

XI CONGRESO NACIONAL
DEL LABORATORIO CLÍNICO

15 al 17 NOVIEMBRE 2017

LABCLIN
Málaga



Claves para afrontar una residencia de éxito

X Reunión de Residentes

15 Noviembre 2017



Patricia Soblechero Martín

F.E.A Bioquímica Clínica

Investigadora en IIS Biocruces

biocruces
health research institute

¿Cómo hacer la residencia y no morir en el intento?



R1

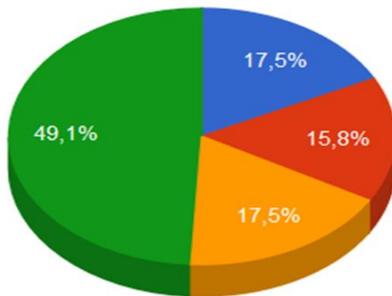


R2



Encuesta residentes
AEFA: 57 participantes

Año de residencia



● R1 ● R2 ● R3 ● R4



R3



R4

Primer año de residencia



Primer año de residencia

✘ Agobio. Todo nuevo: trabajo, compañeros, ciudad...

✘ Exceso de información.



Toma de contacto: hospital, compañeros y circuitos de trabajo

Busca el equilibrio. Estudio y trabajo



Primer año de residencia

- ❖ Inseguridades y miedos
 - ✓ Pregunta tus dudas



- ❖ Exceso de confianza

- ✓ No peques de sabelotodo. Es una carrera de fondo



- ❖ Empezar la casa por el tejado
 - ✓ Empieza por el principio



Primer año de residencia

- ✓ El tutor: apoyo y guía
- ✓ PIF y objetivos de tus rotaciones
- ✓ Libro del residente
- ✓ Sociedades científicas. Cursos y documentos interesantes



- ✓ Acude a sesiones generales y de tu servicio
- ✓ Relaciónate con el resto de especialistas



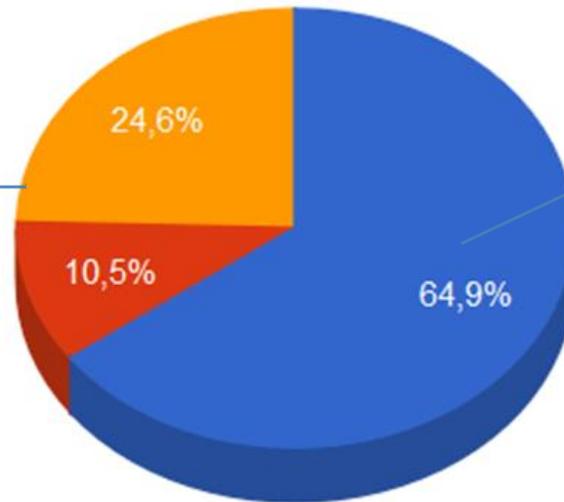
Encuesta de Residentes AEFA



Encuesta de Residentes AEFA

2. ¿Tienes a tu disposición los objetivos de cada rotación antes de comenzarla y se cumplen, en la medida de lo posible, cuando has finalizado?

No tengo a mi disposición los objetivos y por lo tanto es complicado cumplirlos



Si, tengo a mi disposición los objetivos al comenzar y suelo haber cumplido la gran mayoría al terminar

Si, tengo los objetivos al comenzar, pero rara vez consigo cumplir la mayoría de ellos

Segundo y tercer año de residencia



Segundo y tercer año de residencia

- ❖ Implicación según el grado de atención recibido
 - ✓ Saca provecho a tus rotaciones ¡Involúcrate!

- ❖ Querer hacerlo todo VS no hacer nada
 - ✓ Adáptate a cada rotación



- ❖ “Copiar” a tus resis mayores

- ✓ Sé proactivo. Busca rotaciones externas según tus propios intereses

Becas

Segundo y tercer año de residencia

- ✓ Solicita tus rotaciones externas ¡¡con mucha antelación!!
- ✓ Participa en trabajos de investigación: comunicaciones a congresos, estudios en tu centro... ¡lánzate a publicar!
- ✓ Doctorado



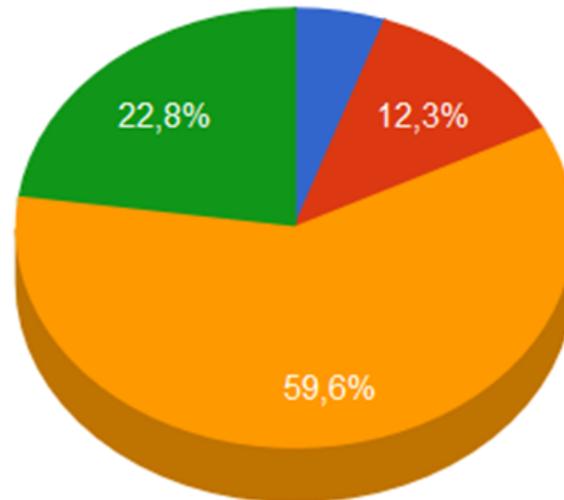
REAL DECRETO 99/2011, DE 28 DE ENERO, POR EL QUE SE REGULAN LAS ENSEÑANZAS OFICIALES DE DOCTORADO

Los titulados universitarios que, previa obtención de plaza en formación en la correspondiente prueba de acceso a plazas de **formación sanitaria especializada, hayan superado con evaluación positiva al menos dos años** de formación de un programa para la obtención del título oficial de alguna de las especialidades en Ciencias de la Salud.

