



Odontología en confinamiento

Od. César Palacios Jurado
Od. Carla Juez Medina
Od. Jossué Narváez Guerrero
Od. Rafael Erazo Vaca
Dr. Otto Campos Mancero

Odontología en confinamiento

Od. César Palacios Jurado

Od. Carla Juez Medina

Od. Jossué Narváez Guerrero

Od. Rafael Erazo Vaca

Dr. Otto Campos Mancero

Este libro ha sido debidamente examinado y valorado en la modalidad doble par ciego con fin de garantizar la calidad científica del mismo.

© Publicaciones Editorial Grupo Compás
Guayaquil - Ecuador
compasacademico@icloud.com
<https://repositorio.grupocompas.com>

Diseño de la portada es de: Ariadna Tirado Pereira



Palacios, C., Juez, C., Narváez, J., Erazo, R., Campos, O. (2024) Odontología en confinamiento. Editorial Grupo Compás

© Od. César Palacios Jurado
Od. Carla Juez Medina
Od. Jossué Narváez Guerrero
Od. Rafael Erazo Vaca
Dr. Otto Campos Mancero

ISBN: 978-9942-33-853-2

El copyright estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Quedan rigurosamente prohibidas, bajo las sanciones en las leyes, la producción o almacenamiento total o parcial de la presente publicación, incluyendo el diseño de la portada, así como la transmisión de la misma por cualquiera de sus medios, tanto si es electrónico, como químico, mecánico, óptico, de grabación o bien de fotocopia, sin la autorización de los titulares del copyright.

Agradecimientos

Aprovecho este espacio para agradecerle a mis padres por la educación y formación académica, a la Facultad Piloto de Odontología de la universidad que nos acoge por darnos el espacio para dar nuestras clases, a los muy estimados alumnos que siempre nos regalan sus ocurrencias, que nos dan las fuerzas para seguir y esforzarnos en brindarles una educación cada vez más personalizada y actualizada.

Dedicatoria

Este libro está dedicado a los estudiantes de la Facultad de Odontología de la cual formamos parte, a los alumnos que resistieron todo tipo de miedos, angustias, enfermedades, inoperancias del estado, y lamentables pérdidas de seres amados durante el confinamiento por el COVID -19, se lo dedicamos también a nuestros estimados colegas docentes de la facultad de odontología fallecidos, de lo cual hacemos una mención especial a nuestro estimado amigo, el Dr Milton Andrade, quien supo formar y guiar con el ejemplo a sus estudiantes por el camino correcto de la profesión, un profesional inigualable del cual pretendemos seguir su legado académico. A ti amigo, gracias

Índice

Prólogo	4
Oficialmente en pandemia.....	5
Pandemia en Ecuador	9
Experiencia como odontólogos.....	13
Pandemia a nivel universitario	15
Pandemia a nivel personal.....	18
Entre el amor y el odio	25
El miedo solo se domina saliendo de tu zona de confort .	30
Lo bueno y lo malo de la cuarentena	34
Una pérdida irreparable	40
El valor de la vida.....	45
El impacto positivo de la pandemia.	50
Estrés y depresión dos enemigos durante la pandemia...	54
Era un día normal	58
Mi experiencia con la modalidad virtual.....	64
Trabajar para que no nos falten alimentos en pandemia	69
Educación digitalizada.....	74
Aprendiendo a vivir sin los seres queridos.....	77
Mi experiencia de aprendizaje durante la pandemia	80
Desgaste emocional	83
Reuniones familiares, ¡imposible!.....	87
Lo “nuevo” en odontología y la virtualidad	91
Enfrentando la pandemia en la carrera de odontología ..	93
Odontología en tiempos de crisis	98
Tiempos de cambio y superación	103
Ajustando expectativas de la educación universitaria en tiempos de pandemia.....	110
Trayectoria de resiliencia: Un viaje entre ciudades	114
Travesía de superación y adaptación.....	117
Retos, encierro y transformación	120
Aprendizajes, desafíos y esperanza	124
Epílogo	128
Bibliografía.....	131

Prólogo

Hemos vivido la terrible experiencia de la pandemia del COVID -19 en la cual a todos, como miembros de una sociedad global e interconectada, dentro del Ecuador, a un nivel universitario ya sea como docente o estudiante, y a nosotros como profesionales odontólogos, dentro de nuestra carrera nos ha tocado vivir diferentes situaciones que nunca pensamos que pasarían, y que de alguna manera ha trastocado nuestro pensamiento, o los paradigmas que rigen o regían la sociedad, y con ello nuestro estilo de vida, por lo que me parece oportuno escribir lo vivido como ciudadano del mundo, profesor universitario, odontólogo, ser humano y en donde también quise exponer lo que vivieron mis alumnos de los dos paralelos que me asignaron ese semestre en particular. En el libro he tratado de contar lo que hemos tenido que pasar en muchos ámbitos, pero redactados desde un punto de vista personal.

Todos mis estudiantes han realizado una redacción escrita sobre su experiencia muy sentida y detallada en la que han expuesto lo que han vivido desde un ámbito económico, social, estudiantil, así como desde un ámbito más profundo y personal, por lo que creo que en este libro hemos logrado capturar sus sentimientos y nos hace traer a la memoria los acontecimientos de aquellos meses y todos aquellos sentimientos asociados.

Al final del libro hemos realizado una redacción en la que contamos lo que ha sucedido con más frecuencia desde un punto de vista psico-social, con el objetivo de entender este trágico fenómeno que sacudió la vida de millones de personas a nivel mundial.

Oficialmente en pandemia

Una vez que inicio el COVID19 todos los docentes, bajo la disposición gubernamental y municipal, estudiantes y personas en general fuimos confinados a nuestros hogares y desafortunadamente nos tocó palpar experiencias de todo tipo. Teníamos que salir a comprar nuestros alimentos únicamente a ciertas horas, a ciertos supermercados y totalmente blindados contra el desconocido virus que nos estaba invadiendo. Gastábamos dinero comprando nuestros trajes desechables, protectores faciales, mascarillas KN95, jabón líquido, amonio cuaternario, alfombras para poner algún químico para los pies y mucho alcohol de desinfección. Este virus estaba en las noticias 24/7 y era lo único de lo que se hablaba. Los hospitales a nivel mundial estaban colapsados y se escuchaba que en países como China, Guatemala, o el Salvador construían hospitales en tiempo récord con tal de beneficiar a sus ciudadanos y ofrecerles un mejor cuidado (Oscar Holland & Alexandra Lin, 2020), (Sagastume, 2020). Se hablaba en las noticias sobre los terribles estragos en los países europeos, especialmente en Bérgamo, Italia (AFP, 2020) . Se relataba únicamente sobre cantidad de muertos, incineración de cuerpos, y se comparaba esta pandemia con otras anteriores en cuanto a infectados y fallecidos. No se tenía una cura en específico y sin embargo el presidente de Estados Unidos, Donald Trump, apresurado, salía en medios de comunicación hablando sobre hidroxiclороquina, cloroquina, azitromicina y remdesivir, medicamentos que supuestamente ayudaba a curarnos; también sugirió ante las cámaras, usar una inyección de desinfectante para "limpiarnos", y al día siguiente, apresurados, salían doctores estadounidenses a desmentir a su presidente sobre el uso de aquellos supuestos tratamientos para el coronavirus (Niburski & Niburski, 2020) . No había protocolos, y si los había, no los conocíamos, pero este problema definitivamente era a nivel global y sin lugar a dudas este desconocimiento e

improvisación causaron mucho daño en una población asustada.

Se cerraron los aeropuertos en todas las partes del mundo y por la falta de ingresos económicos algunas aerolíneas quebraron como fue el caso de la aerolínea Tame (Larenas, 2020) . Yo tenía comprado un boleto de avión en la línea aérea ecuatoriana, que se llamaba Tame, y la compra la hice a través de Despegar.com, que es una conocida página web, de un supuesto prestigio, que vende boletos aéreos entre otras cosas, y lo había adquirido para pasar mis vacaciones en las islas Galápagos. La susodicha aerolínea cerró todas sus oficinas, y Despegar.com brillaba por su ausencia ya que no existía ninguna manera de contactarse con ellos, por ningún medio, para que de alguna forma me devuelvan mi dinero por el boleto perdido, o que me reagenden en otra fecha con otra línea de aviones. Pero bueno, entiendo que todos perdimos... Cuando se cerraron los aeropuertos muchas personas se quedaron atrapados en países lejanos, en los que tenían comunicarse inclusive en otros idiomas, y a algunos, les toco gastar mucho dinero para poder vivir en hostales u hoteles durante el tiempo del confinamiento a nivel global (España, 2020, p. 10) .

La sociedad mundial se sentía desorientada, con miedo, y mucha angustia (Johnson et al., 2020). Se escuchaban cosas y todo lo que se oía era más alarmante y preocupante que lo que escuchamos el día anterior. Los ciudadanos del mundo estábamos a la expectativa de lo que hagan las potencias mundiales como Estados Unidos, China, Rusia, y la Unión Europea; y sin embargo notamos desde ya que había intereses geopolíticos incluso en la pandemia que estaba arrasando con la vida de nuestras comunidades y de nuestras familias (Calderón, 2020). Había mucho interés con lo que dijeran las autoridades en China ya que era donde se había originado la pandemia del coronavirus a finales del 2019. Cuando leíamos del coronavirus en China lo sentíamos muy lejano, a un océano de distancia, y con una barrera cultural de discrepancia, por lo que pensamos que la pandemia jamás iba a llegar a nuestros hogares. Veíamos en los noticieros sobre los confinamientos en

China y veíamos a todos usando mascarillas y lo sentíamos muy lejano, por lo cual como sociedad nunca nos preparamos adecuadamente para la llegada de esta pandemia. Veíamos los esfuerzos que hacía China por contener la pandemia encerrando ciudades enteras en donde no podían entrar ni salir de la ciudad para que la enfermedad no se propague a través del globo, sin embargo, pese a los esfuerzos de China, la pandemia siguió su curso llegando a países europeos, y a Estados Unidos, y recuerdo claramente como se veía en los noticieros sobre la cantidad de muertos que aparecían en Estados Unidos y en los países al otro lado del Atlántico, y se hablaba de hospitales colapsados en los que no había la cantidad suficientes de camas en las unidades de cuidados intensivos para atender la cantidad de pacientes que aparecían con síntomas graves productos de esta patología.

Los tratamientos eran muy especulativos, y los médicos en los noticieros decían que solo atendían a los pacientes, pero lo único que podían hacer era aliviar los síntomas, pero no estaban atacando la raíz del problema ya que aún se tenía el conocimiento, peor aún una cura o un tratamiento para esta enfermedad que nos estaba atacando física y mentalmente (Díaz et al., 2021). En los noticieros por todos los medios, ya sean impresos, digitales, o por televisión abierta, únicamente se hablaba de la contabilización de muertos por país, organizaciones como la misma Organización Mundial de la Salud, diariamente iba actualizando la información con los decesos. Recuerdo que veía cuantos muertos aparecían diariamente en todas partes del mundo y por supuesto que mentalmente te desgasta, y te perturba; e inclusive había aspectos negativos relacionada a las redes sociales ya que se evidenciaba abundante cantidad de información a la que teníamos acceso, además de las noticias falsas, la cual nos provocaba ansiedad y éramos más propensos a sufrir inclusive de depresión (Villacis, 2020).

Durante la pandemia las potencias mundiales hacían grandes esfuerzos por estudiar el virus y por sacar algún tipo de vacuna para poder inmunizar a la población civil y

el primer país en sacar una vacuna fue Rusia con la vacuna "Sputnik V" (González, 2020) (Zimmer, 2020) (Talha Khan Burki, 2020). Esta vacuna empezó a usar entre su población, incluyendo a su presidente Vladimir Putin; vacuna con la que tuvo mucha eficacia en su lucha contra la pandemia con el objetivo de lograr una inmunización en su población civil, sin embargo, debido a intereses geopolíticos -desde mi punto de vista- esta vacuna no fue tomada en cuenta por las potencias occidentales de Estados Unidos ni la Unión Europea ya que ellos seguían buscando realizar su propia vacuna, y se hicieron de la vista gorda ante la existencia de esta vacuna contra la pandemia (Pernalet, 2021). Algún tiempo después la Unión Europea, Estados Unidos y China sacaron sus vacunas contra el coronavirus y aquí aparecieron las vacunas: Pfizer, Moderna, AstraZeneca, Sinovac, Johnson & Johnson, y algunas más que no recuerdo. Ninguna de las vacunas había sido probada del todo ya que no había pasado el tiempo suficiente para conocer sus reacciones adversas, sus antagonismos, sus indicaciones y sus contraindicaciones, sin embargo, se empezaron a aplicar a nivel mundial. Lo que se buscaba con esta vacunación masiva era la inmunización de rebaño para evitar que los contagiados sufran de síntomas graves y que sea más difícil la propagación de la enfermedad. Era complicado realizar viajes internacionales en época de pandemia ya que la mayoría de los países habían decidido restringirlos total o parcialmente (ONU, 2020) , y si lograbas viajar tenías que presentar al principio una prueba COVID que indique que no tienes la enfermedad, y un carné de vacunación que indique que estas vacunado. En países como Estados Unidos no podías ingresar si te habías vacunado con la vacuna "Sputnik V" (rusa) (Pernalet, 2021) -desde mi punto de vista- como medida geopolítica para beneficiar económicamente a vacunas de corporaciones y países amigos.

Muchos países se vieron afectados económicamente por la pandemia, especialmente en el sector turístico, ya que algunos estados se dedican casi exclusivamente a la oferta de servicios turísticos: como la venta de alquileres de

habitaciones en hoteles, la venta de la oferta gastronómica en general para los turistas, la movilización, bisutería en las playas, venta de artesanías, etc.. y dependiendo del país que analicemos, el estado hizo o no algo para auxiliar a este importante sector de la sociedad (Aracena, s. f.).

La ciudad de Bérgamo, en Italia, se convirtió en el epicentro de la pandemia durante algunas semanas en donde se veía una cantidad enorme de muertos y justo para esa época una amiga y amiga de la familia, italiana que reside en Ecuador, estaba pasando sus vacaciones con su familia en aquella ciudad como lo hacía todos los años, sin esperarse que se le venía encima semejante tragedia en la que le tocó presenciar de primera mano esa gran cantidad de muertes por la enfermedad. Hablé con ella por WhatsApp y me contó que ella estaba bien, encerrada y con todas las medidas de precaución posible, pero que la situación estaba muy mal, se morían vecinos, amigos, y se vio en su momento como en tres semanas murieron más personas en Bérgamo que todo el año que lo precedió. La ciudad reside en una zona muy contaminada y la calidad de su aire, durante décadas ha sido muy mala, ya que en su circunscripción se desempeña una gran cantidad de fábricas, y sus carreteras están atestadas de camiones que transportan mercancías (BRANCOLINI, 2021).

Pandemia en Ecuador

En Ecuador, la pandemia definitivamente nos tomó por sorpresa. Nunca se pensó vivir en el país este tipo de adversidad como la que en algún momento de nuestra vida leímos en páginas web. En algún momento en el colegio o en la universidad leí sobre las pandemias, escuché comentarios de estas enfermedades masivas que arrasaban con grandes cantidades de personas en ciertos lugares en específico, también había visto los trajes que usaron durante la peste negra, pero la verdad es que nunca creí que una pandemia fuera a llegar a Ecuador. A pesar de que ya veíamos como se enfermaban en China, veíamos los

confinamientos en aquella ciudad Wuhan, en China, y a pesar de que se escuchaban ya rumores de esta enfermedad en otras ciudades del mundo, lo seguíamos viendo como lejano. Cuando llegó el "caso cero" a Ecuador, nos informaron a través de los noticieros que era una persona ecuatoriana que residía en España, y que había regresado de viaje desde Madrid, de donde trajo la enfermedad (Morán, 2020). Se la mantuvo en observaciones, pero a final de cuentas este caso cero como en todas partes del mundo estuvo en contacto con familiares y otras personas, y al final, la enfermedad se propagó sin mucho esfuerzo. Recuerdo que la primera medida de seguridad tomada por el gobierno de Lenin Moreno fue que el personal de uno de los hospitales del Ministerio de Salud Pública haga un video en el que médicos y enfermeros salgan bailando y cantando una canción en la que le explicaban como lavarse las manos con agua y jabón, claramente sin entender la magnitud a lo que se estaban enfrentando. Otra de las medidas de seguridad en Ecuador fue la de poner un médico del Ministerio de Salud Pública -indefenso- en una mesa para que tome la temperatura de todos los viajeros que llegaban a los aeropuertos, lo cual obviamente fue ridiculizado con muchos memes en las redes sociales, en los que en algunos de ellos se veía la fotografía del médico en la mesa y con un texto alado que decía "nos fallaste mijín", burlándose de alguna manera de la medida claramente insuficiente tomada por el gobierno de Lenin Moreno. También se implementaron medidas como el uso de la mascarilla, el distanciamiento social, etc.. (Sandoval, 2020a) sin embargo parece que desafortunadamente para los ecuatorianos en nuestro país tuvimos al peor gobierno encargado de gestionar la pandemia que se llevaba la vida de familias enteras en nuestro país, y peor fortuna aun tuvo el personal de salud que trabajaba en las casas de salud del país, en donde se les exigía más horas de trabajo, mayor esfuerzo, y duplicación de turnos en algunos casos (Valero, 2020). Cuando en el mundo empezaron a salir las primeras vacunas, y los países desarrollados empezaron a utilizarlas en su población, en Ecuador se empezaron a utilizar de manera tardía, y para colmo de males tenías que estar en

una lista VIP para poder vacunarte. Hubo una lista de grupos prioritarios para que reciban la vacuna entre los que estaban en primer lugar los médicos, enfermeros, odontólogos, personas de la tercera edad, y personal de salud en general (Pinargote, 2020). A pesar de la lista en la que se detallaban estos grupos prioritarios, simultáneamente, estaban vacunando a personas con buenos contactos en una universidad prestigiosa del Ecuador (Espinosa, 2021). En esta vacunación contaban, inclusive para amenizar el buen ambiente, la presencia de un pianista y un saxofonista.

Un ausente análisis integral de la gestión de riesgos de manera socio económico condenaron al Ecuador, en donde la ciudadanía - de acuerdo de la Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo, y Subempleo realizado por el INEC a nivel nacional en diciembre del 2019- el 61.2% de la población respecto al PEA se encontraba en el subempleo o contaba con un empleo no adecuado; es decir que estas personas tienen la necesidad de salir a trabajar diariamente para poder llevar el pan a su mesa, por lo que se produjeron aglomeraciones especialmente logadas al comercio informal en mercados, en la vía pública ya que el Gobierno Nacional no presentó soluciones adecuadas para que las familias con problemas económicos puedan subsistir (León Paz & Vaca, 2021).

La gestión de los hospitales en el Ecuador fue desastrosa, porque recuerdo que en las instituciones de salud estaban saturados con una gran cantidad de enfermos, internados en las unidades de cuidado intensivo, y sin embargo el gobierno de aquel entonces no contrataba más médicos especialistas, con el objetivo de "no aumentar el gasto publico", y de desmantelar lo público, incluyendo claramente sector salud (Hurtado Caicedo, 2021). Los muertos simplemente se apilaban en pasillos de los dispensarios médicos y en contenedores metálicos que por la gran cantidad de "bultos" ni siquiera se los etiquetaba adecuadamente y hubo muchos casos en los que las personas iban a buscar a sus familiares hospitalizados y simplemente no los encontraban, y por la mala gestión, ni

siquiera los encontraban en los registros del hospital; muchos de ellos habían fallecido y estaban apilados en los pasillos del hospital, en baños, e inclusive apilados en containers (García, 2020). Sin lugar a dudas una de las peores negligencias, en medio de toda la tragedia que tenían que sufrir los familiares de los difuntos, es que en algunos casos los difuntos no estaban ni siquiera bien identificados y sus familiares tenían que inclusive renunciar a sus trabajos para poder buscar el cuerpo de su ser querido (Párraga & Molina, 2023).

Según reportajes de prensa cuando una persona fallecía en la casa muchas personas llamaban al ECU 911 para informar que algún familiar había muerto, sin embargo, no iban a buscar esos cuerpos de manera oportuna. A nivel mundial aparecían diariamente videos filmados en ciudades ecuatorianas en los que se veía como los cuerpos de las personas eran abandonados en las veredas o en las calles con el objetivo que alguien los recoja y se los lleve. La gente tenía miedo de tener ese cuerpo en la casa con la posible enfermedad, enfermedad que en aquel entonces no se conocía, y que probablemente los podía infectar a ellos también dentro de sus hogares. Los muertos eran tantos, y era tan mala la gestión de los difuntos, que los enterraban en fundas o cajas de cartón dentro de fosas comunes en algunos casos (Sandoval, 2020b). Nadie podía realmente despedir a un ser querido cuando fallecía ya que no se podía ir a un velorio con el objetivo de evitar contagiar y ser contagiado.

Cuando teníamos que hacer las compras de comida era una odisea ya que teníamos que vestirnos con trajes especiales que te cubren todo el cuerpo desde los tobillos hasta el cuello y de manga larga. Al principio por el miedo llamábamos a los supermercados por teléfono celular o por medio de aplicaciones para que nos traigan la comida, y cuando llegaban, salíamos a recibir las compras casi que como astronautas para coger las fundas de comida y en algunos casos se lavaban las frutas y todos los envases de alimentos en el patio a veces con cloro y a veces con amonio cuaternario ya que no teníamos una información oficial.

Cada persona obtenía información de cómo proceder con nuestros alimentos por diferentes medios, ya sea por televisión, por internet, o por desatinadas opiniones de líderes políticos nacionales o extranjeros, y realmente no había fuentes oficiales de donde obtener la información oportuna (Ramírez, 2021).

Experiencia como odontólogos

Como odontólogo, cuando recién empezó la pandemia fue un golpe directo duro al corazón de nuestros ingresos porque nuestros principales ingresos eran justamente la atención de pacientes y precisamente en la boca, que nos infundía miedo y que en aquel momento era muy satanizada por la población en general. Yo me había cambiado de un consultorio odontológico en la Clínica Kennedy de Samborondón a la Kennedy Nueva porque este nuevo local era un poco más grande, más cómodo, y esa ubicación era más cerca de mi nuevo trabajo como docente en la Universidad de Guayaquil. Me había metido en una deuda para dejar bonito el consultorio y hacer los arreglos necesarios para que pueda funcionar adecuadamente el mi nuevo lugar de trabajo. Tanto los pacientes como los dentistas en general, estábamos aterrados de lo que podía ocurrir ya que no conocíamos la enfermedad, y la atención en los consultorios odontológicos en muchos casos simplemente fue cerrada. Ningún odontólogo quería que les abran la boca a 20 centímetros de la cara y ningún paciente quería abrirle la boca a alguien posiblemente infectado. Como dentistas también tenemos familia y seres amados a los cuales no queríamos transmitirle ninguna enfermedad. Estábamos entre la espada y la pared. Estuvimos como un mes sin atender a absolutamente a nadie y sin embargo seguíamos pagando arriendo, el sueldo de la ayudante, y los bancos seguían cobrándonos las deudas adquiridas antes de la pandemia. Estuvimos más de un mes con el consultorio sin generar ni un centavo y regresamos a atender porque algunos pacientes tenían dolores y nos vimos, como personal de salud, obligados a revisar al paciente para ayudarlos con sus dolencias dentales. En la transición del no estar atendiendo a volver a atender, se vio que algunos

profesionales de la cavidad bucal retomamos las actividades unos antes que otros, todos con miedo de contagiar a nuestros seres amados, pero al mismo tiempo todos con ganas de volver a trabajar y generar ingresos para nuestras familias ya que habíamos quedado económicamente bien golpeados. Algunos médicos que trabajaban en hospitales tuvieron que gastar en arriendo para llegar a departamento solos, sin ninguna otra persona alrededor después del trabajo en el hospital, con el objetivo de no contagiar a sus esposas, a sus madres. Algunos amigos y colegas simplemente se fueron del país viendo como no se tomaron ningún tipo de medidas en favor de los que trabajamos en el sector salud. Muchos ecuatorianos, seguimos pagando préstamos bancarios a pesar de al momento de hacer el préstamo bancario ofrecieron que se podía hacer una pausa en los pagos del préstamo por seis meses en caso de tener algún tipo de calamidad, sin embargo, al momento de solicitar esa pausa, nunca se la permitió.

A todo esto, estábamos muy asustados por nuestra bioseguridad, y al principio nos empezamos a equipar como astronautas, con unos trajes que nos cubrían absolutamente todo y que eran extremadamente calurosos, pero que al final fuimos descartando porque era más trabajoso ponernos los trajes, y nos dimos cuenta de que era más fácil contagiarnos con ese equipo extra que sin aquel equipo. Salieron a la venta equipos que ponías a 20 centímetros de la boca del paciente para aspirar los aerosoles que se podían desprender de la atención odontológica y recuerdo que eran costosos. También salieron a la venta unas cajas de plástico transparente que servía como barrera entre el paciente y el operador, y recuerdo que estas cuestiones plásticas tenían unos agujeros con unas mangas para poder introducir los brazos dentro de la caja para poder así atender al paciente, pero no recuerdo haber visto a nadie comprar ese aparato para protegerse. Salieron a la venta muchas cosas para la bioseguridad, pero en realidad nos dimos cuenta de que nosotros los odontólogos estamos muy bien preparados para cualquier tipo de enfermedad y que desde antes de la pandemia nos hemos equipado muy bien con gafas de

protección, mascarillas, protector facial, batas quirúrgicas, zapatones quirúrgicos, y nuestros procesos de esterilización y desinfección realmente son efectivos.

