientos es muy elevada. Hasta ahora están dando a luz en casa, con los problemas que eso conlleva. Recuerdo que vino a consultas una paciente jovencita, que consultaba por sangrado. Resulta que había tenido un bebé hacía menos de dos semanas. Cristina la ginecóloga le hizo una ecografía y retiró restos de placenta. Era madre de 5 hijos, unos días más, y con fiebres puerperales, quién sabe qué podría haberle sucedido.*

**Una vez finalizada la misión, os tomasteis, como es habitual, unas vacaciones por Filipinas. ¿Dónde estuvisteis? ¿Crees que merece la pena aprovechar el viaje para relajarse unos días al acabar?**

*Después de la misión los 6 estudiantes recorrimos un par de islas más, Palawan, Cebú y Bohol. Filipinas tiene una naturaleza virgen con unos paisajes increíbles, lugares históricos como la Cruz de Magallanes y una gastronomía que merece la pena probar. La comida filipina tiene guisos o “cozidos”, como la “kaldereta” o el “pochero” en versión asiática.*

**Después de dos años y medio de tu experiencia, ¿Cómo la resumirías en unas pocas líneas? ¿Qué ha significado para ti? ¿Mantienes contacto con el equipo de la misión? ¿Recomendarías esta experiencia a otros alumnos de la universidad? ¿Por qué? Si pudieras darles algún consejo, ¿cuál sería?**

*Formar parte de la misión de Phileos me permitió adentrarme en la cooperación. Me hizo tomar conciencia de lo afortunada que soy por haber nacido en un lugar del primer mundo y de que esto es simplemente cuestión de suerte.*

*Me dio soltura en el manejo de los pacientes, me aportó conocimientos de medicina que me han ayudado durante el MIR y ahora durante mi Residencia. Me ayudó a decantarme por mi especialidad, a conocer profesionales magníficos de los que he aprendido cómo ser un buen médico. A todos los que dudéis si ir os digo que adelante una y mil veces. La medicina es una profesión maravillosa, ser parte de Phileos hará que os enamoréis todavía más de esta profesión, y hará que mantengáis viva vuestra vocación a pesar de exámenes, notas o seminarios.*

*Recordad: “Curar a veces, aliviar a menudo y consolar siempre”.*

**Ahora ya eres residente, y pronto habrás finalizado tu formación MIR... ¿Te gustaría repe-**



**tir en otra misión con PHILEOS? ¿Y en otro programa de cooperación internacional? En caso afirmativo, ¿te ves en un futuro trabajando como cooperante o sólo como voluntaria en misiones aisladas?**

*Por supuesto que sí. Me considero parte de Phileos, la oportunidad que me dio quiero devolvérsela trabajando con ellos codo con codo en el futuro.*

*Elegí Anestesia entre otras cosas porque estar allí me hizo darme cuenta de que un anestesista es imprescindible en el terreno. Pueden ir ginecólogos, cirujanos y traumatólogos, pero un anestesista tiene que acompañarlos para poder ejercer su labor.*

*Me encantaría colaborar en el Birthing Home de Lagonoy, atendiendo cesáreas y poniendo epidurales. Aportando mi granito de arena a mejorar la salud reproductiva de las mujeres de la zona, hacer de su parto una experiencia más agradable y segura. Y sobre todo indolora. Como curiosidad: el hospital y yo compartimos nombre, ¿será una señal?*

**Y a la asociación PHILEOS, ¿qué sugerencias nos harías después de tu experiencia?**

*Si en nuestro país ha hecho mella la pandemia no me quiero ni imaginar cómo estará Filipinas cuando se retomen las misiones en el terreno. Estoy segura de que Phileos volverá con ganas y las pilas recargadas, y será recibida con los brazos abiertos.*

*La labor de Phileos es espléndida, me gustaría que siguiesen así, creciendo, incorporando nuevos socios y proyectos, sin perder la familiaridad que los caracteriza. Que mantengan la ilusión, la atmósfera de alegría, la docencia y el puntito de locura de querer hacer un mundo mejor.*

**Por último, como ya sabes, la pandemia ha paralizado las misiones a terreno por el momento, pero nos mantenemos activos con programas a distancia y mantenemos el contacto mensualmente con las hermanas para el seguimiento y el apoyo de las actividades. ¿Te gustaría seguir colaborando con nosotros? ¿De qué manera que podrías hacerlo?**

*Aunque no haya misiones en el terreno, Filipinas y su gente siguen allí. De momento y hasta que se retomen las misiones voy a seguir aportando mi ayuda económicamente, porque conozco de primera mano la asociación y sé que el dinero se gestiona a la perfección y confío ciegamente en los administradores y en las Siervas de María y en su labor para hacer llegar a los que lo necesitan el acceso a la salud.*

**Sol, muchísimas gracias por tu colaboración. Esperamos que tu experiencia sirva de inspiración a otros compañeros (alumnos, residentes o adjuntos).**

**Es un placer haber podido contar contigo en el pasado, en el presente y seguro que también en el futuro.**

**¡Un abrazo!**