- ✓ Asistencia a cursos, jornadas, congresos: relaciónate

Encuesta de Residentes AEFA

4. ¿En qué año de residencia comenzaste a tener o es probable que comiences a tener alguna rotación externa programada?



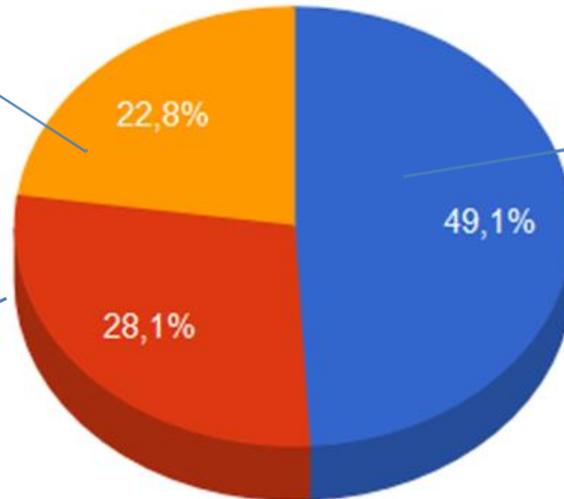
● R1 ● R2 ● R3 ● R4

Encuesta de Residentes AEFA

5. ¿Te has planteado hacer o has hecho algún máster durante la residencia?

No me lo planteo

Si, me lo he planteado pero aún no lo he hecho



Si, estoy cursando o he terminado un máster

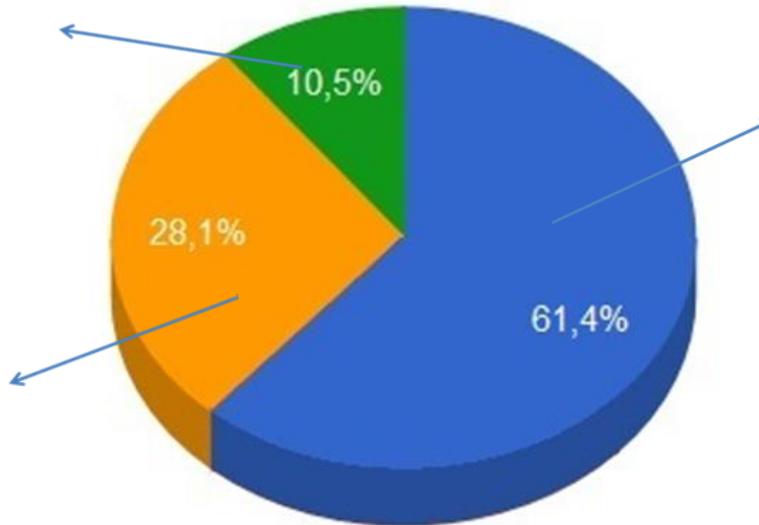
Encuesta de Residentes AEFA

6. ¿Te gustaría hacer el doctorado durante la residencia?

No me lo planteo

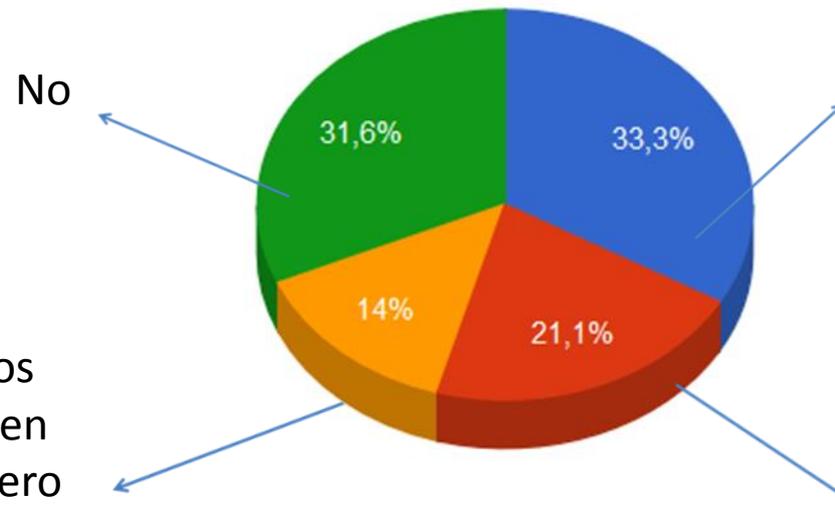
Si, me gustaría pero aún no lo he hecho

Si, me gustaría pero no hay posibilidad de hacerlo en mi Servicio



Encuesta de Residentes AEFA

7. ¿Se fomenta o existen facilidades en tu Servicio para la participación en trabajos de investigación y publicaciones durante la residencia?