Pandemia a nivel universitario

A nivel universitario la pandemia produjo una gran conmoción, especialmente en nuestra carrera de odontología. Como docentes de la Facultad de Odontología en una universidad latinoamericana y tanto en nuestra universidad como a nivel de país no estábamos preparados para una catástrofe médico social de esta magnitud. Muchos de nuestros compañeros y amigos docentes contratados fueron despedidos por el recorte de personal, ya que en la universidad dejaron de necesitar personal para dar clases y atender clínicas de la facultad; algunos pocos tuvieron la suerte de poder quedarse en la universidad brindando los servicios como profesor ocasional contratado. Recuerdo que esta tragedia mundial, y en Ecuador más específicamente, empezó unos días antes de las vacaciones de los alumnos y docentes, así que se aprovechó este periodo para ver qué pasaba con la enfermedad, y para ver qué medidas tomaban las autoridades del país y de la universidad con respecto a la pandemia. A los educadores nos enviaron a nuestras vacaciones y cuando regresamos a trabajar lo hicimos de manera virtual y nos vimos obligados a trabajar sobre un entorno en el que no estábamos tan capacitados. Tengo la suerte de siempre haber estado muy inmiscuido en el entorno digital, y manejo bien la computadora desde muy temprana edad, y ahora nos tocaba primero capacitarnos nosotros como profesores para poder dar nuestras clases cuando los alumnos regresaran de sus vacaciones. Los formadores más jóvenes teníamos que ver la posibilidad de enseñar odontología práctica en un entorno digital y es ahí cuando empezamos a buscar y a utilizar programas de diseño gratuitos que podíamos adaptar para modelar y diseñar dientes y prótesis en 3D con el objetivo de dar nuestras clases y que los alumnos a distancia sientan que están viendo un paciente real. Las autoridades de la universidad nos dieron capacitaciones en el Moodle para

formar un aula en su plataforma y a través de este medio poder tomar lecciones, enviar tareas a nuestros alumnos y tener una interacción que se sintiera más presencial, o sea para sentir esa presencialidad en la virtualidad. Desde el punto de vista odontológico me capacitó mucho en la odontología digital en ese momento y siento que avance muy rápido. En el ámbito odontológico por lo que aprendí en cursos rápidos, por lo que me capacitaba en YouTube, más las conversaciones con la gente que estaba sumergido en el ámbito de la odontología digital, y más lo que había previamente aprendido, yo junto a otros cuatro docentes de la facultad empezamos a formar a los demás docentes en el ámbito de la odontología digital enfocados en el área de la Rehabilitación Oral. Hicimos cursos de Power Point Smile Design, Keynote Smile Design, y con el Meshmixer enseñamos algo de diseño, los componentes de Prótesis Fija, y operatoria dental. Luego nos empezamos a inmiscuir más en el uso de las impresoras 3D, y con programas de diseño de uso odontológico como el Exocad pero ese programa no lo usamos mucho en clases. Otros colegas y amigos empezaron a capacitar usando otros programas más acordes a su área como en cirugía bucal que empezaron a mostrar algunas cosas en tomografías computarizadas para mostrar ciertas patologías, los endodoncistas y los periodoncistas también se capacitaban en sus programas más específicos. Actualmente tengo un diplomado en Odontología Digital y me encanta este mundo porque pienso que nos ahorra mucho tiempo y trabajo simplificando todos los procesos en el ámbito de la prótesis y estética dental. Una vez que comenzamos clases con los estudiantes comenzamos a enseñarles todo lo que habíamos aprendido y a hacer uso de todas nuestras nuevas herramientas de educación y una vez que empezamos a usarlas, nunca paramos de usarlas hasta la actualidad. La virtualidad en la Facultad de Odontología duró un año y medio a dos años por que el gobierno de turno no daba paso a la actividad presencial en las universidades públicas a pesar de que en los institutos privados de educación superior o universidades que enseñaban odontología en Guayaquil ya realizaban actividades de manera presencial y

con pacientes. Algunas personas si decían que las atenciones en las universidades privadas eran algo prematuras y otras personas decían que estaba bien atender pacientes, pero independientemente de lo que yo piense, esto tiempo de virtualidad en un entorno de pandemia tuvo sus afectaciones de todo tipo en los alumnos, en profesores, en autoridades y en mí. Algunos de mis colegas, y amigos desafortunadamente no resistieron y fallecieron.

Nosotros como docentes tuvimos alrededor de dos meses sin sueldo lo que nos generó mucha ansiedad porque lo sumamos al hecho de que los consultorios dentales estuvieron cerrados más de un mes entero, y los meses siguientes trabajamos muy poco por el miedo generalizado que había en torno a las atenciones médico-odontológicas. Recuerdo que había empresas que nos vendían todo tipo de insumos como mascarillas, guantes, pero con un precio aumentado del doscientos por ciento. Yo compraba las cajas de mascarillas que antes de la pandemia costaban cuatro dólares a 25 dólares, los guantes que antes costaban 5 dólares también los comprábamos a 25 dólares. Comprábamos alfombras las cuales bañábamos con amonio cuaternario y todos esto insumos que comprábamos estaban realmente costosos. Teníamos gastos extras y costosos, y sin embargo no teníamos ningún ingreso por ningún lado, afortunadamente después de alrededor de tres meses nos pagaron los sueldos atrasados en la universidad y con eso logramos ponernos al día con todos los pagos retrasados. Todos los docentes con los que he conversado, colegas docentes y odontólogos, de la universidad estamos de acuerdo que el trabajo de la universidad nos salvó de caer en el desempleo y deudas, hubiera sido catastrófico. Tuvimos muchos amigos que, si quedaron desempleados y a ellos les tratamos de dar más trabajo de lo común en nuestras consultas dentales, a medida que se iba regularizando la atención odontológica. Les enviábamos a hacer los tratamientos de conducto, o los tratamientos periodontales, etc...

Pandemia a nivel personal

Se sentía que el mundo se venía abajo y no existía un plan de acción a seguir y se sentía que las autoridades, y todos en general estaban totalmente desubicados. Era duro ver como mi economía personal, y como la economía de todas las personas que conocía se caían en picada por los gastos extras y la ausencia de ingresos. Escuchaba todos los días las noticias en la que contabilizaban los muertos de todas las ciudades del mundo, incluyendo a Guayaquil, con un sistema nacional de atención desastrosa, en el que se veía puras deficiencias como falta de camas en las unidades de cuidados intensivos, ausencia de medicinas, ausencia de protocolos para la atención de pacientes, personas muertas abandonadas en las calles... ¿Se pudo evitar todo este desastre sanitario a nivel local? ¡Por supuesto! Fue pura desidia y quemeimportismo. Después de dos semanas de la misma historia y al ver que la pandemia no se iba tan rápido como todos pensamos, todos empezamos a realizar diferentes actividades; empecé a hacer mucho ejercicio, empecé a tocar nuevamente mi guitarra de palo que tanto me gusta. De hecho, aproveché un día y fui a Super Paco en donde encontré una guitarra a ciento veinte dólares y en el local la toqué para probarla, y sonaba angelicamente, así que sin pensarlo dos veces la compré. Era una guitarra electroacústica hermosa color café muy tenue, con el mango bien angosto ideal para mi mano. Yo pensaba que, si la pandemia iba a durar más tiempo, por lo menos, iba a aprovechar para disfrutar tocando la guitarra. Definitivamente tocar la guitarra me quita el estrés y me ayuda a olvidarme de todos los problemas de la vida, al menos por un momento. Cuando la compré tocaba guitarra por horas al día, de dos a tres horas al día y feliz de la vida. Había instalado en el cuarto de televisión, un trípode, un micrófono con su soporte y una silla para sentarme alado del micrófono y me mandaba sendos conciertos en ese espacio. Algunas veces a la semana tenía que hacer compras y tenía que salir bien forrado para que no me cayeran gotas del virus, y lo hacía bastante protegido con todas las parafernalias para no dejar ningún espacio para la entrada del virus, y aun así mi mamá en algún punto de la pandemia

se infectó con el COVID 19. Yo y mi familia estábamos muy preocupados y siguiendo la evolución muy de cerca. Mi papa tuvo que irse del cuarto y se fue al cuarto de la televisión, en donde se puso un colchón y por suerte pudo ocupar ese espacio como personal, no estaba del todo cómodo, pero ahí todos hacíamos nuestros esfuerzos para que mi papa pudiera entrar a otro baño y se pudiera bañar y asear de la manera más fluida posible. Mi mama estaba encamada, encerrada sola en su habitación y en donde yo tuve que inyectarle unas cuantas veces alguna medicina intramuscular. Recuerdo que estaba saturando bajo así que mi papá se movió y entre sus contactos logró conseguir una máquina de uso médico que ayudaba con la saturación de oxígeno y hacíamos que mi mama lo use por ciertos periodos de tiempo. Era realmente agotador mentalmente estar viviendo todo eso. Mi mama se sentía débil y estábamos muy asustados, pero por otro lado estábamos agradecidos que no estuviera tan mal como para ir al hospital, en donde sabíamos que todo simplemente saldría mucho peor. Todos los días hablábamos con médicos experimentados amigos de la familia, con primos médicos, y todos ellos nos daban uno que otro consejo sobre cómo llevar la situación, las cuales seguíamos al pie de la letra. Al principio teníamos que llevarle la comida a la habitación, pero luego fue mejorando lentamente, y después ella solita bajaba a ver su propia comida a la cocina en donde tenía sus platos y cubiertos separados para que no se mezclen con los de nadie más, y todo eso funcionó, porque nadie más se contagió en la casa, o al menos eso creemos. Fueron semanas realmente muy tensas en las que estuvimos a punto de quebrarnos, pero afortunadamente salió bien librada de esa batalla.

Mis hermanas no se libraron de los inconvenientes de la pandemia tampoco... Mi hermana Ana de las Mercedes se había casado hace alrededor de 5 años y durante este periodo de encierro nació mi sobrina hermosa, Andrea, entre todas esas contrariedades asociadas con esta enfermedad mundial, pero esos problemas también se manifestaron en la estabilidad del matrimonio de mi hermana. Realmente no se si fue o no la pandemia, pero al

final de cuentas mi hermana se divorció del esposo y yo considero que capaz que es lo mejor para los dos. El objetivo de la vida es simplemente ser feliz y si esa persona no te hace feliz, lo mejor es apartarte de esa relación; el problema es que ya estaba Andrea de por medio, lo cual complica un poco las cosas, pero al final de cuentas, capaz que es lo mejor para todos. Por otro lado, mi otra hermana Rocío también se casó hace un par de años y económicamente no estaba tan estable y el confinamiento definitivamente les movió el piso. Ella con el esposo – Arturo- y mi sobrino Daniel vivían en un departamento bonito y bien equipado, pero a partir de la pandemia se quedaron sin trabajo los dos. Regresaron a la casa a vivir con mis padres y todos a partir de ahí están un poco acinados, pero bien. Fue un golpe al ego de todos y definitivamente a veces hay ciertas incomodidades, pero estábamos bien de salud, sentimos la inestabilidad en nuestros puestos de trabajo, pero hicimos lo que pudimos para llevar la comida a la mesa.

Durante todo este tiempo de problemas, viendo como mis hermanas tenían problemas económicos, y que a nosotros no nos pagaban, se trató de ver la forma de cómo salir adelante sin un consultorio odontológico y sin la universidad como sustento, y entonces procuré que mi pasión por la educación me ayudara a salir del bache. Cuando empecé a dar clases en la Asociación Ecuatoriana de Investigación en Estomatología -AEDIE- y posteriormente en una universidad pública ecuatoriana descubrí que la docencia es algo que realmente me apasiona. Me encanta enseñar, me encanta estar en cursos aprendiendo y enseñando. Me gusta el debatir en clases sobre los temas que ventilamos en las aulas y considero que eso me ha dado un propósito; y ahí es cuando saqué a flote a mi empresa "Master Dental Studio". Contraté un abogado para constituir una empresa jurídica dedicada a la educación en la que pudiera capacitar a los estudiantes y además en donde pudiera haber atención odontológica. La idea era empezar con cursos de manera online y después en algún tiempo extenderme y realizar los cursos de manera presencial. Sentía que yo era el indicado para hacerlo ya que soy muy amigo de todos los docentes de la Universidad de

Guayaquil, de muchos de los docentes de la Universidad Católica, y de algunos de la UEES. La constitución de la empresa fue un proceso largo y engorroso y contraté a un programador y diseñador de páginas web con el objetivo que desarrolle y diseñe la página de Master Dental Studio para que funcione como un Moodle y gasté muchísimo dinero en este proceso. El desarrollador de la web era un extorsionador que nunca me solucionaba los procesos cuando necesitaba, así que el proceso de funcionamiento de la web siempre se retrasaba. Hablé con muchos colegas y amigos para que me apoyaran en el proceso y todos estaban encantados y siempre se mostraron prestos a colaborar con la idea. Hablé con mi primo Santiago López, con Carla Juez, Galo Zambrano, Juan Carlos Gallardo, Andrea Ordoñez, Jimmy Alvear, Marcos Diaz, Jossué Narváez, Javier Robalino, Elsie Tafur, Elizabeth Ortiz, Davina Guerrero, Mariuxi Lara, Juan Carlos Rueda, Álvaro Cando, Andrés Villao, Miguel Salavarría, Alex Polit, Edgar García, y todos, sin excepción son excelentes odontólogos profesionales, con una especialidad, referentes en su área respectiva de la odontología y algunos de ellos, por no decir la mayoría, ya tenían experiencia brindando cursos, ya sea en alguna universidad o de forma privada, así que era gente ya experimentada. Cuando tenía todo conversado lancé un congreso online con uno o dos meses de anticipación que iba a ser realizado por zoom en el que iban a participar algunas amigos y colegas ortodoncistas muy buenos como Elsie Tafur, Galo Zambrano, Elizabeth Ortiz, y Jimmy Alvear. Excelentes ortodoncistas que han estudiado mucho en su respectiva área, pero desafortunadamente el congreso online no tuvo mucha acogida, no sé si por la falta de anticipación, porque no se conocía a la empresa "Master Dental Studio", o quien rayos sabrá, así se aprende. Recuerdo que para aquel congreso tuve el agrado de ver como muchos amigos publicaban en sus redes sociales sobre el congreso de ortodoncia que estaba organizando, sin embargo, el congreso no se pudo realizar por falta de quorum y en el que me tocó devolver la poca plata recogida por los pocos inscritos. Hasta ese entonces todo iba muy mal con la empresa ya que estaba gastando mucho dinero

para la página web sin que me brinde resultados, terminé despidiendo al programador y diseñador de la web y yo mismo me metí a YouTube para ser yo mismo el desarrollador de la página web y fue ahí que me di cuenta de que si quería mantener una página como la que yo quería tenía que gastar mucho mensualmente para que le funcione los botones de pago, las inscripciones de los alumnos, etc.... De todos modos, a pesar de los costos seguí adelante con el proyecto ya que estoy convencido que la idea es buena y la educación definitivamente es una pasión que me hace sentir feliz conmigo mismo. Hable con mi amiga y colega Carla Juez para lanzar un curso de Manejo Quirúrgico de Terceros Molares que iba a ser con una modalidad híbrida. Iban a ver toda la teoría online y toda la práctica clínica en mi clínica dental, y lo que lo lanzamos tuvo una rebuena acogida, en el que se veían a los doctores, alumnos del curso, felices atendiendo pacientes y aprendiendo. Todos estaban emocionados porque estaban atendiendo después de casi dos años. La mayoría de los alumnos eran odontólogos recién graduados que no habían podido atender a nadie durante el último año de la pandemia y estaban con sed de práctica clínica. Al finalizar el curso les hice una encuesta que grabé en video a todos los participantes del curso y se notaba que realmente habían quedado impactados con el curso, con la modalidad y con la calidez con las que atendimos a los doctores en su práctica clínica. Yo estaba más feliz que los cursantes porque ellos habían quedado contentos, pero al mismo tiempo me di cuenta en este primer curso de cirugía que la página web de Master Dental Studio en la que habíamos subido las clases, todo el material de apoyo, y donde habíamos colgado un foro, un chat, y todas las parafernalias, no se habían usado para nada. Luego, después de dos meses realizamos otro curso con la misma modalidad e hicimos todo igual con la página web y nos dimos cuenta de que tampoco se usó la web así que inmediatamente se tomó la decisión de eliminar el gasto de la página web. De ahí en adelante se usó únicamente las páginas de Facebook e Instagram para promocionar los cursos de Master Dental Studio, y afortunadamente,

después de horas de trabajo, de conversaciones, y de muchas desveladas podemos decir que es una empresa conocida -no digo adinerada- pero si conocida en el mundo de la odontología guayaquileña. Es una empresa a la que he puesto mucha pasión y dedicación que actualmente ofrece cursos de ortodoncia y cirugía, y que espero que en un futuro siga creciendo y que siga formando profesionales cada vez con más competencias para desenvolverse en un entorno cada vez más competitivo. De hecho, ya estoy viendo la manera de ampliarme y ver la forma que los cursos que ofrezco no sean únicamente de odontología, sino que realicemos capacitaciones a toda la población que lo necesite en general. ¿Se tiene límites cuando existe un propósito y buenas intenciones, pero sobre todo capacidades? ¡No creo! Los límites son únicamente mentales.

Regresando al ámbito universitario estuvimos dándole a los alumnos de la Universidad clases online por un año y medio o dos años únicamente usando el Moodle, las simulaciones virtuales, y el Zoom, y era algo que claramente nos convenia a todos los docentes de la Universidad porque no teníamos que ir a la ciudadela universitaria. Todo se lo resolvía de manera virtual. A los alumnos de la carrera de odontología cuando les toco regresar a la presencialidad recuerdo que se le empezó a dar prioridad a los que estaban en los últimos semestres para que puedan realizar algo de clínica antes de graduarse. Cuando regresé a la presencialidad a mí me tocó un quinto de Prótesis Removible y un sexto semestre de Operatoria Dental y me encontré con unos excelentes alumnos con muchísimas ganas de aprender. La verdad es que yo habiendo tenido la experiencia en docencia universitaria y docencia virtual, ahora me sentía también perdido... Me sentía perdido por que me estaba encontrando con unos excelentes alumnos con muchas ganas de aprender, pero también podía ver su frustración de no haber aprovechado correctamente lo que correspondía en los semestres anteriores. Los alumnos de Operatoria Dental de séptimo semestre debieron ver clínicamente, desde hace meses atrás, las restauraciones dentales y con pacientes. Acá me tocaba hablarles de

restauraciones indirectas, pero no dominaban y no sabían cómo manejar al paciente en primer lugar. Por la falta de competencias que me toco presenciar en los alumnos de ese semestre, y bajo las recomendaciones de las autoridades realizamos preclínicas en donde vimos todo desde cero. Vimos desde aislamiento absoluto, pasando por restauraciones directas hasta llegar a restauraciones indirectas y carillas de resina, pero todo esto se me hizo completamente extraño ya que sentía que había muchos vacíos, vacíos que yo estaba completamente dispuesto a solucionar como docente. Otra de las cosas que vi en ellos como alumnos es que todos no solo estaban con mucha ilusión de al fin ver su carrera de manera presencial, sino que también iban tener la oportunidad de conversar con más gente de su edad, podían socializar con gente fuera de su entorno familiar, cosa que probablemente no habían podido realizar antes. Y Yo me preguntaba, ¿Tuvieron la oportunidad de desahogarse y gritar a los cuatro vientos todo lo que vivieron en pandemia? A todos los vi con ganas de expresarse, de decir lo que pensaban y lo que sentían, y esto me inspiró para enviarles una tarea atípica, que iba a ser muy diferente de las tareas a las cuales estaban acostumbrados, y muy distinta a las que usualmente envío sobre la materia en sí. Mi objetivo era poder entender su lado más humano, pero también poder identificar las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas que tuvieron que vivir como estudiantes de la facultad de odontología en una universidad pública latinoamericana en un contexto online durante confinamiento a lo largo de la pandemia. Los envié a que me redactaran en cinco páginas su autobiografía, su experiencia de vida durante la pandemia tanto a nivel universitario, como a nivel personal, familiar y económico y me han entregado muchos muy lindos trabajos que estoy dispuesto a compartir a continuación. No todos tienen el tino para ubicar los signos de puntuación donde corresponde, y algunos no siguen un orden cronológico, pero son trabajos muy sentidos y tengo el verdadero honor de publicarlos a continuación, a los que le hemos hecho la menor cantidad de correcciones posibles para en esencia, mostrar a mis alumnos y sus historias lo

menos contaminadas posible, como son, y con esa diversidad sociocultural, socioeconómica, en la que emplean su lenguaje coloquial que los hace seres únicos y especiales. En las redacciones de los estudiantes también se han eliminado sus nombres, y se les ha agregado un título que identifique su experiencia lo mejor posible de acuerdo con nuestra opinión.

Entre el amor y el odio

¿Cómo es mi relación como estudiante con la facultad de odontología?

Antes de responder esta pregunta quiero comenzar contando quién soy y luego cómo llegué a estar en la facultad.

Mi nombre es Ariana Shalini Guzmán Pérez, mi primer nombre viene de mi abuelo paterno y también por mi hermano, todo es una combinación entre los tres. No puedo olvidar mi segundo nombre que nadie sabe cómo se lee y peor cómo se escribe, fue una ocurrencia de mi mamá y así quedó. Nací un 13 de mayo del 2001, es un milagro que esté aquí viva porque yo tenía enredado en el cuello el cordón umbilical y ni siquiera era hora de dar a luz aún, si no fuera por mi madre y su sentido "arácido" o materno de que algo andaba mal es que estoy aquí y nací en Machala, parroquia Puerto Bolívar.

Mi infancia estuvo llena de complicaciones, tuve tres hogares por problemas familiares con mis padres, pasamos a vivir mi mamá Cecilia y mi hermano con mis abuelas paterna y materna. Mi lugar favorito siempre será donde mi abuela materna Ruth Moreno, es como mi segunda madre y pasé muchos años con ella. Sin duda alguna los mejores recuerdos que tengo en la vida son gracias a ella ya que nunca me sentí sola en casa, me peinaban para ir a la escuela, incluso trataba de enseñarme los deberes ya que mis padres no pasaban en casa por trabajo, y mientras crecía, más difícil se volvía enseñarme por lo que mi abuela no sabía cómo hacerlo, así que tuve que esforzarme para

hacerlo todo sola desde pequeña. Los momentos felices acabaron cuando mis padres regresaron y volvimos a Puerto Bolívar, que es donde me encuentro ahora.

Mi mamá lo es todo para mí, es la mujer más fuerte que conozco y como toda madre daría la vida por sus hijos, ella me enseñó a ser organizada, estudiosa, ella es mi amiga y a pesar de lo sobreprotectora que es, trata de a poco entenderme.

Mi vida académica fue excelente, estudié en la Unidad Educativa “Julio María Matovelle”, sobresalía en cada curso, viajé a Perú para un concurso de matemáticas, participé en oratorias y gané concursos. Mi papá asistió a cada una de mis conmemoraciones y no me falló ni una sola vez, y esos recuerdos de él acompañándome en esos momentos siempre se lo agradeceré.

Fui una de las mejores alumnas de curso, pero no era muy sociable. Comencé a hacer amigos recién en noveno curso, cuando conocí a Enma Polonia, la cual en la actualidad aún sigue siendo mi amiga. Tuvimos un grupo de amigos en bachillerato y sin duda, son los mejores amigos.

Terminé el bachillerato siendo la primera escolta del Pabellón Nacional, ese día lloré al ver a mis abuelos y padres orgullosos de mí. Me siento orgullosa de lo que he logrado, pero sé que todos estos títulos no me han servido en la actualidad para conseguir trabajo, No puedo olvidar que no tuvimos baile de graduación por una mala organización y quedé con el vestido comprado para finalmente no utilizarlo.

Desde pequeña he tenido claro que quiero estudiar medicina, para poder conseguir ese objetivo me preparé en un curso de Ser Bachiller por más de un año. Mi rutina era salir del colegio en la mañana, en la tarde estudiaba en el curso, llegaba en la noche a la casa a hacer deberes y esa fue mi vida durante un año. Al momento de dar el examen salí muy bien en los ámbitos: matemático, lingüístico, científico y los demás, excepto en abstracto, sigo sin ser buena en este

campo. A pesar de eso tuve un buen puntaje, pero no tanto como para la carrera de Medicina.

El día de la postulación en todas mis opciones postulé para medicina y en distintas ciudades del Ecuador, no me importaba dónde iría con tal de estudiar la carrera. Llegó el día de la aceptación de cupos y mi alma quedó destrozada cuando no obtuve ni un cupo. Esperé varios meses para la otra postulación ya que quería seguir intentándolo. Pero como no se me dio, tomé la decisión de dar una prueba de admisión en la Universidad de Cuenca para ver si subía mi puntaje.

Realicé mi examen y nuevamente me encontraba en la espera de la aceptación de cupos, para este punto estaba casi un año intentando estudiar la carrera de Medicina y era mi última oportunidad.

En mi desesperación por estudiar escuché a un tío, el cual me dijo que postulé en la carrera de Odontología para luego cambiarme de carrera. Postulé nuevamente Medicina en tres opciones, sólo una en Odontología en la Universidad de Guayaquil y en tal caso tampoco podía estudiar una carrera médica, puse mi última opción Licenciatura en Lengua y Literatura ya que me gusta leer. Cuando salieron los resultados lloré muchísimo porque pensaba que tanto esfuerzo no sirvió de nada, pero me vi en la obligación de escuchar a mi familia y aceptar el cupo de Odontología, ya que estuve más de medio año tratando de conseguir cupo sin resultado alguno.

No podía creer que rumbo había tomado mi vida, en las noches lloraba, no podía dejar de pensar, me enfermé, pero me rehusaba a ir donde un médico porque me recordaba lo que no logré. Todo esto hizo que mi ansiedad aumentara.

Siguiendo con la historia de mi carrera mis padres no me querían que me vaya a la ciudad de Guayaquil ya que al ser una hija que no salía, solo estudiaba y de un punto a otro me tocaba viajar a otra ciudad les dio miedo. Decidieron mudarme a la casa de un tío por parte de papá y ahí vivo

cuando voy a Guayaquil. No me siento cómoda, es un espacio muy pequeño ya que vivo con mi prima, compartimos baño con clientes del restaurante del cual mi tío es dueño, pero sin embargo no es mi mayor problema.

El preuniversitario fue todo un reto, entre viajar, cocinar y estudiar, pero era feliz porque las materias eran en general y no centrada a la carrera en sí.

Hice varios amigos en el pre y con la pandemia de poco a poco fui perdiendo contacto con ellos y por el momento me mantengo con dos amigos José y Jhon que han estado conmigo en todo momento y sigo conociendo más personas que son muy amables conmigo.

La pandemia me afectó muchísimo en la carrera, ya que tenía la esperanza de enamorarme de la carrera como todos me lo decían y además le tenía fe porque sé que también es una carrera médica y puedo seguir ayudando a las personas como me ayudaron a mí.

Puedo decir que tenía un poco de ventaja ya que la pandemia me dio la oportunidad de trabajar como niñera cuidando a mis primos, y también a Sebastián por más de seis meses que tenía 6 meses, y es hermoso, me tuve que despedir de él un poco más de su primer añito porque estaba más grande y necesitaba mucho más de mi atención, y por las tareas que enviaban no me daba tiempo, además que sufrí con Imagenología II y decidí dedicarle tiempo a la materia que a mi trabajo, y extraño mucho cuidar a mi Sebas. Trabajé también como cajera y perchera en una tienda los fines de semana.

Sin embargo, el estudiar de manera virtual no ha hecho que se despierte el gusto por la carrera, me resulta interesante, me gusta anatomía, incluso compré un libro para de a poco ir estudiando, pero la universidad por diversos motivos aún no nos ha hecho realizar prácticas y me siento ansiosa por saber cómo es esa etapa, quiero aprender y sentir que estos casi 3 años han dado algún resultado.

Mi familia influye mucho en mi vida sobre todo en lo estudiantil, se encuentran divididos en dos. Por un lado, mi papá quiere que me cambie de carrera, y por otro mi mamá me dice que termine mi carrera como sea y luego que siga lo que en verdad quiero, que consiga mi pedazo de cartón y puedo hacer lo que quiera con mi vida luego. No tuve el valor de cambiarme de carrera con la esperanza de agarrar vocación, teniendo en mente que “por algo pasan las cosas”. Además, que la idea de Medicina ya la he dejado atrás, ya me encuentro a mitad de camino y me he esforzado para estar aquí, tengo fe que a pesar de estar en quinto semestre y no haber realizado prácticas, en el momento de al fin realizarlas, cambiará por completo mi mentalidad, me sentiré motivada y ese miedo de no ejercer bien mi carrera por falta de aprendizaje se desaparecerá al fin de mi vida.

Confieso que tuve mucho miedo cuando supe que volveríamos a presencial, arriesgué todo y conseguí prácticas en un consultorio odontológico. Nada fue como pensaba ya que al igual que mí, la doctora con quien tuve el gusto de estar a su lado le daba miedo que tope a sus pacientes y no haga bien un trabajo, sólo me permitió ver los procedimientos, a pesar de eso, vi procedimientos de cerca, gracias a eso sigo firme de mantenerme en esta carrera a pesar de la idea de mi papá.

En la actualidad me encuentro cursando 5to semestre, no puedo creer que haya llegado hasta aquí, tengo unos huecos de aprendizaje, me daba miedo volver a presencial porque pensé que los Docentes no iban a regañar por esos huecos o por no saber realizar procedimientos, me encuentro muy agradecida con los Doctores que tengo como docentes porque nos entienden y estamos haciendo repaso de todos estos semestres, van despacio en la materia, pero sobre todo nos tienen paciencia.

Mi relación con la facultad de odontología en primer lugar es de amor y odio, la universidad está muy bella a comparación de cómo estaba anteriormente, sé que han tenido preferencia por los estudiantes de cursos mayores ya que están cerca de graduarse, entiendo la desesperación

que han tenido por realizar prácticas clínicas, yo sentí ese temor estando en 5to y no imagino cómo estaban ellos. Pero nosotros también estamos en camino, no hemos tenido ni una sola práctica, también estamos ansiosos y ahora nos encontramos esperanzados de lo que se nos viene y espero no nos fallen.

Gracias a la falta de cupos me encuentro cursando materias en las carreras de obstetricia y nutrición y dietética, veo todo el día clases, en algunas clases no tengo a mis amigos más cercanos y todo se ha hecho un poco más difícil.

Mi semana comienza un domingo levantándome de madrugada a hacer los desayunos y meriendas para mi semana en Guayaquil, alisto maletas y viajo en la tarde a la ciudad. Estudio en Guayaquil los lunes, martes y miércoles en la mañana. Cuando salgo de clases el miércoles nuevamente viajo a Machala y llego a las 10 de la noche, recibo clases jueves y viernes en mi casa de manera online, sábado haciendo deberes y limpieza para comenzar nuevamente los domingos.

En estos momentos me encuentro con miedo de todo lo que se me viene, después de estudiar dos años online luego volver a la rutina de un estudiante presencial se me ha hecho muy pesado, aún estoy preocupada por las futuras prácticas, no saber qué hacer y no me siento lista. Sin embargo, estoy dispuesta a dar lo mejor mí, no perder la cabeza y siempre dar mi mejor cara ante las adversidades como siempre lo he hecho.

El miedo solo se domina saliendo de tu zona de confort

Soy Roxana Iturralde Nades tengo 22 años, nacida en Pasaje – El Oro, el 13 de enero del 2000; actualmente vivo en El Empalme, Provincia del Guayas.

Ingresé a la Universidad específicamente a la Facultad Piloto de Odontología en el año del 2017 pero lamentablemente en el 2018 me retiré, en el 2019 reingresé

a la Facultad, en el primer semestre pude ver la nueva malla curricular y gracias a eso pude ver la materia de Biomateriales, en dónde aprendí a hacer impresiones dentales y manipular algunos materiales como la cera, el acrílico, yeso y más...

A inicios del año 2020 nadie se imaginaba que una gran Pandemia se acercaba, entre eso; todo comenzó por febrero donde la Pandemia nos encerró y nos aisló de todos por casi 3 años. Al principio pensaba que todo iba a pasar muy rápido, mientras tanto la situación empeoraba, muchos amigos y conocidos murieron, gracias a Dios no tuve pérdidas familiares, pero sí nos alcanzó el Covid - 19.

En ese lapso de tiempo llena de incertidumbre sobre los estudios, ya que la Universidad no se pronunció por algunos meses, sin embargo, se pudo buscar una solución al problema y la única forma era recibir clases en modalidad virtual, hasta que pase la pandemia.

El primer semestre de forma virtual fue bastante complicado, justamente estaba en el campo y en ese entonces no teníamos acceso al internet, hasta eso me tocó recibir clases dónde una amiga cerca de mi casa hasta que me instalaran el internet, con respecto a la modalidad virtual fue negativo en muchos aspectos por que no era lo mismo que estar en presencial, lamentablemente en casa hay muchas distracciones, ruido y eso no me permitía concentrar en clases, también la mayoría de los docentes no sabían utilizar herramientas tecnológicas y prácticamente un semestre nos tomó para acostumbrarnos, también existieron cosas positivas, ya que pudimos valorar más la vida, estar más cerca de la familia, compartir más, y por ende aprender más de lo tecnológico.

Durante la pandemia me enfermé mentalmente, tuve ansiedad, depresión y me volví asocial, esto me afectó mucho tanto personal, familiar y a nivel estudiantil. La depresión me hacía sentir de que no servía en esta tierra y peor para llevar una profesión de salud como lo es la Odontología. Me limitó a prepararme y a esforzarme más,

la ansiedad y pánico me daba al estar en contacto con más de dos personas y prefería estar aislada y no ver a nadie.

En ese tiempo mis amigas me ayudaron tanto en tareas porque no me concentraba en lo absoluto los pensamientos negativos invadían mi mente. Creo que Dios las puso para ese momento tan difícil para mí.

A medida que pasaban los días, trataba de mantenerme positiva, buscaba muchas formas de salir adelante y que todas mis emociones y pensamientos malos pasaran. Quería volver a ser cómo antes, sin preocupaciones, positiva, alegre y sobre todo social. Aproximadamente pasaron dos semestres para ver un mejoramiento en mis pensamientos, autoestima y social.

A pesar de que la pandemia afectó tanto psicológicamente, también afectó en preclínicas y clínicas, lo que me llevó a tener un desconocimiento práctico de la carrera.

Pero gracias a Dios a finales del semestre, ciclo II 2021 – 2022, el Dr. que me dio Operatoria Dental II vimos clases presenciales por un mes (prácticas) obviamente era opcional, pero yo quería aprender y salir de la zona de confort en la que estaba y de mi casa viajé a Guayaquil para recibir la clase, ese mes fue uno de los mejores, porque después de mucho tiempo pude volver a ver algunos compañeros y conocerlos también, En las clases de práctica pude aprender hacer un aislamiento absoluto y restauraciones. Aunque no fue mucho el tiempo se aprovechó para poder adquirir más conocimiento y poder relacionarnos con el instrumental y materiales. Ese mes fue de suma importancia, ya que marcó otro inicio tanto para mí y la carrera.

Cuando se terminó el semestre, pensaba regresar a El Empalme, porque aún el semestre próximo era incierto, no se sabía si iba a seguir virtual o iba a ser presencial.

Dos días después de los exámenes ingresé a un grupo de Brigadas Odontológicas, donde la coordinadora del grupo

me acogió con amor. Tuve mi primera brigada, llena de nervios y sin saber que hacer, porque no tenía conocimiento de lo que podían preguntarme y dudaba por el poco conocimiento que tenía, sin embargo, ese día fue el mejor. Por primera vez pude atender y mi primer paciente fue un niño de 7 años a pesar de que era pequeño tenía muchos nervios, lo bueno que todo salió bien.

En la brigada pude aprender a realizar profilaxis e incluso a llenar Historias Clínicas, también estuve de auxiliar para mis compañeros, lavando el instrumental, llamando a pacientes, entregando kits bucales para los niños y muchos más. El mismo día atendí a 4 personas, realmente fue extraordinario y lo más valioso fue que pude tener esa relación con mi carrera. Aunque fue cansado aquel día, quería asistir a más brigadas para seguir teniendo contacto con las personas y sobre todo a aprender más.

Por ende, aunque ya estábamos en vacaciones del año lectivo, yo no lo estaba, porque la coordinadora de las brigadas hacia cursos de profilaxis, de restauraciones y muchos cursos más para aprender y lo mejor es que era presencial en la facultad.

Asistí a más de tres brigadas, porque luego se paralizaron ya que justamente la Universidad abría el primer curso gratuito de Primeros Auxilios (Presencial) que se dio en la Facultad Piloto de Odontología, obviamente tomé el curso para prepararme más y adaptarme nuevamente a las clases presenciales, por más de dos semanas tuvimos clases, ahí pude aprender RCP, inyectar, tomar la presión, temperatura, como reaccionar ante los estados críticos e imprevistos como desmayos, quemaduras, reanimar y mucho más.

El curso fue realmente muy importante y sigo satisfecha de haberlo tomado junto a otros compañeros que también iban a las brigadas. Durante el curso también hicimos pruebas rápidas de Covid – 19, en diferentes facultades. Luego de dos semanas fue la clausura del curso de Primeros Auxilios y recibimos los certificados por parte de la Universidad.

También por medio de las brigadas recibí algunos certificados en dónde asistí como voluntaria, los certificados fueron otorgados por el alcalde de Nobol, lugar en donde se realizaron la mayoría de las brigadas.

Prácticamente mis vacaciones antes de ingresar a este semestre fueron de aprendizaje, de adquirir nuevos conocimientos y prestar servicios para otras personas.

Y ahora estoy aquí en 6to sin imaginar que llegaría hasta este semestre de la carrera, queriendo avanzar en conocimientos y estoy expectante por todo lo que aprenderé en el futuro y así ayudar a otras personas.

Lo bueno y lo malo de la cuarentena

Soy Andrés Fernando Sánchez Carrasco, un estudiante de odontología, cuyo cantón de origen es Huaquillas, ubicado al sur del país. La pandemia fue un golpe muy fuerte para mí y toda mi familia, nos dejó cosas buenas como cosas malas, tanto en lo económico, mental y físicamente hablando.

Yo había cursado el primer semestre de la carrera de manera presencial y apenas me estaba comenzando a adaptar a toda esta nueva vida de vivir y estudiar en un lugar diferente como lo es la gran ciudad de Guayaquil, hice nuevos amigos, conocí mucha gente. Apenas había terminado mi semestre donde gracias a Dios pasé todas mis materias de manera directa, cuando ya se comenzaba a escuchar con más fuerza las noticias sobre esta nueva enfermedad poco conocida, la cual se estaba propagando de manera muy rápida.

Quien diría que mi regreso a casa culminado mi semestre sería uno de los últimos pues cuando ya estuvimos en casa nos encerraron en cuarentena por lo cual se suspendieron clases y todas las actividades se paralizaron, al menos la relación con la facultad no estaba presente en mi cabeza en ese momento ya que era sobrevivir o morir. Estaba muy a flor de piel mi ritmo de estudio y compromiso con mi

carrera. Según yo era algo que pasaría pronto y volvería a clases luego de unos meses, por eso a veces me ponía a repasar anatomía que era algo que me llamaba la atención.

Con odontología no estuve muy cerca, ya que solo de manera virtual pude ver las clases durante pandemia, por eso espero mi materia presencial para sacarle el máximo provecho y aprender mucho más, ya que esta carrera es netamente práctica. Estuve en un curso de operatoria dental, donde me dije a mi mismo Andrés tú mismo te dirás sí luego de este curso la odontología te gusta o no, y luego de ese curso vi que, si me gustaba todo, eso de instrumentales y ayudar a las personas.

En cuanto a la práctica me siento que me falta mucho, no me sirve de nada tener teoría si no lo aplico de manera practica o al menos intento hacerlo, quisiera aprender, claro que al comienzo me equivocaré muchas veces y es normal, pero quiero ir poco a poco desarrollando mis habilidades, la operatoria me llama la atención por eso sí quisiera aprender, la pandemia nos ha quitado semestres vitales los cuales de manera presencial se hubiera aprendido mejor, así mismo aquí en casa no se ha podido estudiar ya que debido a la situación surgieron nuevas necesidades económicas y físicas las cuales ocuparon mi tiempo y me quitaron el enfoque hacia lo odontología, el tener que ayudar a mis padres para que no se contagien fue mi prioridad pues la vida es algo que no se recupera, mi familia siempre estará arriba sobre todas las cosas. Un semestre se puede repetir, pero la vida es una sola.

Siento que no aproveche mi tiempo libre, pues me distraje en otras cosas como son el amor y el dinero, pude asistir un curso en pandemia, en el cual pude absorber un poco de conocimientos y empaparme, así que ya tengo idea de lo que es aislamiento más que todo y algo de operatoria, muy básico, tengo muchas ganas de aprender y que se me de oportunidades, sé que será difícil pero la vida se trata de eso de superar obstáculos complejos.

En cuanto oportunidades desaprovechadas siento que perdí una ocasión en la que hable con un odontólogo y le comenté que me gustaría aprender y él me dijo que vaya para empaparme, lo que me desanimó fue que le pedí el número de teléfono y no sé si yo lo copie mal o el me lo dio mal, pero quisiera que un odontólogo me dé la oportunidad de asistir a ayudarlo, yo hago lo que sea con tal de aprender.

Se que las cosas hay que buscarlas para encontrarlas, pero no sé qué me impide buscarlo espero que luego de un tiempo esto que estoy escribiendo quede en el pasado y aprenda mucho y pueda estar desarrollando mis habilidades y adquiriendo conocimientos nuevos en algún lugar donde me acople de una buena manera.

En cuanto a mis sentimientos ha sido una constante lucha pues me he deprimido a veces con la idea de que otros están aprendiendo mejor, otros tienen más oportunidades, quizás otros tienen padres con dinero y pueden tener su tiempo al 100% para estudiar.

Quizás otros pueden tener su tiempo disponible para centrarse en su carrera y no tienen necesidades o sus padres estén tras de uno apoyándolo psicológicamente, a veces me siento solo en esto y rezo mucho, pidiendo a Dios que me ponga en el camino correcto y a las personas correctas, que me ayude en lo económico, que me encamine a triunfar en la vida y mejorar con el paso del tiempo, yo quiero ayudar a las personas, devolverle la sonrisa y hacer lo que me gusta y ganar dinero, poder cumplir muchos sueños que he tenido desde mi niñez, la cual es ayudar a mi familia.

En mi vida llegaron y se fueron muchas personas, amigos, familiares, siento que maduré, siento que cambie física y mentalmente, tengo una manera distinta de pensar de ver la vida.

Me gusta centrarme en las cosas y que salgan de la mejor manera, comencé a preocuparme más por mi mismo y mi físico comencé a entrenar más seguido, mi pandemia fue dura pues el estrés y preocupaciones por lo económico fue

permanente, mi hermano y yo trabajamos mucho, siento que me centré en eso, en pandemia me estresaba mucho cuando veía las noticias, primero estuvimos encerrados y comenzamos a emprender

Comenzamos vendiendo mascarillas por internet, no nos fue muy bien, pues se ganaba poco como para abastecer a una familia entera, antes teníamos la venta de calzado, viendo y analizando la situación decidimos repotenciarnos, pero esta vez hacerlo mejor con la bendición de dios.

Nos comenzó a ir bien, teníamos para comer y así gracias al señor hoy estamos mejor, nos va bien, ahora que estamos volviendo a clases presencial tengo que dedicar mi tiempo a las clases, realizando tareas y apuntes para mis exposiciones.

Hubo un tiempo cuando mi papá se enfermó y fue muy duro para mi yo andaba muy estresado por muchas cosas en mi mente y eso fue fatal para mí, el estrés fue por niveles fuertes, todos en casa asustados con que mi papá se podía morir, fueron momentos donde la familia se puso fuerte y sacamos fuerzas de donde no las teníamos, noches donde él no podía dormir, yo personalmente lo ayude, lo limpiaba, lo ayudaba y le daba los medicamentos que necesitaba tomar día a día.

Algunas personas nos apoyaron, otros simplemente se alejaron, yo tenía que ponerme fuerte y no caer, para que él se recupere, una persona muy especial tomó un papel importante en mi vida apareció, actualmente con ella tengo una muy buena relación, siempre estuvo ahí dando su aporte ya que ella había pasado por algo incluso peor, con el paso de los días mi padre se fue recuperando y gracias a dios el mejoró, aún no sabemos con certeza si fue covid u otra cosa pero lo importante es que está bien.

En cuanto a lo educativo siempre estuvo en mi jamás dejar de estudiar o de prepararme, ya que independientemente si esta pandemia tuviese final o no, yo me preparaba porque me gusta y lo hacía en mis ratos libres, a mí me gusta mucho

estar solo por momentos, así puedo pensar muchas cosas como, por ejemplo: cuales son las cosas que estoy haciendo bien o mal, reflexiono sobre mí mismo y me estreso solito. El hacer actividad física ha sido fundamental ya que con ella siento que me despejo de todas las malas vibras y así poder estar más fresco.

Durante la pandemia mi horario de sueño varió mucho, pues generalmente yo a las 23:30 ya estaba descansando para el siguiente día. Los primeros días como no había nada que hacer dormíamos hasta las 11 de la mañana y nos quedábamos hasta más tarde de lo normal, quizás así de alguna manera ahorraríamos el desayuno.

Así pasaron los meses y actualmente me quedo conversando con mi enamorada algunas veces hasta las 2 de la madrugada, lo cual generaba que al siguiente día esté muy cansado.

En cuanto a lo laboral siempre estuve trabajando con mi padre y mi hermano en la venta de zapatos en la cual el trabajo en equipo nos impulsó mucho, pude obtener ganancias personales que ahora me ayuda para poder disfrutar con mis seres queridos, actualmente no tengo nada guardado para mí, lo que sí mis padres de todo lo que he trabajado tienen que apoyarme en los gastos de los materiales odontológicos que se ocuparan durante mi carrera.

Lo que espero es que los gastos no sean exagerados, pero tampoco quiero que por eso se limite el aprendizaje, me idealizo un equilibrio perfecto entre gastos y aprendizaje donde predomine el segundo.

Mi cantón durante la pandemia fue muy afectado, muchas personas fallecieron, económicamente no había trabajo, la delincuencia se alzó y eso generó en mí mucho estrés, todos los días se escuchaban fallecidos y el estrés en mí se acumulaba, yo siempre seguí el camino correcto encomendado en el señor.

Esta autobiografía no se pudo haber escrito sin ayuda de Dios, él es todo en mi vida, siempre le pido por mí, y por todos mis seres queridos, cada paso que di durante la pandemia fue gracias a él todas las noches oré pidiendo salud para mi familia y que siempre sigamos adelante, que nada nos detuviera y que jamás dejemos de ser buenos seres humanos pues al fin y al cabo todos somos hijos del señor y lo material es solo eso material.

Toda la pandemia tuve presente que debía disfrutar sí, pero con medida ya que si moría al menos había hecho varias cositas que me acordaré. Pero nada grave como para comprometer mi futuro en caso de que la pandemia si tuviera fin y me tocara nuevamente con mi vida universitaria, extrañé mucho a las personas que conocí en pandemia.

Algunas personas que conocí en la universidad no he tenido mucha comunicación y no he podido dialogar con ellos ya que durante toda la pandemia no nos hemos comunicado de manera adecuada. Cada uno siguió con su vida y esperando que tengan mucho éxito.

Una de las personas más importantes durante mi pandemia fue mi madre ya que ella nos alimentó y nos alimenta a toda la familia todos los días nos daba de comer algo que aprecio mucho pues ella cocina muy rico. Mis mascotas también fueron fundamental ya que independientemente de mi estado de ánimo ellos siempre estaban ahí.

Mi estrés mejoro un poco gracias a una chica que me ayudó mucho actualmente es mi novia y sin su apoyo quizás estaría contando muchas cosas más aquí en mi autobiografía.

En cuanto a experiencias familiares hemos podido pasar más juntos y valorar cada cosa pequeña, estar más juntos disfrutar más las reuniones familiares, los cumpleaños, las caminatas, solemos salir a bañarnos al rio y despejarnos del trabajo.

En pandemia mis clases virtuales fueron buenas ya que hubo docentes muy buenos que aportaron mucho e inspiran a estudiar y a aprender, que nos dan una mano como impulso para que nosotros podamos aprender más, así mismos docentes a los cuales nosotros no le importábamos y ni se acordaba de lo que había que hacer.

Virtualmente no se aprendió mucho, así que no me sorprendería que mis notas bajaran cuando se retomara la modalidad presencial, mi mente se volvió vaga y copiaba en mis exámenes lo cual es malo pues me estoy engañado. Siempre me gusta ser diferente a los demás pues yo por más oportunidad de copiar si estudiaba pues quería aprender.

Mientras otros salían a fiestas yo pasaba en mi casa haciendo deberes o ensayando mis exposiciones para al siguiente día tratar de dar una muy buena exposición.

Una pérdida irreparable

Mi nombre es Vicente Omar Ruiz Zamora, nací en Guayaquil, durante toda esta etapa de mi vida he tenido experiencias a muy temprana edad de la cual me ha hecho recrear y saber cómo puede afectar tanto las cosas erróneas que uno puede cometer en la vida diaria, he aprendido que esos mismos errores son los más perfectos que la vida nos da para poder aprender de ellos y no cometerlos de nuevo.

En el año 2019 había iniciado una etapa tan hermosa que tanto anhelé en estar dando ese proceso de mi vida que es mi carrera universitaria, ahí inicié estudiar en la facultad de odontología donde estaba muy nervioso y tan emocionado que no sabía que sentir porque mis sentimientos se mezclaron de una manera tan increíble que incluso una lagrima se me salió justo cuando al día siguiente me tocaba iniciar la universidad, cuando ya habíamos empezado y terminando nuestro preuniversitario entramos a primer semestre con nuevos amigos, compañeros de las cuales son personas increíbles, cada uno de ellos aparecieron en mi vida y forman también parte de esta historia, a partir de ahí las cosas cada día se ponían difíciles en la universidad las

materias, la dificultad que ponían los Doctores eran tan buenos docentes algunos que otros porque en realidad si hay docentes que no dan esa intensidad que uno requiere para sacar lo mejor de uno.

En enero empezaron a darse un rumor de un virus que estaba rondando por el mundo del cual, un día en el aeropuerto había llegado una persona a nuestro país y comenzó nuestro terror en cuestión de días, el mundo estaba en una pandemia, yo ya había viajado para mi ciudad que es Machala en la cual estoy viviendo, junto con mi madre y mis dos hermanas, mi familia es de recursos bajo, mi madre en ese tiempo trabajaba en el colegio Eloy Alfaro solo ganaba el básico por lo cual yo tenía que trabajar cada fin de semana para poder ayudar en casa en lo que sea, y lo hacía porque estaba estudiando y era muy difícil hacer las dos actividades, porque si de verdad se podría lo haría con gusto pero hoy en día es difícil conseguir trabajo, como era costumbre cuando algo pasaba o algo iba a pasar en casa siempre nos reuníamos y hablábamos sobre el tema y que tendríamos que hacer.

Estábamos en plena pandemia, teníamos nuestro tiempo al límite y encima teníamos a mis abuelitos de los cuales nos preocupábamos ya que ellos estaban enfermos en ese momento pasando por un momento tan difícil y ahora las cosas se iban a complicar cada vez más entonces las cosas se pusieron críticas ya que a mi madre la sacaron del colegio en donde trabajaba.

Fue una noticia tan grave tan impactante y fuerte para nosotros porque era la única persona que estaba trabajando en ese momento ahora las cosas se nos estaba viniendo abajo pero gracias a Dios yo tenía un dinero reunido que había trabajado en el comisariato durante un año para lo que son gastos de la universidad en lo que era ese semestre había gastado poco del dinero reunido que era más o menos 1200 dólares de lo cual tenía 880 dólares donde los puse durante los meses que necesitaríamos en lo que es la pandemia en donde fueron muy útiles no me arrepiento

porque sabía que soy una persona muy trabajadora donde buscaba en donde sea para poder avanzar.

Durante la pandemia estuvimos más de cuatro meses sin poder ingresar a la universidad y cuando iniciamos nuestras matriculaciones nos informaron que van a ser de forma virtual de la cual no nos alegramos nada porque todos sabíamos que no iba a ser igual, cuando inicie el segundo semestre de universidad fue algo nuevo que estaba por experimentar en donde aprendí hacer cosas nuevas en forma virtual aprendimos a sobrellevar las cosas pero aun así la angustia la desesperación de sentirse encerrado todo el rato era tan intenso que uno tenía que salir a tomar un poco de aire.