Si, los residentes solemos terminar la residencia habiendo participado en al menos una o varias publicaciones

Si, solemos colaborar en trabajos, pero no publicarlos

Si, pero con otros grupos de investigación o Servicios ajenos al Servicio de Análisis

Cuarto año de residencia



Cuarto año de residencia

- ❖ Actitud: pasotismo, tristeza, nerviosismo
- ✓ Mantén una actitud positiva ¡Aprovecha tu último año!
- ❖ Demasiadas rotaciones externas: en tu hospital “no te ven el pelo”
- ✓ Rotación recordatoria. Asume funciones de facultativo
- ❖ No tener preparada la documentación y el CV
- ✓ Digitaliza todos tus diplomas y títulos ¡mantén actualizado el CV, lo agradecerás!



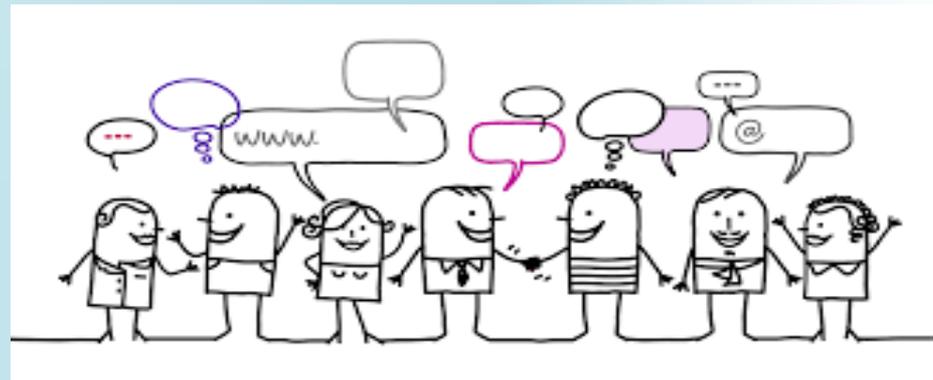
Cuarto año de residencia

- ✓ Actividad docente:
Seminarios R1, sesiones generales...



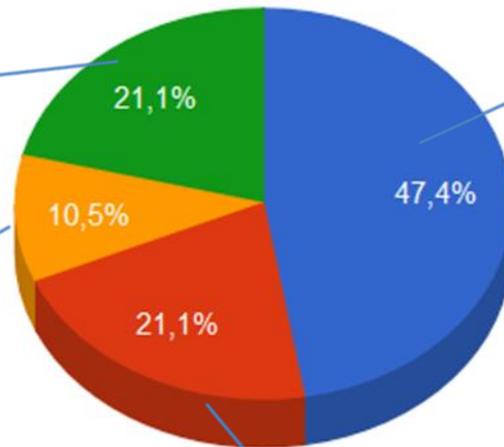
- ✓ Rotación en laboratorio privado u hospital comarcal: ampliar oferta laboral
- ✓ Bolsas de trabajo en diferentes CCAA
- ✓ Infórmate sobre diferentes salidas profesionales: Becas postresidencia

- ✓ ¡Networking!



Encuesta de Residentes AEFA

9. ¿Cómo es tu relación con los residentes de otras especialidades?



Apenas existe relación, sólo nos relacionamos en momentos muy puntuales

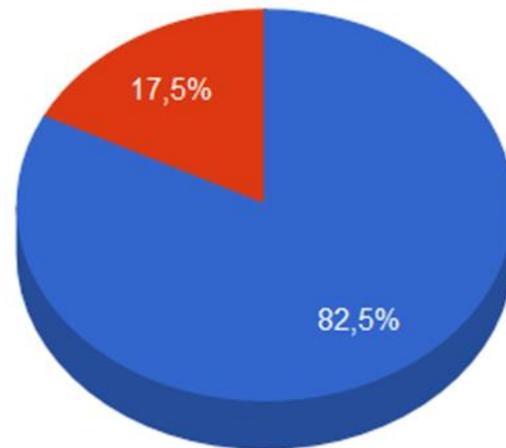
Buena, tenemos relación tanto dentro como fuera del hospital

Cordial, pero únicamente profesional, colaboramos en algunos proyectos y participamos en sesiones conjuntas de vez en cuando

Buena, pero sólo con los de otras especialidades de laboratorio

Encuesta de Residentes AEFA

10. ¿Crees que sería útil para tu formación y en lo que a salidas profesionales se refiere realizar alguna rotación en un laboratorio privado durante la residencia?



● Sí ● No

Take home messages



¡Muchas gracias a todos!



@residentesAEFA



Residentes Aefa



Blog residentes.aefa.es