Había pasado un mes y como era costumbre yo había llamado como siempre a mi padre él estaba pasando un momento difícil, estaba en depresión, por momentos de la familia que él tenía y todo se le estaba viniendo abajo, un día por la mañana ya tenía que llamarlo pero cuando ya me había desocupado me llegó un mensaje del mejor amigo y ayudante de trabajo de mi padre diciéndome que mi padre había perdido la vida de un infarto, cuando vi ese mensaje el mundo se cayó tire mi celular a la pared comencé a gritar, el aire me faltaba, estaba furioso, lastimé mis manos porque golpeaba a la pared y suelo donde no paraba de sangrar mis manos por el dolor que estaba pasando donde a la final estuve sin comer durante tres días y sin salir de mi cuarto estaba ido y por momentos pasaban por mi cabeza recuerdos de él que hasta el día de hoy lo recuerdo, para mí él nunca murió, siempre estará en mi presente, él fue quien me ayudó a seguir, porque me ayudaba moralmente, me daba sus consejos cada día que lo llamaba, cuando había pasado dos meses de su muerte me tocaba matricularme para las clases, en las clases las cosas me ayudaron a mejorar porque gracias a eso tenía mi mente un poco más ocupada y tenía la oportunidad de avanzar.

Cuando ya estaba en clases me di cuenta de algo que el sistema de educación ya había cambiado de forma drástica los ánimos y autoestima estudiantil estaban en un tiempo

de crisis, vi como estudiantes amigos míos se retiraban porque no avanzaban de forma profesional y lo que pensaba es que de verdad estaría haciendo bien y no estar trabajando o haciendo algo más para ayudar a mi familia las cosas en casa no estaba bien, tenía que poder seguir ayudando, me desesperaba que la pandemia nos estaba consumiendo totalmente, muchas veces veíamos las noticias y cada día estábamos peor.

Recuerdo que durante el tiempo del confinamiento, en cuanto a los docentes de la universidad siempre nos recordaban que nos cuidemos y siempre era así ya cuando salí de clases de segundo semestre estaba en vacaciones recuerdo bien que en ese momento estaba trabajando con un señor en su casa, construyendo, limpiando haciendo de todo estaba ganando poco pero valía la pena porque estaba llevando algo para la casa ya que mi madre aun no conseguía trabajo, mi madre no pudo conseguir trabajo pasando dos años así, hoy en día ella trabaja con un sueldo que se merece porque ella vale la pena como docente, mientras trabajaba yo no tenía ese tiempo de un joven estudiante, estaba muy preocupado y cada vez que me tocaba ya matricularme siempre mis dudas se apoderaban de mí y eso es hasta ahora porque siempre me pongo a pensar si es necesario matricularme o dejar un semestre para ponerme a trabajar y así ayudar en casa y reunir algo de dinero para la universidad, a la final el tiempo paso.

Estaba ya en un tercer semestre de universidad estaba iniciando otro periodo el tiempo había pasado rápido cada vez que veía materias interesantes las que me motivaban a seguir pero recuerdo que siempre hubo materias que eran tan buenos pero docentes que no daban todo y solo nos hacían exponer y no nos presionaban y sé que hay un gran impacto que bajó un gran porcentaje de ánimos estudiantil, era obvio que el cese temporal de las actividades presenciales de las IES ha dejado a los estudiantes particularmente a los de pregrado y a los que están por finalizar la secundaria superior y aspiran a ingresar a la educación superior en una situación totalmente nueva y sin una idea clara de cuánto tiempo vaya a durar con impactos

inmediatos sobre su vida cotidiana, los costes soportados y sus cargas financieras y, por supuesto, la continuidad de sus aprendizajes. No existen todavía datos disponibles acerca de cuáles son según los estudiantes los principales problemas a los que se enfrentan durante la pandemia.

Ahora hay resultados en una escala global, las principales preocupaciones son el aislamiento social, las cuestiones financieras, la conectividad a internet y, en general, la situación de ansiedad relacionada con la pandemia.

La situación generada es particularmente preocupante respecto de los estudiantes más vulnerables que ingresaron a la educación superior en condiciones más frágiles.

Una disrupción en el entorno como la que está produciendo esta crisis puede convertir esa fragilidad en abandono aumentando así, una vez más, la exclusión a la que da lugar la inequidad que caracteriza el ingreso a la educación superior en la región. Y así paso el tiempo ya había pasado más de un año y ya estaba en cuarto semestre donde sabía que las cosas no estaban mejorando y todos nos estábamos preocupando sin tener practicas ya que nuestra carrera es de mucha práctica en la cual yo llegue a un límite en donde decidí arriesgarme e irme a consultorios odontológicos para ver si me ayudarían como estudiante a familiarizarme y aprender algo del área, fui a 5 consultorios y de los 5 gracias a Dios me dieron la oportunidad de estar con una especialista de periodoncia donde me ayudó muchísimo aprender del área a desenvolverme, a como extraer un diente de la cual muchos de mi nivel de mi carrera no lo hacían y de la cual yo tuve ese privilegio de aprender y ser enormemente agradecido con la doctora que me ayudó durante más de un año que estuve laborando con ella, fue una experiencia donde no será en vano y las pondré en práctica. Cuando anunciaron después de dos años de pandemia la educación superior de la zona de la sierra dijeron que regresaríamos a presenciales yo me puse tan feliz pero desafortunadamente nuestra universidad faltaba que nos dieran esa noticia y a la final nos dieron la noticia de que regresaríamos presencial pero solo con una materia

y las demás virtual, yo en si, me decepcione y me puse tan triste que la verdad uno se esfuerza en que las cosas para que salgan bien pero es muy difícil y ahora con esto para todo se complicó yo trabajaba como guardia pero el único que trabajaba y ayudaba a mi familia y no podía hacer nada más que hacer eso, mi hermana Lisette aun no conseguía trabajo pero un mes antes de irme a clases presenciales de una materia y demás virtuales mi madre y mi hermana consiguieron empleo seguro y a eso le llamo un milagro de Dios y sentí que todo iba a estar bien con ese apoyo y más con lo que tratare de trabajar sería algo que me ayudaría avanzar y ahora hoy en día estoy viviendo en Guayaquil en un departamento con tres amigos y nos estamos ayudando.

El valor de la vida

Mi nombre es Doris Janeth Guamán Góngora, nací el 18 de febrero del 2000, en la clínica "LA CIGÜEÑA" situada en la ciudad de Machala, provincia de El Oro, Ecuador. Mis padres son María José Góngora Chilla, oriunda del cantón Muisne, provincia de Esmeraldas y Marco Antonio Guamán Olaya, oriundo del cantón Saraguro, provincia de Loja soy la mayor de mis hermanos, mi hermana menor es Nathy Betsabeth y tiene 17 años de edad.

De niña crecí en el seno de una familia humilde y llena de valores, quienes incorporaron en mi todos sus conocimientos sobre la ética y moral, doy gracias a ellos por que formaron en mí una mejor persona cada día, motivándome a diario a mi superación, pero para ampliar dichos datos en el 2005 inicie mis estudios primarios en la escuela Vicente Rocafuerte de la ciudad de Pasaje, pasan los años y luego continuo con mis estudios secundarios en el colegio de Bachillerato Dr. Juan Orrala lopez del cantón Pasaje, provincia de El Oro.

Durante mi vida estudiantil me he catalogado por ser una buena estudiante académica mi promedios siempre ha estado entre los primeros, tanto a nivel curso, como a nivel institucional, me caracterizo por ser una persona responsable y autónoma esto con el fin de cumplir mis

sueños y metas que son estudiar Odontología en la universidad de Guayaquil y ser una gran profesional en el ámbito laboral, además de esto crecer como persona íntegra y sobre todo responsable con todos mis deberes y derechos, ayudar a quien más me necesite y poder sacar una sonrisa a quienes no puedan tener la posibilidad de tenerlo.

Soy una persona que diariamente se pregunta cómo me quiero ver en el futuro, y creo saber la respuesta, allí me quiero encontrar feliz, pienso que de nada sirve el dinero cuando uno no encuentra la alegría y un motivo por el despertar cada día.

Actualmente tengo 22 años, profeso la religión católica, tengo un grupo de amigos bastante amplio a quienes quiero y ayudo cuando hay la oportunidad, me encuentro cursando la carrera de Odontología en la Universidad de Guayaquil.

Para mí la odontología es una rama del área de salud muy importante, porque nos permite poder ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas, ayudándoles a tener la seguridad y confianza de que puedan sonreír, permitiendo también poder mantener una cavidad oral sana, libre de lesiones cariosas, pérdida de piezas dentarias, prevenir enfermedades periodontales, gingivitis, cánceres bucales y muchas enfermedades más.

En la actualidad la odontología se ha convertido en algo fundamental dentro de la vida de todos los seres humanos, tanto por lo estético y funcional, permitiendo así brindar seguridad y estética aplicando diferentes tratamientos existentes dentro de las diferentes especialidades odontológicas que nos puede ofrecer.

En cuanto a mi relación con la facultad ha sido una experiencia bastante grata porque desde que inicié mis estudios en la facultad de Odontología he podido sentir el afecto, apoyo y ayuda tanto de mis compañeros estudiantes, del personal administrativo y de servicio, como mis queridos docentes ya que siempre habido esa amabilidad, predisposición para podernos enseñar todos sus

conocimientos y tener esa gran confianza para poder animarnos a continuar y llegar hacer grandes profesionales y seres humanos, donde se pueda ver reflejado todo esos años de estudio y conocimientos adquiridos.

Debido a la emergencia sanitaria por el Covid-19 nos hemos visto obligados a continuar con clases virtuales tanto docentes como estudiantes, siendo este un verdadero reto al cual nos enfrentamos todos ya que no nos encontrábamos preparados, pero fue la única manera para poder continuar. Una situación bastante compleja para muchos docentes adultos mayores ya que se les dificultaba un poco tener que utilizar la tecnología como medio único para brindar sus diferentes asignaturas y conocimientos que con todo el amor del mundo lo realizan, causando para algunos, incomodidad, incluso hasta frustración para aquellos que no sabían utilizar las diferentes herramientas tecnológicas.

Es de conocimiento general que nuestra carrera es completamente práctica, donde teníamos la necesidad de obtener conocimientos preclínicos y clínicos en lo cual nos vimos afectados completamente, ya que por la pandemia fuimos obligados a tener que aprender de manera virtual todas las materias, dejando muchos vacíos en todos los estudiantes por la falta de práctica, además de no saber específicamente que tipo de materiales podemos llegar a utilizar, sin embargo con el pasar de los días nos fuimos acoplando a el nuevo sistema de educación desde nuestros hogares, quizás para muchos compañeros muy complicado ya que no tenían los recursos suficientes de la tecnología y algunos de los casos no contaban con un buen plan de internet lo que se les dificultaba para poder obtener clases de calidad y sobre todo adquirir los conocimientos teóricos, teniendo la esperanza de que algún día termine la pandemia y retomar a las clases prácticas, ya que no es lo mismo poder conocer o solo visualizar imágenes que poder estar en un laboratorio junto a simuladores e incluso pacientes donde se puede obtener mejores resultados obteniendo grandes aprendizajes.

Tener una educación desde nuestros hogares tuvo ventajas, pero también muchas desventajas ya que nos encontrábamos en una situación bastante complicada por la pandemia del Covid-19 y lo mejor era permanecer en nuestros hogares cuidándonos y protegiendo a nuestra familia ya que como estudiantes del área de salud no podíamos exponernos, ni mucho menos exponer a nuestros familiares ya que en mi caso tenía personas de alto riesgo dentro de mi familia, tanto a mi abuelita una adulta mayor de 85 años y mis padres.

Vivir una pandemia para mí y mi familia si fue algo nada gustoso, porque vivir el encierro sin saber que hacer, sin ver a la familia y por lo menos darnos un abrazo sin saludar al vecino y tener que llevar al máximo todas las medidas de bioseguridad para tratar de precautelar la salud de toda nuestra familia fue algo que nos marcó y quedo grabado en nuestros corazones como una película de terror. Durante ese tiempo junto a mi familia como pasatiempo nos dedicamos a realizar huertos familiares para poder pasar entretenidos y aprovechando el tiempo al máximo, porque fue ese momento donde muchos aprendimos a valorar muchas cosas, a dedicar más tiempo a Dios y a disfrutar todo el tiempo en familia.

Al cabo de tres meses después de haber vivido un encierro extremo, en la ciudadela donde yo vivo conversamos con dos familias de mis vecinos y comenzamos a compartir un poco más solo entre nosotros y realizar los almuerzos en comunidad en los patios de nuestras casas donde compartíamos la unión y podíamos agradecer a Dios que estábamos con vida, disfrutando, contando anécdotas familiares de cada uno de ellos para si no sentir tanto el encierro.

Al llegar el mes de diciembre del año 2020 lastimosamente dentro de mi familia nos contagiarnos de Covid, siendo un golpe muy duro para mi familia ya que tenía personas mayores de alto riesgo como era mi abuelita Ana Lucia y mis padres, al inicio no sabíamos que teníamos la enfermedad pero por la sintomatología nos dimos cuenta, con los

exámenes respectivos que se realizan mis padres confirmamos que es covid, lo cual nos piden absoluto aislamiento y en mi familia me toco asumir responsabilidades que no tenía ni idea como realizarlas, fueron momentos súper complicados porque mi papá fue uno de los primeros afectados y tuvimos que llevar por emergencia al hospital del IESS y me sentía muy desesperada al ver que mi papá se me iba agitando, tenía demasiada tos y le iba faltando la respiración, hasta que me acerca un médico le conecta un tanque de oxígeno y me comenta que mi papá tenía que ser internado de urgencia porque sus pulmones están afectados y en caso de no hacerlo con el pasar de los días se iba a ver más complicado, en ese momento sola, opte por llamar a una amiga medico lo que me supo manifestar que no dejara que lo ingresen, sino que más bien lo lleve a casa y lo tratemos con medicina casera y con un médico particular, opte por rechazar la atención médica del hospital del IESS y desde esa noche me enfrentaba a una batalla sola, teniendo en habitaciones separadas a mi mamá y a mi abuelita ya que aun ellas no presentaban síntomas, al pasar de los días veía la recuperación de mi padre pero mi abuelita comenzaba a presentar síntomas mucho más fuertes y más rápidos lo cual tuve que trasladar a mi abuelita a un hospital de mi ciudad, donde los médicos me supieron manifestar que mi abuelita solo le quedaban horas de vida debido a su grave problemas de salud que cada día se complicaban, fue una lucha constante de 1 mes 6 días que mi abuelita paso ingresada pero lastimosamente falleció debido a las secuelas terribles de la misma enfermedad, momentos super difíciles que me toco atravesar porque nuestra situación económica ya no estaba tan buena las medicinas muy caras y escasas en esa temporada, vivir una Navidad y un fin de año en un hospital fue para mi algo super duro y a la vez una lección de vida, donde aprendí a valorar cada segundo como si fuese el ultimo. Después de vivir momentos de angustia y desesperación, donde marco una gran diferencia en mi vida y para mi familia.

A nivel laboral, considero que la pandemia nos golpeó económicamente a todos a nivel mundial, donde opte por

surgir y apoyarme con un emprendimiento de productos doTERRA, que son aceites esenciales, productos 100% naturales, ya que después de pasar momentos difíciles tuve problemas de depresión y ansiedad, encontrando una ayuda indicada, me ayudaron y hoy en día puedo también ayudar a muchas personas que se encuentran pasando por momentos complicados al igual como lo pase yo en su momento.

El impacto positivo de la pandemia.

Me presento soy Melina Lima Juárez, daré mi opinión basada en mis experiencias, de cómo he vivido la pandemia hasta el día de hoy.

Bueno pienso que la vida de muchas personas, desde que comenzó la pandemia cambió, porque se tuvieron que adaptar a muchas situaciones en las que antes no estábamos expuestos, tanto situaciones duras como experiencias que nos dejaron marcados durante toda nuestra vida.

La pandemia para mí tuvo muchos impactos tanto en la educación, la economía, la humanidad y la salud mental de las personas, para mí fue muy impactante el hecho de que muchas familias perdieron a un ser amado, debido a que a inicios de la pandemia la situación no fue controlable por parte del Gobierno y es por ello que, hubo demasiadas pérdidas en el mundo entero. Gracias a Dios, yo no perdí a ningún ser querido, pero siento empatía ante el dolor que muchas personas sintieron, siguen viviendo y que aún no pueden superar.

Otra de las situaciones que para mí fue impactante fue ver como muchas familias se quedaron sin empleo siendo esa su única fuente de ingreso y esta situación influyo muchos, en las emociones de las personas. En los jóvenes también ha influido mucho en sus emociones, debido a que tienen menos motivación para realizar actividades que normalmente hacían.

En mi caso yo siento que la pandemia afectó la educación o el sistema educativo al que ya venía acostumbrada, debido a que tuvimos que pasar de una modalidad presencial a una modalidad virtual que era totalmente distinta para todos los estudiantes. Siento, que muchos de los estudiantes al ver esta nueva forma de estudio, tomaron las cosas mucho más a la ligera, debido a que el aprendizaje era desde nuestras casas, y podíamos cometer ciertos actos de deshonestidad académica, que a la final solo nos perjudica a nosotros mismo, no al docente, porque ellos cumplen con la función de impartir y enseñar las clases como si estuviéramos en un aula de manera presencial.

Desde mi punto de vista como universitaria, que estoy en una carrera que necesita un estudio teórico-práctico, siento que la pandemia afectó a todas las facultades que trabajan bajo este mismo método, en mi caso como estudiante de odontología no pude recibir algunas prácticas y siento que tengo esos vacíos. Debido a esto asistí a algunos cursos que se realizaron de manera gratuita, dentro de la facultad y así pude practicar algunas cosas que ya tenía conocimiento, pero solo de la materia, también asistí a algunos cursos y congresos con profesionales de la salud que se realizaron por zoom, con el fin de adquirir y aprender nuevos conocimientos, esperando que esto me beneficie en un futuro.

Pero sigue siendo entendible, que se tuvieron que cerrar tanto: colegios, universidades y lugares de trabajo, para que haya menos personas contagiadas y no se siga propagando más la pandemia, con el fin de que todos puedan tener un pronto retorno a sus actividades cotidianas normales.

Actualmente la situación es otra, la mayoría de los colegios, universidades, y trabajos están volviendo a la modalidad presencial bajo las medidas de bioseguridad adecuadas. En mi opinión, desde mi punto de vista de estudiante, la Universidad de Guayaquil trabaja y sigue trabajando arduamente para mejorar parte de la infraestructura y áreas de la universidad que ya no se les daba mantenimiento, para

de esa manera motivar e incentivar a los estudiantes, y lograr una buena acreditación.

No todo fue malo en la pandemia, también hubieron cosas positivas que debemos rescatar y una de esas es que disminuyó la contaminación, al no tener la misma cantidad de gente circulando en las calles y en lugares turísticos tanto en la Costa (Playas) y en la Sierra, se veía un cambio notorio al no tener los desperdicios y desechos que las personas tiraban siempre, en las playas se podía notar el agua más cristalina, en especial Salinas que es muy circulado por mucha gente nacional y extranjeros.

Para mí, otro aspecto positivo que nos dejó el confinamiento fue que pudimos pasar más tiempo de calidad con la familia, pude compartir con ellos y aprender hacer cosas que no sabía y siempre había querido hacer. Lo que más me gustó de la pandemia, fue que aprendí hacer pizza con mi hermana, también postre y recetas que veíamos en internet.

Otro aspecto positivo que tuvo la pandemia, a pesar de la terrible situación económica que estaban viviendo muchas familias, fue que se reinventaron y pusieron en marcha muchos emprendimientos innovadores, a pesar de que ser emprendedor es un desafío, más aún si es de pequeñas y medianas empresas deben enfrentarse, lograron dar trabajo a muchos desempleados, salir adelante a pesar de la situación económica que está atravesando el País y hasta el día de hoy siguen generando ingresos con sus negocios.

Toda experiencia ya sea buena o mala nos invita a reflexionar y este caso a mí me ayudó mucho la pandemia, porque estaba pasando por una etapa no muy bonita, y me sentía confundida en muchas cosas, pero son estas situaciones, las que nos hace saber quiénes realmente nos aman, nos valoran, se preocupan por nosotros y quieren nuestro bien. Ya sea amigos, familiares o incluso alguien de nuestro interés personal.

Una de las mejores cosas después de mucho tiempo fue reencontrarme con mis compañeros de primer semestre en la universidad, en una práctica que habíamos decidido hacer voluntariamente con nuestro profesor de operatoria, nos divertimos mucho en la práctica igual que en primer semestre, cuando teníamos clases de biomateriales.

Cuando nos reunimos en la U fue en el mes de marzo, entonces como mi cumpleaños y el de mi compañera se acercaba, nos cantaron el cumpleaños antes de entrar a realizar la práctica, luego de salir, conversamos mucho y nos pusimos al día en todo lo que habíamos hecho en ese tiempo. Estábamos tan distraídos que a mí se me fue el tiempo y perdí el último bus, luego tuve que llamar a que me vengan a recoger.

En mi tiempo libre asistí a un consultorio, iba con dos amigos, nos poníamos a practicar, hacíamos cosas básicas pero esta vez en pacientes reales, aprendí cosas nuevas que espero aplicarlas más adelante o volverlas hacer. Aprendimos atender a pacientes con las medidas de bioseguridad que ahora se necesitan, porque a pesar de estar vacunados debemos tener la respectiva precaución.

Atendí a chicos de un club de balonmano, al inicio me dio mucho miedo porque la primera persona que atendería era al entrenador, pero el señor muy amable me dijo que si lo podía atender y eso me dio confianza de poder realizarle la limpieza, trabajar con los chicos me dio mucha más confianza.

Algo que me gustó mucho, fue que, por primera vez, pude remover cálculo dental con el ultrasonido dental o cavitron, yo sé que son cosas básicas en odontología, pero yo nunca las había realizado, esta vez pude ver como el odontólogo le hacía a una paciente y luego yo poder practicar lo aprendido bajo las indicaciones del doctor.

También, pude ayudar a realizar aclaramientos dentales y me di cuenta de que la mayoría de las personas que asistían

era porque necesitaban una limpieza profunda o también porque querían realizarse un aclaramiento en los dientes.

Otras de los mejores momentos que me pasó fue reencontrarme con mi mejor amiga del colegio que vive en milagro (Yo resido en Durán) y poder ir juntas a una caminata que había realizado la universidad, me gusto compartir con ella un momento así después de mucho tiempo.

Estrés y depresión dos enemigos durante la pandemia.

Soy Doris Cecilia Torres Figueroa, actualmente con 21 años, nací el 20 de octubre del 2000, en la ciudad de Guaranda, Provincia de Bolívar. Mi familia está compuesta por cinco personas, mi Padre Samuel Milton Torres Panchana, actualmente con 57 años, mi Madre Mónica Fernanda Figueroa Tallin con 52 años y mis dos hermanas, Mónica Priscila Torres Figueroa de 29 años, siendo la primogénita y Jazmín Alejandra de 23 años, siendo la mediana y, por último, pero no menos importante estoy yo, la menor, la conchito de la familia.

Mis primeros estudios primarios los realice en la Escuela Alberto Flores Gonzales de la ciudad de Guaranda desde el año 2007 hasta el 2012, siendo una de las mejores experiencias en todos los ámbitos, presentando en la mayor parte una excelente conducta, con docentes y con compañeros de curso, recordando a los que fueron partícipes de mi enseñanza como docentes que llevo presentes hasta el día de hoy, agradeciéndoles por su infinita paciencia con la que brindaron su labor. Luego con el tiempo ingrese a realizar mis estudios secundarios en la Unidad Educativa Pedro Carbo en la ciudad de Guaranda durante los años 2012 a 2018. Durante mis estudios en esta institución desarrolle ciertas habilidades en el campo de Educación Física, llamándome la atención deportes como el basket, futbol y entre otras. Siendo el colegio la mejor época de mi adolescencia, donde aprendí a experimentar y vivir cosas de la edad, recuerdo las actividades que se hacían en

grupo para mejorar la convivencia entre estudiantes y profesores, hablando de Profesores que llevo en el alma, que me dieron consejos y extendieron su mano en el momento que lo necesitaba, algunos ya no están en este mundo terrenal, pero por agradecimiento los sigo mantenido vivos en mi mente y corazón. Al terminar mi tercer curso de bachillerato mis aspiraciones eran estudiar e ingresar a la universidad a realizar estudios en cualquier ámbito de la Salud.

Luego ingresé a realizar mis estudios de tercer nivel en la Ciudad de Guayaquil en la Provincia de Guayas en la Universidad de Guayaquil, en la Facultad Piloto de Odontología, comenzando con el Curso de Nivelación de Carrera que se desarrolló del 5 de noviembre de 2019 al 11 de marzo de 2020, siendo los primeros y últimos meses en la universidad, ya que aproximadamente la pandemia se presentó por el mes de abril y a consecuencia de aquello tuve que volver a mi Ciudad natal.

El Covid-19 en el mundo es considerado como irreversible y catastrófico por las medidas que tuvimos que acatar para resguardarnos nosotros y los que queremos en los cuales estaba el autoaislamiento, cuarentena y distanciamiento social y esto provoco efectos directo en la mayoría de las áreas como en la educación, comercio, transporte y más. Ante el alcance de la pandemia a nivel global, los gobiernos de cada país implementaron una gran cantidad de medidas para evitar la propagación del virus que era mortal, entre estas medidas fue el cierre de las Universidad e instituciones de Educación superior. Para mí, vivir todo esto fue complicado porque en la primera fase del impacto que tuvo el Covid-19 su el confinamiento obligatorio, poniendo en stop a las actividades que se realizan día a día y sin dar respuesta a las mil inquietudes que teníamos en su momento. Cuando en Ecuador todo se complicó y alcanzo el nivel máximo de muertes por Covid-19 yo estaba en vacaciones que me correspondían al terminar el Curso de Nivelación de Carrera que eran aproximadamente dos meses, para ser sincera los primeros meses mis pensamientos no están en la Universidad o del como

seguiría con ello, mi prioridad era mantenerme saludable, cuidarme y no salir de casa para evitar contagios en el cual tendría consecuencia como infectarme e infectar a los míos.

Cuando se terminó los meses que correspondían a mis vacaciones, entre en preocupación, porque la situación que se vivía era complicada, la ola de muertes a causa del Covid-19 no habían cesado, y el sistema de salud estaba colapsado no se veía mejoras en la situación del país, el estrés a causa de todo iba empeorando. Con respecto a la Universidad cuando la situación aparentemente “mejoro” una de las grandes inquietudes que tuvimos era como seguir estudiante en medio de este caos que se estaba viviendo. No daban comunicados oficiales del cómo podríamos seguir estudiando, pasaron los meses sin respuesta alguna, si había una posibilidad de llevar a cabo los estudios de tercer nivel, pasaron los meses y por fin llegaron respuestas favorables que las universidades se vean obligados a adaptarse a métodos de aprendizaje a distancia, todo este proceso fue difícil por las exigencias que abordaba a una digitalización forzada, a pesar que la universidad ya venía manejando plataformas virtuales tanto como el SIUG y el Moodle. Todo este proceso complico mi desempeño, a causa del estrés acumulado de meses anteriores y más por las dificultades que se veía al manejar la virtualidad, había complicaciones a la hora de matricularse, a la hora de cargar actividades a la plataforma causándome ansiedad y estrés. Recibí la virtualidad en mi primer semestre de carrera, fue complicado porque había materia que era de suma importancia las practicas, como biomateriales y anatomía, la educación fue muy buena, pero en la práctica nos quedamos en cero, a causa del encierro, y estar sentados todo el día en un ordenador recibiendo clases, subiendo materas a la plataforma, seguir con la instrucción dadas por docentes que en la mayoría comprendía las dificultades que se presentaban como un ordenar no apto para estas encendido todo el día, la falta de internet y causa de esto no poner asistir a clases todas las horas, inestabilidad en la conexión, como consecuencia no poder entender la materia, por otro lado había docentes que no entendían esas dificultades y que se veían reflejados en las calificaciones.

En el transcurso de clases y materias el deterioro de la salud mental se vio presente, no quiero decir que todo lo causo el “estrés de la universidad” siento que todo sumaba, el mantener una vida sedentaria, una vida en cuatro pares, rodeado solo de una computadora, el no salir, todo sumaba y todo esto me llevo a un deterioro en mi salud, baje de peso, me sentía muy débil físicamente y mentalmente, había días e incluso llegue a estar más de dos meses encerrada en casa, me sentida cansada a pesar que no hacia actividad física, me sentía fastidiada de lo todo lo que me rodeaba, y el único consuelo era llorar, las lágrimas caigan por si solas a causa del estilo de vida de adopte hace casi un año, así trascurió el tiempo pasando de semestre a semestre con los mismos métodos, teniendo una educación virtual a distancia, presentándose varias complicaciones como la falta de buena conexión a internet, que causaba no entender la materia.

Hasta que llegue al cuarto semestre, las cosas mejoraron tanto en el ámbito estudiantil como en mi vida personal, gracias a Dios y mi familia, especialmente a mi mami, ella era la que notaba que estaba mal, que no comía que no salía por días de casa, que estaba fastidiosa, ella supo el cómo sacarme hacia adelante siempre me dice que para todo hay solución mientras hay vida, con tal que estemos saludables voy a poder con todo, si hay hagas de llorar, hay que llorar porque es mi “método” de desahogarme y todo está bien, lo que no está bien en no intentar para salir de lugares en el cual no te sientes a gusto.

Así comencé a cambiar mi estilo de vida, recibir clases, atender y hacer deberes, pero siempre y cuando hacer actividades que me gustaban que lo hacía como pasatiempo. Doy gracias a la vida que el “bajón” no fue lejos, no era tarde, porque tengo amigos que les afecto más que a mí y actualmente siguen con ayuda profesional cosa que está muy bien. Tal vez baje la calificación en las materias de la universidad, pero mejore mi vida, sintiéndome en paz y tranquila al despertar cada día no tiene precio.

Así llegué al quinto semestre de la carrera casi sin conocer la facultad ya que solo estaba cuatro meses para mí y el ir otra vez, era como otro mundo, era otro estilo de vida, de un día para otro, tuve que trasladarme de Guaranda a Guayaquil, todo me tomo de nuevo, pisar la universidad después de casi dos años de ausencia, si me preguntan ¿Qué prefiero, clases presenciales o virtuales?, la respuesta es clara prefiero las clases presenciales, porque en primer lugar mi carrera se basa en hacer prácticas y para mí el mayor aprendizaje sería hacer prácticas según el semestre que nos corresponde, porque son bases que nos ayudan para los semestres que siguen. Hace poquito tuve la experiencia de sentarme en un salón de clases, con compañeros que compartimos la misma ilusión. Aunque actualmente llevamos algunas clases presenciales y otras virtuales, todo es distinto es como el primer año de carrera cuando se refiere a comprar los primeros instrumentos, el uniforme todo se siente como algo inolvidable, personalmente con los instrumentos que he comprado me hacen ilusión, son como mis nuevos juguetes que debo experimentar y saber su funcionalidad, sentir su textura y aprender de ello.

Era un día normal

Mi nombre es Israel Ramírez y soy alumno de la Universidad de Guayaquil, bueno todo comenzó en el mes de marzo del 2020 cuando todo esto de la pandemia sucedió por suerte terminábamos nuestro ciclo lectivo o primer semestre todo sucedió muy de repente cuando en un principio pensábamos que no iba a pasar nada, esto sucedió en marzo justo cuando en Guaranda era carnaval y nadie le prestaba atención a lo de la pandemia cada una de las personas salía a divertirse y salir con sus amigos porque aún no había ningún contagiado. Luego en las noticias y redes sociales comenzaron a difundirse videos de una señora que había llegado de otro país e iba de ciudad en ciudad disfrutando del carnaval y se iba extendiendo el coronavirus y todos se pusieron como locos a comprar recursos para su hogar como si se acabara el mundo. Las personas comenzaron a usar a diario las mascarillas y a usar las

medidas de bioseguridad para cuidarse, después llegó la cuarentena que empezó primero al menos por unas dos semanas, pero se fue extendiendo por durante mucho tiempo en cuanto a lo que respecta a nuestra universidad se suspendieron las clases más o menos durante cuatro meses lo que constaría un semestre que perdimos nuestro tiempo sin nada que hacer y sin saber si en algún momento íbamos a regresar a clases.

En ese tiempo que perdimos a veces nos reuníamos con un grupo de estudio de la universidad que nos enseñaban cosas básicas de anatomía y otras materias que nos iban a servir para nuestra carrera, pero solo era en vacaciones. Cuando llegó el momento de regresar a clases todo iba a ser por modalidad virtual aunque si se demoró un tiempo considerable para que nos podamos matricular debido a que no se cuenta con una buena planificación académica por parte de la Universidad nos pudimos matricular cada uno escogiendo sus horarios y así creo que fuimos una de las últimas Universidades que empezaron las clases virtuales con respecto a las demás como por ejemplo la Unach Universidad de Riobamba donde su planificación académica me parece una de las mejores y es donde estudia un muy buen amigo mío y empezaron a estudiar antes que nosotros.

En cuanto a todo el ciclo del segundo semestre que estuvimos estudiando con modalidad virtual estuvo muy bien la parte teórica vimos todas las materias que nos tocaban pero en algunas materias también salíamos perjudicados por que en si eso teníamos que ver de forma presencial como lo es la materia de morfología donde nos enseñan acerca de cada una de las piezas dentarias ya sea forma, estructura y sus dimensiones además de que teníamos que tallarlos en jabones para practicar y aprender mejor su estructura. En si las clases virtuales tenían sus pros y contras como al poder estudiar en la comodidad de nuestras casas y aprovechar ese tiempo libre estudiando o realizando los mandados de la casa y ahorrarnos en el transporte o alquiler que nos salía al vivir acá en Guayaquil. El semestre fue avanzando normalmente haciendo grupos

de exposición con los compañeros que teníamos escogidos y alguno que otro que venía de diferente curso y necesitábamos integrantes para completar el grupo, al principio era demasiado feo pero después uno se iba acostumbrando a esta modalidad, sobre todo porque nos tocaba estar encerrados en nuestras casas donde teníamos que protegernos por el coronavirus ya que al principio veíamos todo en las noticias de cuantos contagiados habían solo en un día, las personas comenzaban a morir en guayaquil creo que las encerraban en bolsas de basura y no podían comprar los ataúdes. Pero con todo agradecemos a Dios por cuidarnos y protegernos en esa situación que pasamos sobre todo por nuestros familiares que eran más mayores y tenían más probabilidad a que los contagiemos de coronavirus, creo que así pasamos un gran tiempo en mi casa donde vivimos unas 4 personas hasta que un día más o menos por enero o febrero del 2021 mi madre se contagió de coronavirus al principio parecía como un simple decaimiento porque no quería comer ni nada en conjunto de una gripe, dolor de cabeza y paso así como unos 3 días hasta que se puso un poco mejor pero de ahí yo me puse mal al cuarto día ahí fue cuando nos dimos cuenta que si era coronavirus porque se fue a hacer los exámenes y era inevitable nos contagiarnos todos de esa enfermedad además de esos síntomas a los demás que nos contagiarnos después también perdimos el sentido del sabor y del olfato pero no paso a mayores gracias a los medicamentos que nos recomendó el doctor, por la enfermedad creo que pasamos unas 3 semanas aislados sin tener contacto con nadie para no contagiar a nadie hasta que ya todo paso. En ese momento creo que ya estaba en el tercer semestre viendo el primer parcial y justo cuando me contagie me tocaba dar una lección pero con esa enfermedad ni siquiera me podía concentrar, no me daban ganas de hacer nada literalmente pase acostado 3 días sin comer y con decaimiento, pero ya después cuando salieron las vacunas ya mejoro un poco la cosa al principio éramos con temor de ponernos la vacuna con todas las indicaciones que decían en las noticias pero era algo que nos explicaron bien y que no debíamos tener miedo a la vacuna , en si hay personas que no se han

informado bien y tienen temor por lo que hasta el día de hoy creo que si existen personas que tienen la creencia de no ponerse la vacuna por temor. En esa época hasta estaban ofreciendo cerveza gratis a los que se ponían la vacuna, pero bueno solo se escuchaba eso. Bueno al principio estaban vacunando a los mayores de 65 años por el caso de que ellos son más propensos a sufrir alguna desgracia por el coronavirus, después los mayores y los jóvenes de 18 años y por ultimo los niños; cuando me fui a vacunar fue un poco demoroso lo del trámite por que se demoraban dándonos los turnos y esperando a ver cuál tipo de vacuna nos iba a tocar, habían salido algunas variantes de la vacuna a mí me toco ponerme la vacuna Pfizer y nos dieron el certificado de la vacuna y todo bien. Lo recomendado después de la vacuna era irse a bañar y tomar paracetamol para reducir los efectos secundarios de la vacuna, pero aun así al segundo día solo me dolía el brazo, pero nada grave. Después de eso también nos teníamos que cuidar y no salir por que nuestro sistema inmunológico quedaba debilitado y nos podíamos contagiar fácilmente. Así nos tocó esperar un tiempo para volverse a vacunar de nuevo la segunda dosis en el mismo lugar porque no aceptaban vacunarse en otro lugar hasta vinieron familiares de Ambato a vacunarse en Guaranda en donde ya casi todos se habían vacunado y aprovecharon la oportunidad creo que fue uno de los primeros lugares donde se podían vacunar y era de fácil acceso. Los meses sequian pasando e iba poco a poco disminuyendo lo de la situación con el coronavirus. Después de la situación de las vacunas yo pasaba realizando diferentes actividades como estudiar, ayudar a mis padres en las cosas del hogar o en el trabajo con mi padre aprendiendo varias cosas, también haciendo ejercicio para cuidar mi salud y sacar el estrés de estar encerrado tanto tiempo en la casa porque había momentos en los que las personas nos cansábamos de esta situación sin poder visitar a gusto a nuestros familiares y personas queridas.

Hubo un tiempo donde algunos compañeros de la Universidad hacían practicas por que viven cerca de Guayaquil y se encontraban cerca de la Universidad o tenían algún familiar que es odontólogo y contaban con

personas que les podían enseñar y hacer prácticas en consultorios lo que les va a ayudar mucho al momento de regresar de nuevo a clases presenciales, esto me parecía muy bien, pero había algunas personas que no teníamos esa oportunidad por vivir lejos. En mi caso tuve la oportunidad de asistir a un consultorio durante un tiempo donde una odontóloga joven me invito a que le ayudara en los tratamientos de sus pacientes, me gustó mucho ir a ayudar por que aprendí muchas cosas durante ese tiempo, a ver cómo era el sistema del IESS, de cómo utilizaban un programa donde iban archivando cada uno de los casos de sus pacientes todo en orden para no tener ningún problema legal. En ese programa se podía anotar el tipo de tratamiento que se utilizaba, el historial clínico de cada uno de los pacientes con su respectiva odontograma y sus campos requeridos para hacer cualquier procedimiento en el paciente con su respectivo consentimiento informado. Me gustó mucho observar y saber cómo trabajaban ya que les daban como media hora para atender al paciente debido a que tienen que trabajar por partes y el paciente debía ir a varias sesiones que se le programaba. Lo que más me llamo la atención de la odontóloga era que tenía buen sentido del humor y tenía un muy buen trato hacia sus pacientes en especial con los niños que preferían irse a revisar los dientes con ella. Fue una experiencia para mi muy buena que algún día me gustaría repetir, pero esta vez ser el odontólogo y realizar los tratamientos yo mismo.

Esto creo que paso a principios de cuarto semestre cuando comenzamos a ver operatoria dental y ya tenía más o menos idea de cómo hacer los tratamientos que íbamos a ver en clases ese semestre, ya en ese entonces aprendimos viendo videos e investigando todo acerca de las restauraciones y a parte ya nos mandaron a comprar materiales para que sigamos aprendiendo en la casa pero al principio solo nos dedicamos a aprender no era obligatorio comprar nada aun pero si queríamos aprender cada uno ya debía comprar sus cosas. Y cuando llegué a quinto semestre ya me decidí a comprar los materiales. Unos compañeros ya habían cotizado y comprado los materiales tocaba buscar los lugares donde comprar estos materiales porque había

lugares donde los precios eran exagerados. Viaje a Guayaquil por unos 3 días hasta comprar los materiales sobre todo lo más indispensable que era el micromotor y la lámpara de fotocurado, que eran los más caros en esa época, por suerte me acompañó una amiga de mí mismo nivel que nos conocíamos desde nivelación y nos llevamos super bien. Ese día fuimos en la mañana para poder entrar a clases más tarde. Fuimos visitando varios depósitos dentales viendo en cual me convenía comprar los materiales y me salga más económico, pasamos más o menos un largo tiempo y en ese mismo día me acuerdo que aprovechamos y nos fuimos a poner la 3ra dosis de la vacuna en la Universidad al principio no paso nada nos fuimos como si nada a la casa después de ir comiendo pero fue la primera vez que me sentía muy cansado por la vacuna, me hizo sentir muy cansado y sin ganas de hacer nada aparte de que si me dolía en parte el brazo y no podía dormir porque tenía que realizar una investigación extensa sobre los fármacos utilizados en la consulta odontológica hasta que termine y pude irme a descansar. Al día siguiente solo me dolía el brazo, pero a mi amiga hasta le había dado fiebre creo que a cada una de las personas les afecta de forma diferente la vacuna.

Después regrese a Guaranda tranquilamente al día siguiente fue chévere ver la Universidad después de un periodo bastante largo de pandemia. Ya con los materiales en la casa pude realizar la preclínica y hacer restauraciones como me enseñaba el docente, con ayuda de un amigo aprendimos a utilizar el micromotor y también practicamos algunas veces. El docente que nos enseñaba operatoria nos invitaba a que vayamos a la Universidad a realizar prácticas creo fuimos unas 2 veces junto con unos amigos porque yo si me encuentro lejos y fue muy chévere ver a nuestros amigos después de tantos años y seguir llevándonos muy bien. Fuimos a preclínica y en esas sesiones nos tocó poner en práctica la mayoría de las cosas que nos habían enseñado para tener una noción de lo que iba a ser las clases después, en ese entonces ya nos tocaba despedirnos de nuevo y cada uno regreso a su pueblo pero igual nos tocó esperar un gran tiempo para volver a las clases presenciales porque la

Universidad no tenía una buena planificación para el regreso a las clases presenciales y al momento de la matriculación todo fue desastroso pero nos pudimos matricular lo malo de esto es que solo tenemos una clase presencial y nos hubiera gustado que la mayoría de clases fueran así porque hay veces que no podemos estar viajando a cada rato y nos perjudica al momento de recibir clases.

Mi experiencia con la modalidad virtual

Actualmente tengo 22 años, nací en enero de 2000 en Nueva Loja, Sucumbíos y me encuentro cursando el sexto semestre de la carrera de Odontología en la Universidad de Guayaquil.

En el año 2019 ingresé a la Universidad de Guayaquil con el sueño de aprender, conocer y llegar a ejercer la carrera mencionada para ello tuve que partir de mi pueblo natal e ir en busca de esos sueños lo cual no fue fácil porque era la primera vez que me apartaba de mi familia e iba a vivir en una ciudad completamente nueva para mí. Al llegar me llamo demasiado la atención lo cálida que es la ciudad y me agradó porque tiene eso en común con mi pueblo natal. Me entusiasmé al saber que pasé la nivelación de la carrera y que ya iba a entrar a primer semestre, estaba contenta porque hice amigos nuevos, con quienes compartía tiempo de calidad, salíamos a conocer distintos lugares de la ciudad entre ellos el Malecón del Salado, nos reuníamos en casa de un compañero a realizar convivencia, a realizar trabajos y a reír entre amigos.

Al cursar el primer semestre de la carrera estaba muy contenta porque desarrollamos prácticas entre compañeros que consistía en tomar impresiones dentales con alginato y también elaboramos cubetas individuales lo que no sabíamos era que esta iba a ser la primera y única práctica que realizábamos porque luego de esto el mundo se volvió caótico y nos tuvimos que resguardar por nuestra seguridad.

Hace dos años atrás sucedió algo que marcó significativamente en la vida de todas las personas en el mundo y que forma parte de nuestra biografía, en donde hubo innumerables casos de fallecimientos, dejando secuelas de lo sucedido en las personas y lamentando vacíos que no se podrán llenar, este hecho se originó en la ciudad china de Wuhan en diciembre de 2019 expandiéndose por todo el mundo de persona a persona y me refiero a la Pandemia Global de COVID – 19.

La pandemia fue uno de los casos que más terror nos ha causado porque nos hizo temer, perder seres queridos, sufrir, nos hizo tener baja estabilidad económica, nos hizo ocultarnos, pero sobre todo nos hizo permanecer en familia dentro de nuestros hogares compartiendo y valorando la presencia de nuestros padres, hermanos, mascotas, es decir, conviviendo y valorando a la familia.

Estos dos últimos años nos frenó a todas las personas en todos los ámbitos, se tomaron medidas para precautelar el bienestar de salud de las personas, por lo que se llevo a cabo nuevas técnicas, nuevos métodos para seguir adelante a pesar del caos que esta pandemia generó. Entre las medidas para precautelar la salud de las personas se decretó que debíamos permanecer en aislamiento total de amigos, de seres queridos, de toda persona del exterior, fueron momentos de desespero porque aparte de precautelar nuestro bienestar debíamos buscar la manera de tener comida en la mesa, de tener alimentos, implementos de aseo entre otras cosas para el tiempo necesario, lo cual fue complicado porque los suministros en las tiendas se terminaban en un abrir y cerrar de ojos, habían personas que no respetaban las normas de bioseguridad y tristemente se contagiaban y terminaban en graves condiciones.

Mi familia y yo respetamos las normas de bioseguridad, al momento de salir por alimentos e implementos de aseo nos colocábamos las mascarillas que fueran necesarias aparte usábamos guantes y no nos podía faltar el alcohol, tratábamos de ser lo más responsables porque tengo

hermanos menores y pensábamos primeramente en ellos, en la salud y bienestar de los menores del hogar.

Fueron momentos muy duros porque nos afectó tanto en el ámbito económico que a veces no teníamos para las 3 comidas, las deudas cada vez iban incrementando, pero nos manteníamos en pie y con lo poco que se tenía se salió adelante. Mi padre se aseguraba de llevar el pan a la mesa, salía a trabajar a pesar de los riesgos que esto implicaba, pero siempre fue responsable en mantenerse protegido para que a su familia no le pasara nada grave.

En el ámbito educativo, la Universidad de Guayaquil tuvo que frenar el inicio de clases por un tiempo prolongado porque estaban buscando una alternativa de seguir con los estudios de la comunidad universitaria ya que no se podía retornar presencial porque todo lo sucedido causó mucho desespero y temor en todos.

La manera en que se logró iniciar clases no solo en la Universidad de Guayaquil sino en todas las instituciones educativas fue por medio digital precautelando el bienestar de los estudiantes, este método fue una gran ayuda para que nosotros como estudiantes pudiésemos tener el acceso al aprendizaje.

En sí, todo estudiante vivimos momentos de incertidumbre al conocer que las clases habituales impartidas de manera presencial, y a las que todos estábamos acostumbrados, pasarían a ser de manera virtual, lo que implicaría recibir clases desde casa.

Al saber esto, yo estaba muy feliz porque no soy de Guayaquil, pertenezco a la provincia de Sucumbíos y el saber que iba a pasar más tiempo con mi familia, me contentaba demasiado ya que al ser presencial las clases conllevaba a estar lejos de mi familia y por la larga distancia no podía viajar un fin de semana a convivir con ellos, tenía que esperar un feriado largo para poder visitarlos.

Por otra parte, mi experiencia de aprendizaje en la modalidad virtual no fue como lo esperaba, no se puede comparar el aprendizaje que se obtiene en modalidad presencial a tenerlo en modalidad virtual por lo que considero que no aproveche totalmente el conocimiento impartido por mis docentes mediante la virtualidad.

Al comienzo se me dificultó mucho porque aún no sabíamos cómo se manejaban estas plataformas y como iba a ser el método de enseñanza y sobre todo como íbamos a desarrollarnos durante el semestre. Tuve muchos problemas de conexión, esto fue un factor negativo porque no tenía una buena apreciación de las clases, había días en los que la energía fallaba y por ende perdía horas de clases y afectaba en mi asistencia. Recuerdo que también por el poco conocimiento de cómo se manejaba la plataforma para la entrega de trabajos, me quedaba sin entregarlos, pero los docentes nos ayudaban dándonos soluciones con la apertura de la entrega y así poder subir nuestras tareas.

Al poco tiempo, ya me encontraba familiarizada con las plataformas y ya no tuve más inconvenientes ni dificultades, pero el problema principal siempre fue que no podía estar concentrada al 100 por ciento ya que en casa no faltaba la bulla, ya sea de mis padres, de las mascotas y del exterior, como de autos, camiones, etc...

La modalidad virtual a pesar de que fue una forma muy eficaz de hacernos llegar información y conocimiento sobre la carrera nos afectó tanto en el aprendizaje práctico. Al comienzo de la pandemia me encontraba cursando el segundo semestre y pasaron dos años que actualmente estoy cursando sexto semestre, pero hemos llegado hasta este punto con solo teoría y ninguna práctica, en mi opinión personal considero que esta carrera debe ser netamente práctica, pero es entendible que por fuerzas mayores no se ha podido realizar y de esta manera se nos estancó la oportunidad de ocupar las salas de preclínica. Hemos visto varios temas que conllevaban la realización de prácticas y considero que en esa parte nos encontramos vacíos de experiencia, de técnica y de perfeccionismo.

Tenía la idea de que podría llenar esa experiencia si iba a pedir en un consultorio dental que me dejen estar como observadora, pero siempre estuvo el miedo de contagiarme y como lo mencione anteriormente, tengo hermanos menores y no quería alterar el bienestar de ellos, considero que fue una idea desaprovechada porque no lo intenté. Otra idea que tuve en tiempo de pandemia fue que quería estudiar otra carrera muy aparte de la actual y era trabajo social. La modalidad virtual me daba esa oportunidad de poder hacerlo porque podía estudiar desde mi casa sin necesidad de salir al campus, pero desafortunadamente desaproveche esa oportunidad.

En el ámbito laboral, luego de un tiempo en el cual ya no sonaban demasiados casos de COVID-19, las personas empezaron a realizar sus actividades regularmente y yo tenía la idea de salir a buscar un trabajo para los fines de semana en los días que me encontraba libre, conseguí trabajo en una papelería esto me ayudo para poder nuevamente relacionarme con las personas obviamente tomando las medidas de bioseguridad necesarias y salir de mi zona de confort porque estar casi 2 años encerrados nos afectó tanto socialmente y sentimentalmente.

Gracias a Dios, no tuve ninguna pérdida de familiares por COVID-19, todos hasta el día de hoy siguen sanos, siguen conmigo y siguen apoyándome en este camino, pero si perdí a amigos, a conocidos, a profesores que me daban clases en la escuela y colegio. Sin duda fue un golpe muy duro, el perder a una persona que compartió tiempo contigo es muy doloroso porque recuerdas todo lo vivido, todo lo aprendido y todo lo compartido.

Actualmente, vivo en la ciudad de Guayaquil, sigo cuidándome porque no me confío tanto en que este virus se controló o que pueda haber más personas contagiadas así se hayan vacunado, sigo cursando el sexto semestre de la carrera de Odontología en modalidad virtual- presencial y estoy alegre de que poco a poco estamos volviendo a las aulas de la Universidad a seguir con nuestros estudios de

manera presencial y a seguir aprendiendo de esta bella carrera.

Trabajar para que no nos falten alimentos en pandemia

Tengo 22 años y soy de la Provincia de Esmeraldas, específicamente del cantón Quinindé; un pueblito que se encuentra ubicado a una hora y media o dos horas de la Provincia en sí, rodeado de un ambiente acogedor, pero con un poco de delincuencia. Mi familia esta integrada por mamá, un hermano menor y mi sobrino, tengo un hermano mayor, pero el vive en un pueblo cerca, vivimos en una zona rural, ahí tenemos una finca que esta como a cuarenta minutos de la carretera principal. Para mi siempre fue complicado el acceso a la educación porque me tocaba salir caminando o en moto cuando encontraba alguien que me saqué, por eso decidí esforzarme para estudiar una carrera Universitaria.

Cuando me toco postular yo quería ser odontóloga, pero cuando estaba en primer semestre me comencé a dar cuenta que es una carrera que genera mucho gasto y mi familia es de escasos recursos económicos, por esa razón cuando termino primer semestre me quise cambiar a medicina. Inicé el trámite y comencé a reunir los papeles, tenía el puntaje que necesitaba y había recolectado todo lo que me pedían, solo me faltaba esperar hasta la noche del viernes 13 para hacer el cambio.

En mi familia habíamos escuchado el caso de una nueva enfermedad; las noticias anunciaban que un paciente se encontraba internado, pero se desconocía la situación. Estaba estudiando con una amiga para los exámenes cuando escuchamos las noticias que una paciente se encontraba en Guayaquil con cerco epidemiológico; nos alarmamos mucho y salimos a la farmacia a comprar medicinas para reforzar el sistema inmune y mascarillas,

pero ya no había nada, se podía identificar largas filas por obtener un medicamento.

Dimos los exámenes y mis planes eran quedarme en Guayaquil para realizar los trámites y cambiarme de carrera, pero no fue así. Recibí una llamada de mi mamá donde me informaba que el país iba a empezar una cuarentena y no habría buses para volver, me toco recoger mis cosas y devolverme a mi pueblo.

El conseguir pasaje fue muy complicado, el miedo y la incertidumbre invadían mi mente. El mundo entero hablaba de una pandemia, jamás había escuchado eso, muchos mensajes comenzaron a circular en redes sociales, donde hablaban de un virus modificado genéticamente para acabar con la población, las personas comenzaron a sentir pánico y no sabían cómo reaccionar.

Viaje de manera imprevista y me quedé encerrada en la finca, esa fue la razón por la que no pude hacer el cambio a medicina. Por otro lado, antes de comenzar a estudiar odontología yo tenía una beca para mis estudios, la pandemia marco mucho mi vida porque como consecuencia el Instituto de fomento al talento Humano desapareció y mi asesor financiero fue despedido, una nueva economista se comunicó conmigo para decirme lo que estaban haciendo, estaban dejando sin beca algunos estudiantes, y que tenía como plazo dos días para presentar unos documentos, no pude conseguirlos y me quedé sin beca. Esos días fueron frustrantes, no sabía cómo haría para seguir estudiando, pues no pude cambiarme a medicina, me quede sin beca y sabía que la odontología es cara.

Al llegar a mi casa mi mamá ordeno quedarnos en la finca y empezar la cuarentena, pasamos encerrados hasta el mes de septiembre. Mi hermano mayor decidió pasar con nosotros la cuarentena, se salía hacer compras y a unos 300 metros antes de llegar a la casa se desinfectaba las fundas con alcohol, los alimentos se lavaban bien, se lavaba las vajillas con agua caliente.

En el mes de mayo del 2020 mi hermano tuvo que salir a retirar unos documentos porque lo expulsaron de su trabajo y contrajo covid, esa semana fue muy complicada, estuvo varios días en cama con una tos muy fea, fiebre y dolor de cabeza, mi mamá, mi hermano menor y mi sobrino también presentaron síntomas y se enfermaron, yo fui a única que no tuvo síntomas y me toco atenderlos a ellos mientras se recuperaban.

Los días fueron pasando, realizábamos actividades en familia como ver películas, jugar futbol y cartas. Los fines de semana solíamos ir a río, en las tardes me gustaba ya que preparan postres o pasteles. Para el día de mi cumpleaños hicimos una pequeña comida con los vecinos y se disfrutó mucho. La Universidad anunció el regreso a clases de forma virtual y aunque teníamos internet la señal era muy mala y me tocaba caminar hasta una choza que mi mamá construyo para conectarme. Recuerdo que en algunas clases se escuchaba cantar los gallos, ladrar a los perros y un día que estaba en anatomía con la Doctora Efigenia todos los animales comenzaron a hacer ruido cuando me tocaba responder una pregunta de forma oral, me sentí super rara, pero las bromas no faltaron y me reí junto a mis compañeros.

El país anunció el fin de la cuarentena y el mundo comenzó a retomar su rumbo, a mi hermano lo recontrataron y daba clases de forma virtual. Por otro lado, mi sobrino ese año no estudió porque el internet no nos abastecía para todos. Empecé tercer semestre y el internet empeoró, hasta tal punto que días enteros no había cobertura, tomé la decisión de salir a recibir clases a la casa del pueblo.

La parte superior de la casa estaba arrendada por unos familiares, por la comida no me preocupaba porque ellos me invitaban todos los días, compartía cuarto con una de sus hijas y todo iba bien. Por otra parte, mi mamá con mi hermano y sobrino se quedaron en la finca y me tocaba ir todos los fines de semana a vender el cacao y comprar los víveres.

Al empezar cuarto semestre decidí asistir a un consultorio odontológicos los sábados para irme involucrando más en la carrera, el doctor me recibió con amabilidad, al principio se me hizo muy complicado por todas las medidas de seguridad que había que seguir, además desconocía los instrumentos. Los dos primeros días fueron decepcionantes, no sabía identificar los materiales, pero el doctor tuvo mucha paciencia conmigo y me explicó para que se usaba el instrumental básico. Así mismo me dio clases de morfología y me preguntó qué quería ser cuando sea profesional para irme motivando y orientándome. A partir del cuarto sábado comenzó a reconocirme algo de dinero por asistir y así fueron transcurriendo los días.

La pandemia afecto económicamente a mi familia, el tiempo que se paso en casa hizo que la planilla de energía eléctrica suba mucho, la producción de cacao solo da por temporadas por lo que el dinero que se cogía solo alcanzaba para comer. Yo con el poco dinero que me reconocía el doctor por asistirlo tenía para comprar mis cosas personales. Cuando la pandemia comenzó, volví de Guayaquil desesperada y deje cosas en el cuarto donde arrendaba, a los días me comuniqué con el señor y me dijo que no había problema que habláramos cuando la pandemia termine. En las elecciones electorales para escoger el rector de la Universidad recién pude viajar y dialogar con el dueño del lugar donde vivía.

La situación se complicó un poco porque el dueño del departamento me cobro todos los meses de pandemia, ya era un año que tenía mis cosas ahí, me toco pagarle y retirar mis cosas. Esos meses me toco trabajar en la finca para pagar la deuda que había hecho, mi mamá se enfermó y me toco ir a cuidarla, esos días recibí clases en la finca, pero fue muy complicado porque la señal era super mala. Con el pasar de los días mejoro su estado de salud y pude retornar al pueblo.

La pandemia nos dejó muy desfinanciados, mi mamá con el dinero que cogía de la finca solo sobrevivía ella con mi hermano menor y mi sobrino, por otra parte, mi hermano

mayor con su sueldo de docente se sustentaba el con sus mascotas. Aunque sabía que me tocaría volver de forma presencial mi único deseo era que aún fuera ese día porque no tenía el dinero para pagar arriendo y comprar el instrumental. En el mes de diciembre del 2022 llego información del Banco Pichincha donde nos manifestaban que mi papá hace 14 años había realizado una deuda y está ascendía a veinte mil dólares, para toda mi familia fue muy preocupante porque la oferta era pagar la cuarta parte dentro de los siguientes 7 días o esperar que el banco remate esa propiedad.

Esos fueron días de mucho estrés, ninguno de mis hermanos quiso hacerse responsable de esa deuda, yo tome la decisión de conseguir el dinero y cancelar los valores pendientes a cambio de que ese terreno pase a mi nombre, el estrés y la preocupación me consumían, trabajé hasta altas horas de la noche para reunir lo de los trámites. No tenía casi ni tiempo de pasar en clases, algunos de mis compañeros tuvieron que cubrirme e incluso ayudarme en los deberes. Fueron tiempos duros, pero logre salir de esa.

En las vacaciones de quinto semestre tuve que viajar al Cuyabeno donde una tía a trabajar para conseguir el dinero para comprar algo de materiales. El trabajo no era duro, lo único que no me gustaba era madrugar. El marido trabaja en compañías y me tocaba levantarme a las 3 am a preparar el desayuno y enviar lonchera. Fueron dos viajes en diferentes ocasiones los que realicé, el segundo fue mucho más matador. Con el dinero de mi trabajo ayude en la casa, le compre la lista de útiles a mis hermanos y compre la lámpara de foto curado, así como también la turbina.

Opté por ver operatoria dental el viernes porque me percaté que era el único horario que implicaba asistir a la universidad un solo día. Me llené de preocupación cuando supe que vería parte de las materias presencial por el motivo económico, pero me tranquilice un poco cuando me matriculé en esta jordana. De hecho, es la única materia que recibo los viernes, escogí así para viajar ese mismo día y retornar a terminar la práctica, dándome así la facilidad

para seguir trabajando en mi pueblo y no pagar arriendo ni comida en Guayaquil.

Educación digitalizada

En relación con la universidad aplicó nuevos métodos y estrategia educativa en reducción de riesgos sobre bioseguridad y de apoyo psicosocial ante la emergencia sanitaria por COVID-19 aumentando la educación virtual para dar continuidad a los procesos formativos universitarios en medio del cumplimiento de las medidas de aislamiento y distanciamiento social, el cual el objetivo principal era de aumentar el nivel de conocimiento y la adquisición de habilidades en los estudiantes de odontología de la Universidad de Guayaquil dentro del hogar de cada individuo que contribuya a la prevención y disminuir o retrasar el brote de la COVID-19 de sus efectos en la salud física y psicoemocional de los estudiantes.

Con respecto a la educación digitalizada lo consideré un proceso lento, dando como resultado perdido de experiencias en prácticas, sobrecarga de tareas, agotamiento por uso de la virtualidad, en ciertas situaciones atravesaba un sentimiento de incompetencia académica, exhausta de no poder con mis tareas, dicho esto; la odontología es una carrera que requiere de mucha praxis, la enseñanza en modalidad virtual no es favorable. En la actualidad la forma de aprender y enseñar necesita repensarse (tomar decisiones detenidamente y hacer de nosotros unos buenos profesionales de la salud).

El principal desafío de la carrera fue posponer la práctica preclínica o clínica entre los mismos estudiantes siendo un componente clave a futuro del vínculo estudiantes-paciente, ninguna sesión virtual va poder suplir, recrear o simular las condiciones reales, por siguiente como en todo lo negativo se observa algo positivo puedo decir que ciertos contenidos prácticos se los encontraba en línea en nuestra

plataforma virtual el cual era de fácil acceso en cualquier lugar.

Dando mi opinión basada en varios artículos, el odontólogo es el más afectado con respecto a los demás profesionales ya que está en contacto con la boca, saliva, sangre y pequeñas gotículas del paciente hacia el ojo, nariz, boca o contacto físico aumenta el riesgo de ser infectado por este virus.

Hubo cambios repentinos relacionados con las oportunidades aprovechadas durante esta cuarentena, una de ellas fue mi experiencia como asistente dental en una clínica odontológica en la ciudad donde resido Jipijapa-Manabí siendo el propietario un familiar cercano. Eso me ayudo a ampliar mis conocimientos y aprender nuevas técnicas, la desventaja durante esta etapa es que se redujeron los ingresos a la atención por lo cual mi aprendizaje no fue óptimo bajo los estándares que me propuse, por las características específicas de los procedimientos ejecutados y la forma de propagación del virus. mi vivencia es por la utilización de la jeringa triple.

Durante la COVID – 19 era indispensable proteger la salud mental, el miedo fue una de las tantas emociones que llegaron a mi pensar por otro lado sobresalía la tristeza, la fatiga en el cual efectúe actividades para una convivencia sana familiar. Mi impacto emocional fue tan grande puesto a que mi mamá enfermó, siendo ella mi único apoyo de manera generalizada, mi fortaleza, sin embargo, el miedo persistía muchas veces, ya que la situación que atravesé fue lo más duro que me tocó vivir en la vida. Empecé a refugiarme en Dios sin rendirme pese a todas las circunstancias que el camino dejó. La cuarentena nos afectó mucho a nivel familiar. Nos causó miedo, peligro, ansiedad, inestabilidad, y muchas veces nos llevó al borde de crisis económicas, ya que la única persona que laboraba era mi mamá.

En la educación, aunque no nos hayamos dado cuenta, aprendimos lo básico. Hoy por hoy puedo decir que las

Universidades no son necesariamente lugares donde se propaga el virus. En otras palabras, en el futuro, en caso de existir otra pandemia, deberían reconsiderar otras medidas de contención antes del cierre de las unidades educativas. El aprendizaje remoto es difícil, no solo para los estudiantes, sino para quienes lo gestionan: maestros, administradores, ministerios y familias. Fue difícil, entre otras cosas, porque no estábamos preparados de las diferentes modalidades, la semipresencial la que actualmente atravesamos es la más compleja, en relación con las versiones totalmente online.

Tuve dos empleos temporales durante la supervivencia del virus que mato a casi 50.000 personas, y que dentro de mi perspectiva, lo más fuerte, era mantener el alquiler en aquella ciudad donde ya no habitaba por el cambio de modalidad.

Trabajé de mesera en atención al cliente y en la caja, fue una maravillosa experiencia porque aprendí a comunicarme, a relacionarme con más personas y vender a los clientes, a usar posnet para tarjetas de crédito y débito, entre otras actividades. Lo único que criticaba era trabajar con 1 solo un día libre (6 días día de trabajo de 5 horas, 1 día libre) aclarando que era temporal no algo estable, y en otros casos que no se pagaran las horas extras.

Opté por estos trabajos, porque quería generar ingresos para mí, no depender tanto de mis padres, era muy temeroso estar mucho tiempo en mi zona de confort, mantenida y sobreprotegida, con muchas inseguridades, fobias, aumento de peso, ahora estoy en un proceso de sanación y recuperación.

Continuando con mi vivencia laboral, lo hacía más por dinero y seamos honestos que quien labora como mesero rara vez lo hace con pasión o como vocación de vida, muchas veces hay que poner cara falsa, sonrisa para hacer que el cliente se sienta especial, es lo mismo que pasa al tratar a un paciente pediátrico y ganarse su confianza desde la primera consulta.

Aprendiendo a vivir sin los seres queridos

Soy de nacionalidad colombiana viví 17 años en Colombia y después emigré a Ecuador para seguir mis estudios superiores, tengo 3 hermanas y 2 hermanos; dos de mis hermanas son médicos, una es especializada en oftalmología, la tercera es odontóloga especialista en ortodoncia, mi hermano es químico farmacéutico y el ultimo está iniciando sus estudios en odontología. Mis hermanos mayores han sido siempre fuente de inspiración y superación para nosotros. Gracias a Dios mis padres nos apoyado tanto emocional como económicamente en lo que decidamos estudiar.

Cuando inicio la pandemia apenas había salido de primer semestre y estaba de vacaciones, iba a trabajar en la clínica dental de mi hermana, pero como inicio la cuarentena tuve que viajar para Colombia, por recomendación de mi neuróloga por mi estado de salud. Como no se tenía conocimiento de la evolución del virus, la neuróloga me recomendó que no salga a trabajar o tener contacto con personas que estén propensas a estar contagiadas porque tenía miedo que se dé un efecto negativo en el tratamiento que estaba llevando a cabo en ese tiempo, por eso no pude trabajar en el consultorio odontológico e hice un viaje directamente a Colombia a casa de mis padres, pues allá teníamos la ventaja de vivir retirados de la ciudad y estar un poco más aislados de los contagios.

En Colombia, en mi región, por estar en el límite con la frontera, entramos en cuarentena obligatoria por varios meses, solo salía una persona hacer mercado o a comprar lo que nos hacía falta, como vivimos fuera de la ciudad teníamos mucho espacio para hacer diferentes actividades, todo ese tiempo nos sirvió para compartir más en familia y conocernos más.

Después iniciaron las clases virtuales fue realmente duro para mi adaptarme a esa modalidad, primero porque en el

lugar donde vivimos no hay una excelente cobertura y era muy inestable la conexión, me estresaba mucho cuando se iba el internet en mitad de clase, ya con el tiempo me fui adaptando poco a poco. Las clases virtuales tuvieron su pro y su contra en su momento, el pro porque podía recibir clases desde mi casa y no gastaba dinero en arriendo o comida en Guayaquil y también que podía estar cerca de mis padres y mi hermano menor y su contra porque no podía realizar prácticas siendo una de las bases fundamentales de la carrera de odontología.

El 2020 fue un año bastante duro porque fue la primera vez que pasamos encerrados por varios meses y no podíamos visitar a mis abuelos o tías, no podíamos reunirnos para celebrar los cumpleaños o días importantes, todo era por llamada o video llamada y cuando nos visitábamos, era con el temor de contagiarnos, por eso evitábamos hacer reuniones familiares.

En el mes de agosto del 2020 nuestra vida dio un giro de 180° y empezó a nacer una nueva ilusión, mi hermana junto con su esposo, nos dieron la noticia de que serían padres por primera vez, era la primera nieta, bisnieta y sobrina de la familia, todos estábamos llenos de mucha felicidad, ilusión e igualmente miedo hace mucho tiempo que no había un bebé en la casa. Para mí fue una de las mejores noticias porque hace muchos años quería una sobrina o un sobrino para poder jugar. Fue un sueño hecho realidad.

Diciembre es para mí la época más bonita e importante del año, porque toda la familia se reúne, comparte amor, alegría, tristeza, recuerdos, anécdotas. Aunque ese año fue diferente porque solo unos pocos estábamos y extrañábamos mucho a los que estaban lejos. Fue un mes duro, pero igual bonito porque todos estábamos vivos y teníamos salud.

Después de un tiempo viajé a Riobamba para cuidar a mi hermana que le faltaban pocos meses para dar a luz, fue una época de mucho aprendizaje y miedo. El 20 de marzo del 2021 fue el nacimiento de mi sobrina, ese día todos

estábamos muy felices y nerviosos al mismo tiempo, gracias a Dios la bebé nació bien y con mucha salud. Fue una de las mejores experiencias que me ha tocado vivir porque he aprendido varias cosas que no tenía conocimiento y también a entender mejor a los niños y tener más paciencia con ellos.

Una de las peores noches que he vivido fue el 25 de diciembre del 2021, cuando todos estábamos cenando entró una llamada al celular de mi padre, cuando escuchamos a mi tía con una voz quebrada diciendo “mi mamá se está muriendo”. Yo salí corriendo hacia la casa de mi tía, mientras iba bajando a su casa le pedía a Dios que no se la lleve. Cuando entre al cuarto mi tía estaba cargando a mi abuela, yo le ayude a mover, mientras le decía “mamita aquí estamos, por favor quédese con nosotros”, ella ya estaba agonizando, en eso entro mi hermana la que es médico junto con mi papá y le revisó el pulso estaban muy bajos, casi que ya no había. La sacaron y se la llevaron al hospital, el médico de turno les había dicho que ya no había nada que hacer por ella, que ya todo era cuestión de tiempo, pues ella tenía cáncer terminal. Pude sentir con su partida lo que es que le desgarran el alma, creo que ninguna persona está preparada para afrontar la muerte. Ahora han pasado 6 meses de su partida y hemos aprendido a vivir sin su presencia, pero la recordamos con mucho amor y alegría por todas sus experiencias compartidas que ahora nos sirven como ejemplo para ser mejores personas. No ha sido fácil, pero ella nos enseñó a seguir adelante siempre.

Meses después me entere que iba ser tía por segunda vez, la esposa de mi hermano estaba embarazada y serían padres por primera vez, nuevamente esa ilusión y esperanza volvió aparecer, el 1 de febrero nació el niño gracias a Dios muy bien. Ahora ellos son nuestros motores y nuestras razones para seguir adelante.

También terminé con éxito mi tratamiento con la neuróloga, después de 5 años de seguimiento, control, cuidado y responsabilidad con los medicamentos, ahora tengo que acudir periódicamente cada año hacerme un

chequeo rutinario con ella. Ahora llevo una vida normal como las demás personas.

Esa fue mi vida en estos dos años de pandemia no han sido fáciles, fueron bastantes difíciles, dolorosos, pero también felices gracias a Dios tenemos ahora dos bendiciones que nos hacen reír, soñar, llorar, amar. Para lo que falta terminar el año, espero poder adquirir todos los conocimientos necesarios para hacer las prácticas en los siguientes semestres y así poder desempeñarme bien en un futuro con mi profesión.

Mi experiencia de aprendizaje durante la pandemia

El 29 de febrero del 2020 anunciaron el cierre de todos los lugares por motivo de COVID-19. Estábamos en ese entonces en vacaciones del periodo lectivo culminado, durante esas vacaciones decidimos con mi familia salir de viaje a Baños de agua santa cuando llegamos todos los lugares parecían estar en normal funcionamiento y al paso de dos horas de llegar a nuestro destino se anuncia que todo se cerrara por el motivo ya mencionado.

Cuando empezó la pandemia tuve muchas dudas en mi cabeza sobre cómo sería la educación y si podría o no seguir, me molestaba un poco que haya pasado esto cuando todo parecía estar muy bien con mi carrera. no ha sido nada fácil estudiar y trabajar al mismo tiempo, muchas veces estuve a punto de renunciar, pero siempre alguien me decía: “Adelante tú puedes”. Así que aquí estoy, en mi 6 semestre de la carrera, tratando de dar lo mejor de mí.

En cuanto a mi experiencia en educación en pandemia, se podría decir que fue subjetivamente una nueva forma de aprendizaje, debido a que nunca había estudiado online. Al principio fue un reto, pero después me fui acoplando. Cabe destacar que la universidad tiene una buena manera de enseñar, pues buscan como hacernos sentir cómodos, en resumen, se tuvo una gran experiencia con el nuevo sistema de aprendizaje.

El motivo de la pandemia si afecto mucho en la práctica preclínica, algunos compañeros pudieron hacer sus prácticas en el tiempo que se empezó a dar aperturas a distintas funciones dentro de eso las clínicas odontológicas, pero otros que no tuvimos la oportunidad de hacerlo por diferentes motivos hasta el momento de volver a nuestras clases presenciales.

Durante el tiempo de pandemia viví muchas emociones buenas y también tristes. Una de las emociones buenas es lo feliz que me siento por ver a alguien de mi familia quien fue mi hermano, formarse profesionalmente cumpliendo su meta universitaria, y meses después, también de camino llegó mi sobrino que fue algo maravilloso en nuestra familia, una bendición de Dios que embarró de alegrías nuestras vidas.

Uno de mis momentos tristes y complicado durante el tiempo de pandemia fue verle enfermarse a mi mamá paso semanas internada por una complicación con su diabetes, esos días fueron tan cansados, difíciles, pero con mucha fé que se podría mejor y sí, ella ahora se encuentra en casa, cuidándose porque es el pilar de esta familia nuestra felicidad al igual de mi padre.

En lo que respecta al vínculo con nuestros amigos son relaciones voluntarias y recíprocas que mantenemos en el tiempo y que conlleva a la aceptación, sinceridad, confianza y lealtad.

Este virus y los cambios sociales resultantes son nuevos para casi todos y este evento estuvo uniendo o separando a las personas de maneras que no he visto.

Vivimos una constante contención, limitados a normas y reglas que nos cargaron de frustración por lo que sentimos que perdimos la posibilidad de vivir momentos únicos, situaciones propias de esa etapa como los cumpleaños, campeonatos, rituales del primer día de clases, festejos de graduación, y muchas más, nos vimos imposibilitados de realizar distintas actividades, esto nos impactó de manera

muy diferente en la realidad. Tenemos una noción muy distinta a la de los adultos, percibimos el tiempo como algo no constante. Por momentos podemos sentir que todo avanza muy rápido y por momentos nos resultara eterno.

La pandemia impuso en nuestras vidas a pasar menos tiempo con nuestros amigos; compartir más tiempo en un núcleo familiar; pérdida de familiares; transformación de la experiencia social en una experiencia virtual y la dificultad de continuar con sus trayectos educativas de forma presencial.

Hoy más que nunca es importante desarrollar todos los valores prosociales como es la empatía, la compasión, generosidad, bondad, gratitud, humanidad, la obediencia y la cooperación.

El coronavirus para todo el mundo ha sido una experiencia bastante compleja y se ha hecho necesario apoyar a la familia en esta convivencia intensa, por lo general, el estar encerrados se nos hizo difícil porque se presentó elementos negativos como el miedo y la ansiedad. En mi familia fuimos muy organizados e implementamos rutinas con horarios estables ayudándonos de esta manera. Por otro lado, también se ha podido gozar de compartir más tiempo en familia logrando conocerlos mejor y estableciendo vínculos más fuertes. Para algunos a sido una experiencia enriquecedora a pesar de que fue una situación larga y llena de miedo, temor y angustia.

En lo educativo podría decir que la manera por la que debimos optar que fue vía online nos afectó mucho, nuestra carrera a mi opinión de sumamente práctico y fuimos afectados estando dos años tras una computadora la cual no nos favorecía para aprender por que en lo personal por el motivo de pandemia y como las clases se presentaron online tuve que optar por trabajar y estudiar al mismo tiempo y con mis horarios que tenía mucho tiempo se me complicó centrarme en lo que importaba que es mi aprendizaje.

La pandemia llegó de manera inesperada. Afectó la vida a la que ya estábamos acostumbrados. Ha sido una enfermedad mortal y una prueba que ha cambiado el mundo. Cada uno tuvo aprendizajes y también arrepentimientos, pero sin duda esto llegó a ser una crisis mundial y aun así hay experiencias que han valido la pena

Desgaste emocional

Tengo 21 años, soy de la provincia de Loja, hija única. Estudio odontología en la Universidad de Guayaquil, me gusta la carrera que escogí, sin embargo, siento que me falta mucho por aprender.

Después de varios intentos por ingresar a la universidad, tuve la oportunidad de estudiar en Guayaquil, al inicio no me gustaba la idea de venir, me parecía un sitio peligroso y caluroso, Loja se caracteriza por un clima frío, y el hecho de vivir sola también me asustaba, cabe recalcar que en esta ciudad no tengo familiares, hasta que finalmente me decidí porque estaba perdiendo mucho tiempo, y estaba dispuesta a aceptar lo que venga.

Llegó el momento de viajar a Guayaquil por el mes de noviembre del 2019, aquel mes iniciaba el preuniversitario, mi madre me acompañó durante una semana hasta tomar un poco de seguridad y estabilidad. Tenía clases en la facultad de filosofía, tuve la cátedra de matemáticas, lenguaje y literatura y morfofisiología, fue bonito durante esos cinco meses, todo el miedo que me habían infundido acerca de esta ciudad había desaparecido, si alguien quiere una reseña de Guayaquil pues yo daría mis mejores referencias, aunque las noticias digan todo lo contrario, hasta el día de hoy no me ha ido mal, he conocido gente maravillosa que sin conocerme me brindaron la mano cuando más lo necesité.

Por el mes de marzo se terminó el preuniversitario, afortunadamente aprobé el curso, y por esa fecha ya estaba la novedad que una persona de sexo femenino de la provincia de los Ríos estaba contagiada de Covid 19, las

personas entraron en pánico, rápidamente se comenzó a propagar el virus, precisamente el día que debía rendir mi último examen del curso ya habían personas con mascarilla, por la tarde fui a la farmacia a comprar gel y no había y en las pocas farmacias que tenían el producto se tenía que hacer filas enormes. Con mis compañeros nos despedimos con la ilusión de volvernos a ver en quince días, porque luego de ese tiempo nos iban a entregar los certificados de haber aprobado el curso y luego planificar para entrar a primer semestre. No me imaginé que el virus iba a causar todo este cambio, había 13 casos hasta ese momento, hablé con mi mamá y quedamos en que debía ir a mi ciudad luego de terminar el último examen, no tenía nada que hacer en Guayaquil, dejé todas mis pertenencias en la habitación que arrendaba. Estando allá en Loja se comenzó a propagar el virus en un nivel máximo, me arrepentí de no llevar mi laptop, días después cerraron las vías.

En el tiempo de cuarentena que propuso el gobierno nosotros pasamos maravilloso, ayudamos a mi abuelito con sus animales, su sembríos, entre otras actividades, estaba contento que estemos acompañándolo, puedo decir que no pasamos hambre, diría con certeza que la ventaja de campo es que produce todo lo que le siembres, agradecida con nuestra naturaleza, pero no puedo decir lo mismo de mis tíos de Quito, los que viven en el extranjero, ellos realmente la pasaron muy mal, justo en el momento del auge del virus una tía, que es madre soltera se contagió, fue muy difícil, le ayudaron a cuidar a su hijo pero pasó sola, fue muy triste, parecía que se iba a morir, el virus le había afectado al olfato, gusto y lo más grave el sistema nervioso. Gracias a Dios se recuperó, pero las secuelas quedan hasta el día de hoy.

Llegó el momento de retomar a la ciudad, y fue muy difícil, nosotros no estábamos acostumbrados a la mascarilla, porque donde estábamos no era necesario, las casas quedan muy lejos, entonces se podía caminar y respirar tranquilamente. El miedo se apoderaba de nosotros, mi mamá trabaja en un área muy riesgosa, les tocó tomar medidas drásticas como utilizar trajes anti fluidos,

máscaras faciales y doble mascarilla y aparte de eso no se podía trabajar con normalidad, solo los casos de emergencia dental se podían atender. Para ir a comprar los productos básicos, era un tormento, se tenía que hacer grandes filas, todo estaba caro y no había dinero que aguante. Enfermarse en aquella época era el verdadero calvario.

Mientras tanto con la universidad, se suponía que debíamos entrar los primeros días del mes de abril, era mayo y no se sabía nada. Hasta que por fin llegó un comunicado, las clases iban a ser virtuales, por aquellos días fue como un respiro porque estaba con la incertidumbre de cómo iba a ser, y exponerse en ese momento era muy peligroso.

Acoplarme a lo virtual no fue difícil, pero para mis maestros sí, muchos de ellos no dominaban la tecnología, había días que no se podía conectar porque nos les salía la opción, considero que la pasaron super mal, y quizá muchos de ellos sus hijos era quienes los ayudaban. Con respecto a nosotros, el internet a veces no era bueno, no se escuchaba o justo en exámenes se iba el internet.

Con respecto a las prácticas estaba tranquila porque el primer año de mi carrera la gran parte es teoría, entonces me dije a mi misma no está mal, pero fue pasando el tiempo y seguíamos virtual, ahí fue cuando me preocupé, actualmente estoy a la mitad de la carrera y ni siquiera conozco bien la facultad.

La virtualidad en lo personal me afectó mucho con el pasar del tiempo, cuando inicié el primer semestre fui super motivada, pasé al siguiente semestre, bajé un poquito la revolución, tenía mucha tarea, pasaba la mayor parte en el cuarto frente a al computador, dormía muy tarde, en aquel momento pensé que era algo pasajero por la universidad. A comienzos de año, todo iba empezando bien, hasta que a finales del mes de enero me dio gripe, no tenía ganas de comer, quería pasar durmiendo y presenté fiebre, días más tarde ya me estaba poniendo mejor hasta que me dio una infección de vías urinarias, fui al médico y me dio el

medicamento, pero no me sané como yo creía, el curarme fue un gran proceso que tomó más de tres meses, cada día me iba sintiendo peor, el semestre se me estaba volviendo una pesadilla juntamente con mi enfermedad. Gasté mucho dinero, no hubo poder humano que me sanará, me afectó al sistema nervioso, y por último caí en depresión, pensaba que nunca me iba a curar, me sentía tan vacía, se puede decir que ha sido la mitad del año más difícil de mi existencia, tomé terapia con un psicólogo y así fue como me fui recuperando, eso no quiere decir que ahora esté al 100% pero cada día me voy sintiendo mejor, con ganas de volver retomar todo lo que había dejado. Actualmente soy consciente de cuán importante es la salud emocional y que debemos ser empáticos con esta sociedad tan rota. El encierro ha afectado mucho a nuestra gente, en mi ciudad los últimos meses ha habido suicidios de personas jóvenes que se creía que tienen un futuro maravilloso por explorar. Necesitamos recuperar nuestra humanidad.

Y volviendo con el tema de la universidad considero que ya es momento de volver a lo presencial, las escuelas, colegios, iglesias han vuelto y no puedo creer que nuestra universidad aun no. Es un poco frustrante. Ahora se suponía que debía tener dos materiales presenciales y las demás virtuales, pero la semana pasada nos dijeron que es posible que la materia de oclusión se vuelva virtual porque la mayoría de la cátedra es teoría, esto quiere decir que estoy aquí en Guayaquil solo por una materia, la verdad ya no quiero pasar encerrada y más aún en una ciudad donde no tengo ni un familiar con quién compartir.

Como ya había mencionado la mayor parte paso encerrada en la habitación que arrendé, es un desgaste pasar horas en la computadora viendo videos acerca de mi carrera en vez de estar practicando en la preclínicas, o pudiendo volver a las aulas, hay estudiantes que se niegan a volver a clases presenciales, pero si van a fiestas y a otros eventos, no los entiendo, pero bueno toca acoplarse, deseo y aspiro que el próximo semestre ya tengamos todas las materias presenciales.

Con respecto a mi experiencia con un consultorio dental, gracias al jefe de mi mamá he podido practicar haciendo cavidades con la turbina, también he sido asistente del doctor, nunca he practicado directamente con pacientes, pero he tenido la oportunidad de observar cómo se realizan los procedimientos y también me va explicando cuando existen casos peculiares. De igual manera me va tomando la lección con ciertos temas que ya debo dominar. Debo agradecer a la vida por la oportunidad que me brindan en aquel lugar, no todos tienen la misma suerte que la mía.

Reuniones familiares, ¡imposible!

Nací en Quito-Ecuador el 9 de marzo del 2001, actualmente tengo 21 años. Somos 3 hermanos de las cuales yo soy la menor. Me gradué como bachiller en el 2018, después rendí el examen del Senecyt y con mucha dedicación logré obtener un puntaje de 950 puntos y tuve la oportunidad de postular en la carrera de odontología en la cual obtuve un cupo.

En el 2019 empecé mis estudios universitarios en la Universidad de Guayaquil en la facultad Piloto de Odontología, con mucho entusiasmo logré aprobar el preuniversitario y así poder ingresar a primer semestre el cual se desarrolló con total normalidad, fue un semestre muy agradable donde pude obtener mis primeros conocimientos referentes a la odontología, cuando iba empezar mi segundo semestre universitario ocurre un acontecimiento que afecto a la población mundial la aparición de la epidemia del Covid-19 o científicamente conocido como SARS-CoV2. En el Ecuador empezó afectar este virus aproximadamente a inicios del 2020, entre febrero y marzo se detectó los primeros casos de contagio de coronavirus en el país, desde ese momento mi vida dio un cambio radical ya que tuve que implementar nuevas medidas de bioseguridad para evitar contagiarme entre esas medidas se implementó el uso de la mascarilla como medida principal y otras medidas como el uso gel antibacterial, alcohol y también el lavado de manos con

mayor frecuencia, además que también se incrementó el distanciamiento social.

En mi vida personal la epidemia del covid-19 me afectó en muchos aspectos uno de los más importantes fue en el ámbito familiar, mi hermano en ese tiempo trabajaba en el Oriente en la ciudad del Coca en una empresa llama Schlumberger en la cual trabajando se contagió de coronavirus tuvo que estar aislado para evitar que contagiara a sus compañeros de trabajo y a su familia, lo importante es que después de unos días fue mejorando y pudo recuperarse, poco tiempo después este virus se propagó en mi casa contagiándose mi mamá, mi hermana y yo, de las tres a quien más le afectó fue a mi mamá ya que los síntomas le duraron casi 20 días y le afectó bastante los pulmones e incluso se le dificultaba respirar con normalidad, en mi caso los síntomas fueron leves entre ellos un poco de tos seca y fiebre pero a partir del cuarto día ya me sentí mucho mejor, después de una semana ya estaba completamente sana. Económicamente también nos afectó debido a que mi hermano perdió su trabajo y los ingresos de la casa ya fueron menores, pero siempre estuvimos unidos como familia apoyándonos mutuamente, yo empecé a vender ciertos artículos por internet con la finalidad de aportar económicamente en mi familia.

En el ámbito social la epidemia afectó a la población mundial, y en mi experiencia personal tuve que distanciarme de familiares y amigos a los cuales miraba por videollamadas o me comunicaba con ellos por redes sociales, las cenas familiares durante la pandemia ya no eran posibles, todos teníamos un poco de temor salir de nuestras casas ya que existía la posibilidad de contagiarnos. La navidad y el fin de año en el 2020 fue un poco triste y solitario ya que no pudimos compartir con nuestros demás familiares como acostumbrábamos a hacer cada año, pero al mismo tiempo felices de poder estar con vida y salud una navidad más, aunque estuviéramos alejados estábamos bien y eso es lo más importante porque sabíamos que un día nos íbamos a volver a reencontrar y compartiríamos en familia otra vez.

En cuanto a las experiencias familiares las circunstancias nos enseñaron a ser más unidos como familia a valorar cada día de vida y cada momento que compartimos en familia, durante la pandemia se escuchaba tantas muertes y personas que perdían a sus seres queridos que nos llenaba de temor y angustia pensar que podíamos perder un miembro de nuestra familia, en mi opinión creo que el covid-19 nos dejó una gran lección de vida y es el apreciar, valorar y amar a nuestra familia.

Por otra parte la epidemia de SARS-CoV2 no solo nos afectó en el ámbito familiar sino que también en la educación, durante la pandemia varias escuelas, colegios y universidades dejaron de asistir a clases presenciales y se acogieron a la modalidad virtual, la Universidad de Guayaquil al igual que las demás universidades empezó a impartir las clases de forma online, la cual fue una gran opción para continuar con nuestros estudios y no atrasarnos ya que fueron dos años de pandemia, pero no todo es positivo en mi caso yo estudio odontología y es una carrera donde la teoría debe ir acompañada de la práctica para poder tener un buen aprendizaje, el estudiar de manera virtual afecto demasiado a mi desarrollo como futura odontóloga ya que no he aprendido mucho de en esta modalidad virtual, la práctica es fundamental en odontología y el no haber tenido materias prácticas de forma presencial como lo es operatoria dental quedan dudas y no se genera el aprendizaje correctamente ya que al ver solo teoría y no ponerlo en práctica va ser más complicado de entender un tema en específico. En mi experiencia la modalidad virtual en ciertas ocasiones me perjudicó ya que a veces se me iba la luz o tenía inconvenientes con el internet el cual me impedía recibir mis clases con normalidad, e incluso una vez se me fue la luz durante una lección y desafortunadamente debido a ese inconveniente saque una baja calificación, entre otros problemas o situaciones que se suele ocurrir en la modalidad virtual.

Durante la pandemia tuve la oportunidad de visitar un consultorio odontológico en cinco ocasiones y poder

aprender un poquito sobre odontología el doctor me permitió observar cómo se realizaba ciertos tratamientos odontológicos entre ellos profilaxis, extracciones dentales, restauraciones, blanqueamientos dental y en una ocasión me enseñó cómo se realizaba una carilla dental, no pude seguir asistiendo al consultorio debido a que el horario de mis clases virtuales tenía unas asignaturas en la mañana y las demás en la tarde entonces me limitaba el tiempo, pero creo que pude aprovechar de mejor manera los dos años de pandemia, debí haber asistido al consultorio con mayor frecuencia.

En una ocasión tuve la oportunidad de poder asistir a un taller que impartieron en la Facultad Piloto de odontología en donde indicaron los pasos para realizar una profilaxis correctamente y fue una experiencia agradable.

En la pandemia también aproveché mi tiempo viendo videos tutoriales de doctores en la cual explicaban el paso a paso de cómo se realizaba una preparación cavitaria, como realizar el aislamiento absoluto, los diferentes tipos de restauraciones, entre otros temas importantes, además también ingresé a ciertos cursos online gratuitos donde impartían clases de temas odontológicos.

Los dos años de pandemia fueron realmente difíciles, en mi opinión nos afectó demasiado a toda la población mundial, a mí en lo personal como estudiante de odontología me afectó demasiado en mi aprendizaje ya que no recibí preclínicas durante todo ese tiempo.

Después de dos años estamos tratando de volver a la normalidad, otra vez estamos recibiendo clases presenciales en ciertas materias como por ejemplo operatoria dental y odontopediatría, las preclínicas son fundamentales para los estudiantes de odontología ya que a través de la práctica generamos nuevos conocimientos y mejoramos nuestras habilidades para que en un futuro podamos llegar a ser excelentes profesionales.

El regresar a la Facultad Piloto de Odontología me llena de entusiasmo y de ganas de aprender, en todo este tiempo aprendí a ser más responsable y disciplinada, enfocada en querer lograr mis sueños, un día poder ser una gran odontóloga y poder brindar un buen ser.

Lo “nuevo” en odontología y la virtualidad

Nací el 7 de julio en el 2000 en Quito, Ecuador, donde viví hasta que fui a la universidad en otra provincia. Soy la primera hija ya que tengo otra hermana menor. Mi padre es un auxiliar de enfermería que trabaja en Hospital Pablo Arturo Suarez. Mi madre, es enfermera registrada, que trabajaba en una institución del ministerio de salud.

En lo académico no fui ni sobresaliente ni mala en la escuela, pero tengo otras habilidades como tejer, bordar, manualidades y para dibujar. He hecho algunos emprendimientos en el colegio como vender muñequitas tejidas a mano, también he vendido chocolates hechos en casa y sándwiches.

Viví en la ciudad como foránea aproximadamente un 1 año ya que a finales de 2019 broto una enfermedad llamada Covid-19 en China, pero esta llegó al país en marzo del 2020, y todo se descontroló, pero tuve tanta suerte que justo en ese momento estaba pasando las vacaciones en mi casa, por lo que cuando nos pusieron en cuarentena no estaba sola, sino en familia.

En tiempo todos estaban asustados por que todo se cerró y nos pusieron en cuarentena, mi familia y yo no pasamos tan mal la cuarentena ya que nosotros tenemos terreno y allí sembramos nuestros alimentos, pero mis familiares que viven de la venta de hortalizas si estaban preocupadas porque sus hortalizas se iban a dañar, a lo que mi mamá les dio la idea que coloquen un mini puesto fuera de sus casas y les fue súper bien ya que vendieron todos sus productos.

Pero no todo fue felicidad ya que mis padres como y trabajan en la salud les toco trabajar en el área de Covid-19

por lo que decidieron vivir en la primera planta de nuestra casa para no contagiarnos, pero lo bueno que no se contagiaron.

Claro que estaba preocupada de que iban a pasar con mis estudios en plena pandemia, tenía miedo de que me retrasara, pero después de eso vino la educación virtual, la cual fue una salvación, no podía creer que estaba recibiendo clases desde la comodidad de mi casa.

Claro que no todo fue fabuloso ya que como era algo nuevo lo de la educación virtual, porque con ella solo se repartía las cátedras solo-teóricas, y perdimos las prácticas como la de tomar radiografías y morfología dentales para desarrollar motricidad en las manos.

Como quería saber cómo funcionaba un consultorio dental, mi mamá habló con su hospital para que vaya como vidente al área de odontología, allí me di cuenta que los odontólogos trabajan por tiempos, y para cada paciente tiene 20 minutos, también tuve la suerte de ver como se le así una cirugía de frenillo a muchos bebés ya que en ese hospital era Gineco-Obstetra, y vi cómo era la atención odontológica en mujeres embarazadas.

En esos 15 días que estaba en el área de odontología, aprendí como esterilizaban los materiales odontológicos cual era el protocolo de bioseguridad que se implementaba, se comenzaba por un triage que consistía en preguntas para saber si no estuvo con ninguna persona con Covid-19, después se le tomaba la temperatura y los signos vitales lo cual no era difícil porque las propias máquinas se encargaban de eso, noté que ahora el odontólogo debía de utilizar un mandil de protección, un visor y un gorro de protección, antes de la pandemia no se utilizaba ese tipo de bioseguridad.

En este momento sigo estudiando de manera virtual por disposición de las autoridades de la Universidad por lo que aún no regreso a vivir en la ciudad donde está la universidad ya que solo tengo una materia presencial, por lo cual he

decido solo viajar. Hago un viaje de 8 horas para llegar a la U, es cansado, pero aun así lo hago para poder seguir viviendo en mi casa con mi familia, aparte no todo es malo porque también conozco muchos lugares y veo hermosos paisajes.

En estos dos años de pandemia las cosas en el país no están buenas, por lo que en la ciudad en donde está ubicada mi universidad está súper peligrosa, tanto así que fue puesta como una de las 50 ciudades más peligrosas del mundo.

Enfrentando la pandemia en la carrera de odontología

Nací el 8 de noviembre del 2000 en la Provincia Bolívar cantón Guaranda. Mi padre se llama Aaron Flores y mi madre Sofía Noboa, somos tres hijos una hermana la cual se llama Carolina Goyes que es la mayor, y los dos Félix y yo Antonio que somos los menores.

Los estudios primarios lo realicé en la escuela Luis Aurelio González. Luego ingresé al colegio Pedro Carbo. Actualmente estudio en la Universidad Estatal de Guayaquil en la carrera de Odontología.

De manera presencial aprobé nivelación y el primer, segundo, tercer y cuarto semestre de manera virtual y el quinto semestre la cual estoy cursando actualmente de manera presencial algunas materias y otras virtual, que se hace llamar un semestre híbrido.

Yo soy alto y delgado, mi cabello es ondulado, corto y de color castaño, mis ojos son de color café claro, mi piel es un poco blanca, mi nariz es cóncava, mis labios son de un tamaño normal.

Me gusta el deporte como el fútbol, vóley y frontón, los cuales disfruto mucho al practicarlo, no me gusta mucho el calor, pero me tuve que acostumbrar a la costa por mis estudios ya que mi piel es sensible y se requema fácilmente.

Me gustan los animales en especial los perritos, es más tengo uno en Guaranda que se llama Nicolas y lo extraño demasiado porque él dormía conmigo; me encantan las alitas barbecue, encebollado, la pechuga de pollo apanada y la mayoría de los platos de comida que prepara mi mamá en casa. Mi fruta favorita es el limón, óbitos, mango, fresas y el plátano.

Soy una persona muy amigable, honesta, responsable y respetuosa, pero mi carácter es un poco fuerte, aunque lo controlo muy bien cuando quiero, cuando no, no hay nadie quien lo logre, soy muy sensible, y disfruto cada etapa de mi vida ya que pienso que para todo hay una edad y un tiempo adecuado. En ocasiones soy un poco infantil pero no me importa pues se dice que nunca debemos dejar morir el niño que llevamos dentro; a veces me pierdo en mi mundo porque me encanta imaginar mi vida diferente o a futuro, algunas veces me salgo de la realidad, pero ya que soñar no cuesta nada pues me encanta, además de que no pierdo la esperanza de que algún día pueda cumplir todas mis metas y una de ellas es ser un buen odontólogo.

No me gusta viajar mucho por lo que me gusta convivir con mi familia y mis amigos pues son lo más importante que tengo en la vida.

La relación con mis padres y hermanos es muy buena siempre les cuento todo, sobre todo a mi madre que es como una amiga ya que le tengo mucha confianza, mi padre es policía jubilado, tiene una finca en San Luis de Pambil, por lo que pasa la mayoría de su tiempo allá, mi hermana es Laboratorista Clínica de igual manera siempre me ayuda en los momentos difíciles, y en cualquier inquietud que yo tenga, tengo a mi hermano, somos gemelos, con él nos llevamos bien aunque siento algo de nostalgia porque estamos separados, él está en la Escuela Superior de la Policía y siempre estamos en contacto por medio de las redes sociales.

Antes que empiece la pandemia mis padres se fueron a pasar las vacaciones a la finca y solo podíamos

comunicarnos por llamadas, ya que donde ellos estaban había solo un punto específico para poder realizarlo, estábamos muy preocupados porque pasaron varios meses sin poderlos ver, mi madre tuvo una caída y se fracturó el pie. No nos dejaban pasar para poder ir a verle, pasaron varios meses y un día preparamos unas maletas, armamos un viaje, madrugamos y nos arriesgamos, al fin les pudimos ver a nuestros padres y pasamos algunos días con ellos y luego regresamos a nuestra casa por las clases. La ciudad era desolada parecía el fin del mundo, a las seis de la tarde sonaba una sirena y los policías pasaban recorriendo las calles que ninguna persona civil se encontraba afuera de sus casas.

Por una parte, nos ahorramos económicamente ya que como soy de lejos tenía arrendado un departamento, por la pandemia logramos que nos bajen el arriendo y después de un tiempo ya lo desocupamos.

La pandemia nos afectó en diferentes aspectos tanto emocionalmente como económicamente, hemos perdido familiares, amigos y conocidos debido a este COVID-19 que nos dejó a muchas familias marcadas para toda la vida, en mi familia fallecieron mis tíos, a los cuales aprecie mucho y los extraño bastante, no pudimos ni siquiera darles el último adiós.

La pandemia evidenció brechas estructurales y carencias del sistema de salud, en lo que respecta a las personas, hubo y sigue habiendo manifestaciones emocionales como angustia, desconfianza, ansiedad, temor al contagio, enojo, irritabilidad, sensación de indefensión frente a la incertidumbre e impotencia de ver las noticias y de no poder hacer nada cuando nuestros familiares estaban contaminados y hospitalizados. También han surgido expresiones de discriminación y estigma frente a las personas diagnosticadas con COVID-19, dado que es una enfermedad transmisible, nueva y desconocida.

La pandemia afecta a todos, pero no por igual. Las consecuencias son diferenciales según las condiciones de

vulnerabilidad individual y social, y también de acuerdo con las capacidades personales e institucionales para afrontarla de manera eficaz.

Así mismo es diferente para las personas los cambios en la vida cotidiana derivados de la pandemia, puede decirse que para algunos el aislamiento o el trabajo en el hogar puede ser un beneficio, mientras que para otros puede configurar una mayor fuente de angustia, malestar y ansiedad.

De igual manera, la significación y percepción del tiempo para el individuo y para las instituciones no son iguales, pues son procesos que implican diferentes registros.

Desde el punto de vista social, tanto las personas, como las instituciones, intentan enfrentar la pandemia y sus incertidumbres con los recursos conocidos y habituales, para seguir viviendo en una normalidad que hoy ya cambió.

Cuando esto ocurrió, aumentó la angustia y el estrés, y otros aspectos psicológicos desadaptativos, y se incrementaron las vulnerabilidades socioeconómicas preexistentes y nuevas, como la baja de ingresos, aumento del hambre y el desempleo. En este sentido es importante que las modalidades de afrontamiento individual e institucional reconozcan la realidad tal cual es, de lo contrario, producen una profundización de las vulnerabilidades y, en consecuencia, del riesgo.

En el ámbito educativo, gran parte de las medidas que los países de la región han adoptado ante la crisis se relacionaron con la suspensión de las clases presenciales en todos los niveles, lo que ha dado origen a tres campos de acción principal:

El despliegue de modalidades de aprendizaje a distancia, mediante la utilización de una diversidad de formatos y plataformas con o sin uso de tecnología.

El apoyo y la movilización del personal y las comunidades educativas, y la atención a la salud y el bienestar integral de las y los estudiantes.

En mi caso se tomó medidas de aprendizaje a través de plataformas virtuales he aprendido bastante pero mi carrera es más práctica por lo que cuando empezaron a vacunarnos se reactivaron la mayoría de los consultorios, almacenes, instituciones públicas y privadas y ahí tuve la oportunidad de asistir algunas veces a un consultorio dental para orientarme con los instrumentos y algunas actividades más.

La educación virtual pudo ser de más fácil aplicación y no se hubiese necesitado la implementación de un sistema de realidad virtual. Sin embargo, estos desafíos resultaron complejos cuando los procesos formativos estaban relacionados con especialidades vinculadas a la parte preclínica de la carrera, donde un acercamiento virtual relacionado al campo semiológico, restaurador, rehabilitador o quirúrgico, resulta insuficiente para el desarrollo de competencias conceptuales, procedimentales y actitudinales de todos los que estudiamos Odontología y en si carreras de salud u otras.

La afectación en la preclínica nos ha golpeado duro de igual manera en el semestre anterior aproveché haciendo algunas preclínicas, ya que hemos perdido muchas horas de práctica y no es lo mismo presencial que virtualmente. Espero y aspiro en este semestre poder aprender mucho ya que todos los conocimientos que he adquirido hasta el momento tenemos que ya ponerlos en práctica.

Ahora que ya estamos en algunas materias de forma presencial como es la materia de operatoria dental y oclusión de trastornos temporomandibulares, las practicas son el fundamento principal en mi carrera siendo la base fundamental. Debo aprovechar al máximo a mi docente.

Para terminar, puedo decir que me alegro muchísimo poder estar con mis compañeros ya que ellos también son un pilar

fundamental para salir adelante, la compañía y buenas amistades nos alegran la vida en momentos malos y difíciles.

Odontología en tiempos de crisis

Mi nombre es Rosa García Mamaní, nací el 10 de Julio de 2000, en la ciudad de Santo Domingo de los Tsáchilas, ciudad en la que resido junto a mi familia, tengo 22 años. Estudié en el Colegio “Víctor Emilio Estrada” donde me gradué obteniendo el título de Bachiller Técnico en Servicios Contables.

El nombre de mi madre es Consuelo Mamaní, y tengo dos hermanos mayores, José que tiene 30 años y Byron que tiene 27 años, y no tengo hermanas, también tengo dos lindas perritas que siempre me transmiten mucha alegría, sus nombres son Sasha y Jadhe. Actualmente, estoy cursando la carrera de Odontología, en la Facultad Piloto de Odontología en mi hermosa Alma Máter la Universidad de Guayaquil.

Recuerdo que terminaba el primer semestre de la carrera, y empezaban las vacaciones y tristemente ya se escuchaban los primeros casos de Covid-19 en ciertas ciudades del País, yo viaje a Santo Domingo inmediatamente para reunirme con mi familia después de casi 5 meses de solo vernos por videollamadas. Los primeros días del inicio de la pandemia en el Barrio donde vivo con mi familia se vivían como días normales, mis vecinos realizaban fiestas, reuniones, bautizos, y no cumplían las normas de distanciamiento social, luego más o menos pasaron dos meses, donde ya comenzaban a aumentar los casos en el territorio nacional y en ese entonces, el Presidente Lenin Moreno declaró un estado de excepción para evitar la transmisión del Coronavirus, las medidas constaban del cierre de los servicios públicos, menos los hospitales, mercados y supermercados, también la medida del toque de queda para vehículos y personas, recuerdo que para ir a hacer las compras de la despensa debía salir solo un integrante de la

familia, según el último dígito de la cédula que le correspondía salir, y en mi casa por seguridad siempre salía mi hermano José ya que mi otro hermano Byron se encontraba en Manabí, donde tuvo que permanecer mucho tiempo, porque como medida de seguridad no estaba permitido el transporte interprovincial en el país.

En lo correspondiente a mis estudios, yo iba a segundo semestre y recuerdo que las matrículas se aplazaban cada vez y se publicaba una nueva fecha y así mismo pasaba con el inicio de clases, hasta que un día ya nos comunicaron, por medio de las redes sociales de la Universidad y publicaron la fecha oficial para las matrículas e inicio de clases en modalidad virtual, y las materias que curse en ese semestre fueron: Anatomía de sistema estomatognático, Histología y Embriología del sistema estomatognático, Microbiología, Morfología bucal, Metodología de la investigación y Computación II. Y, en un principio fue un poco complicado la modalidad virtual tanto para estudiantes, como para los profesores hasta aprender cómo manejar la plataforma de Zoom y Moodle, en el caso de los docentes llevar un correcto registro de la asistencia en el SIUG, las clases grabadas, las tutorías, pero poco a poco se fue perfeccionando eso, aunque otro inconveniente que se presentó casi durante toda la modalidad virtual, fue que muchos de los estudiantes somos de provincia y a veces se nos iba la luz o el internet y nos salíamos de la clase por un momento hasta conectarnos del celular y así ya no escuchábamos una parte de la clase, o nos colocaban inasistencia, pero gracias a Dios aprobé segundo semestre y ya iba a Tercer Semestre.

Otra situación triste que vivimos no solo en mi familia, sino que muchas personas compartimos este dolor, es que debido a la pandemia perdimos a nuestros seres queridos, en el caso de mi familia, una tía, hermana de mi madre que vive el Quevedo, perdió tristemente a su esposo y a su hija debido a este virus, sin ni siquiera poder recibir los cuerpos para darles cristiana sepultura. De igual manera, vimos como muchos de nuestros amigos entraban a los hospitales y cada vez su salud empeoraba, pero sin embargo teníamos alguna esperanza de que podría mejorar, pero solo fueron

falsas esperanzas, ya que tristemente fallecieron a causa de este virus.

También, debido a la suspensión total de la jornada laboral presencial del sector público y privado, en el caso de mi familia, tuvimos que utilizar los ahorros que teníamos para poder cubrir las necesidades básicas y ayudar a nuestros abuelos, ya que están bastante mayores y los cuidábamos mucho, para que no se sientan tristes y no empeore su salud. De igual manera sabíamos hacer videollamadas con nuestros familiares en otras provincias del Ecuador y también en España, y nos contaban que no se encontraban bien, ya que habían gastado ya la mayoría de sus recursos y que deseaban poder volver a Ecuador, pero debido a que allí hicieron su vida les hacía triste tener que dejar sus pertenencias y además los vuelos internacionales estaban suspendidos.

Por otra parte, yo desde que estaba en el colegio siempre en vacaciones trabajaba en una Oficina Contable, que era arrendada en un Edificio en el Centro de Santo Domingo, por una profesora del colegio donde estude que era la Gerente General, y yo, trabaja recibiendo las facturas físicas de un emprendimiento en particular de una Distribuidora de Gas y tristemente durante la pandemia cerraron la oficina porque ya no alcanzaba para pagar el arriendo de \$600 dólares cada mes, ya que los otros emprendimientos tampoco podían cancelar el servicio contable, porque no podían comercializar sus productos, ya que solo productores de alimentos, tiendas de barrio, mercado y supermercados podían comercializar. Y la Gerente informo que por la situación en la que atravesamos ya no iba a poder tener tanto personal y despidió a dos compañeras y a mí, y los demás trabajan de manera virtual.

En lo correspondiente a mis estudios yo iniciaba el tercer semestre, ya con más experiencia en lo correspondiente al manejo de la plataforma de Moodle y Zoom, sin embargo sentía mucho temor de cómo serían los nuevos profesores que iba a conocer, durante ese semestre curse las asignaturas de Fisiología General y Bucal, Patología Bucal,

Psicología Aplicada a la Odontología, Bioética, Salud Pública, Inglés, Computación y Imagenología I, en esta última asignatura recuerdo que el docente nos enseñó sobre las radiografías extrabucales y radiografías intrabucales, el instrumental que se emplea, y el procedimiento a seguir para realizar cada una de las radiografías y yo siento que no aproveche las enseñanzas del docente ya que no fui a un centro radiológico para permitirme practicar, ya que actualmente debo hacer radiografías y siento mucho temor de que me salgan mal porque solo me quede con la teoría que nos enseñó nuestro docente, en las clases virtuales.

Luego, en cuarto semestre, curse las asignaturas de Farmacología General, Operatoria Dental I, Imagenología II, Oclusión y Trastornos Temporomandibulares, Epidemiología e Inglés, durante este semestre también siento que no aproveche lo suficiente mi tiempo porque solo me conforme con las enseñanzas de mis profesores y fue hasta quinto semestre que comprendí la gran importancia de todas las asignaturas que curse en cuarto y que si en el tiempo que curse ese semestre y en las vacaciones hubiera investigado más de aquellas asignaturas, hubiera tenido una mejor base para aprender las nuevas asignaturas en quinto semestre.

Durante el transcurso de la pandemia, hay algo que marco mucho mi vida y es como aumentaron los casos de violencia intrafamiliar. Como sabemos, en muchos hogares se terminaron los recursos económicos y aumento la tensión, el estrés en los hogares, debido a que no se podía cubrir los servicios básicos, los arriendos y deudas, en otros hogares se aburrieron de permanecer en casa, sin salir a distraerse, escribo esto porque una joven, la cual conocía del colegio, falleció y no a causa del virus, sino de la situación en la que vivía en su hogar y las situaciones, hechos estresantes y enfrentamientos entre su familia hicieron que se deprimiera mucho y decidió suicidarse dejando una nota, de como ella se sentía y porque tomó decisión. Asimismo, si nos fijamos en las estadísticas podemos conocer como han aumentado las cifras durante la pandemia con casos de violencia intrafamiliar y femicidios, es por esto que yo comprendí la

importancia de tener empatía con las personas, ya que no sabemos cómo viven, como se sienten las otras personas y a veces ocultan su tristeza, con sonrisas.

Luego, en quinto semestre, curse las asignaturas de Metodología de la Investigación, Medicina Interna, Operatoria Dental II, Farmacología Terapéutica, Semiología y Diagnóstico Bucal, y con el Rediseño de la Malla Curricular me falta por cursar la asignatura de Introducción a Prótesis Removible, confieso que durante este semestre tuve dificultad en las asignaturas de Operatoria Dental y Farmacología, ya que no me dedique a aprender más sobre estas asignaturas durante las vacaciones, ni tampoco busque un lugar donde pueda ir a hacer prácticas, ni tampoco compre ciertos materiales para ir aprendiendo de manera autónoma, de lo cual es algo que me arrepiento muchísimo.

También, durante este tiempo tristemente mi madre enferma, y tuvimos que llevarle al hospital de emergencia, pero gracias a mi Dios y a los médicos de ese hospital, se encuentra estable, tomando el medicamento que le enviaron y en reposo, y mis hermanos y yo, estamos más tranquilos porque la verdad nos llevamos un buen susto, ya que mi mamá es el pilar de nuestro hogar, que nos da la fuerza y ánimo para seguir luchando por nuestros objetivos.

Finalmente, debo también escribir, que haber realizado este trabajo me ha hecho comprender y ver todo el tiempo que he perdido al no haber realizado prácticas relacionadas con mi carrera, aunque sea de manera autónoma como, por ejemplo, aprender a tomar la presión arterial, a vacunar, aprender farmacología y a practicar las cavidades en mi tipodonto de manera autónoma, ya que pronto voy a estar cara a cara con el paciente y ya no podre buscar en ese instante lo que debí haber aprendido.

Por lo tanto, ahora que estoy legalmente matriculada y cursando el sexto semestre, voy a dedicar todo mi tiempo a aprender y practicar todo lo que sea necesario para poder

realizar bien todos los procedimientos odontológicos que deba realizar.

Tiempos de cambio y superación

Soy Wilson San Andrés Párraga, hace dos años que mi vida como al igual que otros giro de manera repentina ,en el mes de marzo del 2020 empezó lo que al principio parecía una enfermedad de otro continente a ser un virus letal que llego hasta nuestro país, todas las universidades dieron la orden de una semana de vacaciones, yo me sentí sorprendido y de igual forma un poco preocupado en ese tiempo no sabía la magnitud de dicho virus y lo que pensé que sería una semana, se convirtiera en dos largos años.

En aquel momento volví a mi ciudad de origen en la amazonía, en la cual vive mi familia, en la parte de casos del virus covid19 se aumentaron abruptamente, el país estaba conmocionado por el contagio-muertes de muchas personas, ocasionó una cuarentena obligatoria por lo que por cuatro meses no tuve nada de clases, encerrado en mi casa y esto ocasionó que busque o haga cosas para no estar aburrido y cansado de esa rutina diaria, entonces mis amigos y yo jugábamos en línea. En aquella época se puso en tendencia muchas aplicaciones virtuales para que la gente pase entretenida desde su casa, también veía películas y videos de prácticas de mi carrera. La cuarentena hizo que comparta más momentos en familia, lo que me resulto muy valioso y acogedor. Yo estaba pendiente de las noticias en mis redes sociales enseguida hice más amistades virtualmente y me acerqué aún más con mis amigos.

Después todas las instituciones tanto públicas como privadas optaron por hacer teletrabajo de igual manera clases virtuales para universidades y unidades educativas, sin duda para mi era un nuevo método de enseñanza que era necesario para no perder más tiempo. Al inicio me tocó acoplarme y sin duda era estresante y agobiador. Todo comenzó a marchar bien mes tras mes con las clases

virtuales, aún seguían los casos del covid por lo que tocaba seguir todo virtual, era frustrante tener clases y no poder aprenderlo con prácticas, desde mi primer semestre quise tener prácticas cuando estuviera en semestres superiores, pero gracias a la pandemia no pude hacerlo.

Al mismo tiempo que pasaba todo esto, tuve la oportunidad de conocer a una chica en el medio del caos de la pandemia como todo era virtual nos comenzamos a conocer por mensajes y llamadas, el único impedimento en esos meses era el no poder conocernos físicamente-personalmente por la cuarentena. Esto no fue un obstáculo para mí por lo cual durante meses seguimos hablando y esperando a que ya no tengamos restricciones de no salir de nuestras casas. Si se ve de otra manera fue el momento adecuado y oportuno para conocerla. Mientras tanto aprovechaba cada día para descubrir nuevas cosas tanto académicas como sentimentales. En lo personal trataba de ayudar y empatizar con mi familia, amigos, mi chica y juntamente con toda la sociedad estando y respetando la cuarentena por el bien de todos para llegar a nuevos días sin estar encerrado y poder salir.

Desde un inicio me pareció interesante la carrera de odontología por el simple hecho de que existe una gran cantidad de enfermedades relacionadas a la salud bucal, desde ese momento me encanto la idea de poner curar y ayudar a las personas que tengan alguna complicación bucal.

Cuando era un niño nunca tuve problemas acerca de mis dientes o mi condición médica ni salud bucal, y eso es lo que quiero ofrecer a pacientes, tratarles de manera que puedan aliviar sus problemas bucales y cabe recalcar lo más importante que es el prevenir estas enfermedades desde que son unos niños. He venido averiguando, investigando e instruyéndome todos estos dos años de pandemia-clases virtuales para dar mi servicio de estudiante de odontología de la mejor manera posible.

Es por ello por lo que trato y quiero llegar a ser un buen odontólogo para mi gente, mi pueblo, la sociedad en sí, por ese amor por mi carrera que llevo conmigo el ser mejor ser humano todos los días.

En este tiempo me he percatado que una cierta cantidad de personas sanas también se dan cuenta que necesitan un tratamiento dental, por lo general existe la tendencia de tratamientos bucales de manera cosmética o no. Al pasar los años se va avanzando en la tecnología y es que en tantos campos nos brinda la ayuda que necesitamos, por ejemplo, en la odontología que desde siempre se ha necesitado instrumentos específicos para un adecuado tratamiento y lo que han inventado han dado resultados magníficos.

Siempre estoy pendiente de alguna noticia o innovación en que sale cada año, de métodos para la salud dental, y en los cuales toca practicar, renovarse e implementar en mis prácticas diarias. Por lo general todo el tiempo de clases virtuales trate en lo posible de ser un buen estudiante, llevarme bien con mis compañeros, profesores y del mismo modo cooperar a tener clases dinámicas o a veces hacer uno que otro chiste en clases para salir un ratito del papel de solo prestar atención. Con los profesores que me han asignado este tiempo han sido un verdadero apoyo para aportarme más conocimientos y encaminarme a seguir logrando mi meta de aprender tanto como el de graduarme de odontólogo.

Quiero contar con una preparación adecuada y es lo que he conseguido en esta universidad a lo largo de estos años y en cada semestre, y en ella se me ha instruido que en la práctica debo tener cuidado con los tejidos vivos, un gran respeto por la vida y una ética inquebrantable.

Sinceramente amo mi carrera y la profesión como tal, una sonrisa sigue siendo el regalo menos costoso que puedo darle a cualquier persona, aunque si bien es cierto existen muchas personas que creen que el cuidado de la salud bucal no es importante y no afecta a otras partes del cuerpo, todos los días voy repartiendo, aunque sea un poco de mis

conocimientos a la gente con la que interactúo para que tomen en cuenta y prevengan complicaciones de la salud dental-bucal. Hacer esto es lo más gratificante porque puedo ayudar a la sociedad, no con mucho, pero al menos con ese pedazo de conocimiento que tengo y que tendré.

Después de 1 año de pandemia y el pasar del tiempo, se fueron menorando las normativas por lo cual ayude a mi mamá en el local, antes que nada, yo todas las mañanas me despertaba temprano y seguidamente me bañaba y desayunaba. A mi parecer es de lo más increíble y refrescante poder bañarte en las mañanas, por un lado, me ayuda a tener más energía y por otro lado a quitarme el sueño por completo. Las vacaciones que dio la universidad estos años de clases virtuales por lo general fueron de 2 meses completos, en un inicio pensé que nos reducirían los días, pero al contrario nos dieron más. En todas estas vacaciones fue donde ayudé y trabajé en dicho local también cuando tenía clases virtuales, pero solo unas pocas horas, puesto que yo me centraba en mis estudios totalmente.

Decidí realizar unas cuantas prácticas de odontología, sacando provecho al tiempo que tenía y asimismo al tener conocidos odontólogos profesionales que desempeñan su carrera tanto en un consultorio privado como público los cuales me ayudaron un montón. El tener noción del trabajo que se tiene y lo que implica el atender, además que salga totalmente satisfecho el paciente. Realice limpiezas dentales, extracciones de terceros molares y calces dentales y en cada uno de estos procesos tenía guía y supervisión de dichos profesionales.

Hacer lo que me gusta siempre será un placer para atender a toda la gente que lo necesite. Esas prácticas que lleve a cabo me ayudaron demasiado para los conocimientos de mi carrera de forma similar el empatizar y dialogar con más personas. Ayudar a otras personas con tus conocimientos y dar ese granito de arena para la sociedad es algo invaluable. “Para ser buen profesional hay que ser buena persona primero” es lo siempre llevo en mi mente y corazón.

La pandemia y las clases virtuales me retrasaron en mis prácticas que debía tener desde cuarto semestre me sentí frustrado por no poder salir y hacer mis prácticas o ir a la universidad y estar con mis compañeros, pero siempre busco alternativas y sacar las cosas positivas de las situaciones que me suceden. Aún me falta mucho por instruirme, pero sin duda todos los días se va aprendiendo cosas nuevas, soy una esponja andante que quiere absorber cada conocimiento, recomendaciones y consejos.

En este sentido voy comprendiendo que no es impedimento alguno tener ciertos obstáculos en el camino siempre y cuando se centre en la solución y las cosas positivas de lo malo, lo esencial es continuar, así como lo ha hecho toda la gente de este planeta y yo al avanzar y superar la pandemia del covid19. No es la primera ni la última en la que ocurra una pandemia, sino sobreponerse. Todos los días son oportunidades de aportar y colaborar con las personas de tu alrededor y especialmente con uno mismo.

El riesgo de infección del covid19 paralizó toda atención de tratamientos bucales, por esta razón es que yo no pude realizar mis prácticas pre clínicas desde semestres anteriores, me hubiera fascinado hacerlo, el simple hecho de poder llevarlo a cabo la práctica de algunos procedimientos en el cual se da comunicación cara a cara con el paciente, la exposición de saliva sangre u otros fluidos, el manejo de instrumentos y todo lo que implica atención al paciente. De cierta forma hubiera tenido más experiencia guiado por mis docentes personalmente. Ser un estudiante de odontología y comprender que todos lo que somos parte de esta carrera y profesión, somos los trabajadores más expuestos a riesgos de contagios de enfermedades, tal es el caso del covid19.

En todo caso para mí fue de cierta forma una oportunidad desaprovechada para adquirir conocimientos, de igual forma el no poder salir de mi casa, conocer nuevos lugares, interactuar con nueva gente tanto en la universidad como en mi vida diaria, que si bien me paralizó la cuarentena en mi casa. Me hubiera encantado visitar y viajar por mi

hermoso país, conocer más pueblitos, hacer prácticas con niños, todo lo que hubiera hecho sin duda, pero eso no significa que no lo estoy haciendo ahora, en aquella época ansiaba tener mis prácticas y salir ahora sin duda lo hago, aprovecho cada día para profundizar y hallar más información que me ayude en mi carrera.

Soy un chico que le apetece ayudar especialmente a mi mamá en el local, siempre me ha llenado de orgullo tener ese trabajo, no es nada fácil mantener y manejar un local, en la cuarentena todo se cerró, todos los locales absolutamente todo. Después de unos 10 meses volví a trabajar con la intención de tener mi dinero con mi propio esfuerzo que sin duda es lo más reconfortante, me levante todos los días temprano e iba al local , también en las noches acompañándole a mi mamá, por lo general mi ciudad ha sido desde siempre muy tranquila y en la que mayormente nos conocemos entre todos pero con la pandemia y la falta de trabajo, han ido llegando gente nueva a la ciudad por que estos últimos meses se incrementó la delincuencia especialmente robos y asaltos. A causa de esto es que yo le acompañaba a mi mamá en las noches y siempre que estuve trabajando fui y soy lo más atento posible a toda persona. También en estos dos años me iba a mi finca que está llena de naturaleza y en la que me ayuda a relajarme, estar más en paz y no pensar en lo caótico de la ciudad, el tener un espacio así ayuda enormemente a la salud mental y espiritual.

Ya tengo 22 años en los cuales espero seguir trabajando, ayudando y aportando a la sociedad y especialmente a mí, con mis esfuerzos y futuros logros, quiero lograr muchas cosas más, tener más experiencias laborales y siempre con el ánimo de querer aprender todos los días sobrepasando mis miedos, los cuales he logrado y lograré.

Como era de esperarse, tanto mi familia como yo asustados por lo que pasaba con el contagio del virus, tomamos las restricciones establecidas por el gobierno de permanecer en las casas. Nuestras vidas cambiaron ya que cada uno tenía su rutina personal, de igual manera nos fuimos adaptando,

teniendo convivencias todos los días de cuarentena en las que pasamos de lo más bonito posible especialmente mi mamá y yo.

Llevamos a cabo algunas actividades como: cocinar, conversar, arreglar, reírnos, enojarnos en fin un montón de situaciones y sentimientos encontrados. Al inicio todo fue repentino, pero con el pasar del tiempo me fui acostumbrando, en mi caso fue una linda manera de poder estar juntos y apreciar los momentos familiares, si bien se sabe que la pandemia arrebató a mucha gente, y estoy agradecido con Dios por permitirme estar y seguir con mi mamá y mi pequeña familia.

Todo lo que me ha sucedido estos dos años ha sido de gran enseñanza en todos los niveles tanto sentimental, físico y espiritual. El tener salud y amor de la familia es lo más importante y lo que yo valoro siempre. Tal vez para algunos la pandemia los desestabilizó económica y sentimentalmente, y soy consciente de eso de que no a todos nos fue bien como en mi caso. De todos modos, espero seguir compartiendo más a menudo momentos familiares y que la vida me siga premiando con mi soporte fundamental que es mi hermosa madre.

En definitiva, puedo decir que tuve una montaña de sentimientos encontrados estos dos 2 años, lleno de situaciones y acontecimientos que me sucedieron a mí y a todo el mundo. Principalmente tuve miedo al pensar que no se acabaría el encierro en las casas o que se empeoraría aún más la situación en la parte de la salud, pero sin duda tuve siempre esperanza de que vaya mejorando todo a su tiempo, y si lo vemos de otro modo pienso que la pandemia llegó para cambiarnos el estilo de nuestra vida y la forma en la que veíamos, nos dio ese empujón para reaccionar y cambiar de forma positiva, no cabe duda que me hizo apreciar todo lo que tengo a mi alrededor, hasta el simple hecho de salir al patio de mi casa hasta poder reunirme con mis amigos, en efecto fue un boom de esos que llegan para que todos nosotros incluyéndome podamos mejorar como personas día a día, que si bien es cierto lo económico si es

necesario pero no tanto como nuestra salud mental y física ,que tan importante es el estar con mi mamá tomando una taza de café, el apreciar la vida los momentos, los minutos las horas porque sin duda lo que más nos robó esta pandemia fue el tiempo.

A lo mejor no todos tuvieron la oportunidad de tener mi caso en la pandemia, pero estoy concretamente seguro de que todos estamos dispuestos a seguir adelante por aquellos que ya no están en este tiempo y plano terrenal. Todos los días es un nuevo comienzo y espero que mis metas se sigan cumpliendo, culminar mi carrera de la mejor manera y dar a conocer a todos “que una sonrisa genuina viene del corazón, pero una saludable viene de un buen cuidado dental” y es lo que quiero dejar como huella para la sociedad.

Ajustando expectativas de la educación universitaria en tiempos de pandemia

En la etapa inicial de la pandemia todos dábamos por hecho que este evento no duraría más de tres meses, y es el mismo tiempo que yo daba para volver a mi vida cotidiana, es decir entrar a un nuevo semestre, expandir mis conocimientos, experimentar nuevas sensaciones, llorar, reír, frústrame, porque esas son las emociones que uno vive como estudiante universitario, pero pienso que todas esas emociones nos ayudan a formarnos y conocer nuestros puntos fuertes y débiles como persona. No obstante, me encontraba con un pensamiento erróneo, ya que, no solo fueron tres meses sino más de dos años, por lo que muchas cosas tuvieron que cambiar y uno de ello fue mi vida estudiantil. Tuve que pasar de ver clases presenciales a clases virtuales, en un inicio se me hizo un poco complejo, ya que, tuve que conocer diferentes plataformas de trabajo o estudio, y adaptarme a ellas, muchas veces estuve angustiada, asustada y conmocionada debido a que existen muchos factores que juegan en contra de las clases virtuales, como la conexión a una red, la energía o en si tenemos o no un dispositivo que nos permita recibir las clases.

Otro punto que podemos resaltar de las clases virtuales eran los justificativos de las inasistencias, el cual muchas de las veces eran por el corte de energía, pero aquello era utilizado por algunos de manera que fue perdiendo credibilidad, por lo tanto, cuando uno exponía que aquello era el motivo, algunos docentes optaban por no creernos y los comprendo, ya que, aquello fue utilizados por muchos estudiantes como justificativo cuando aquello no fue la causa principal de su inasistencia. Además, debo decir que con el paso de los meses me sentía más agobiada por tantas tareas, debido a que algunos docentes universitarios tenían o tienen el paradigma que los estudiantes tenemos más tiempo por recibir clases virtuales, pero lo que no saben es que el doble de cansado, la luz que emite el computador o cualquier otro aparato electrónico logra cansar la vista, estar sentado todo el día logra generar dolor de espalda, así que mucho de nosotros, luego de terminar las clases sincrónicas debíamos permanecer sentados hasta terminar las tareas asincrónicas las cuales a lo mucho duraba una hora, así que debíamos trabajar bajo presión por entregar una tarea bien estructurada y bajo el tiempo establecido.

Desde mi punto de vista las clases virtuales son buenas cuando lo que debemos aprender es teoría o cuando son materias que no requiere nada práctico. Otro punto bueno de las clases virtuales es que podías estar en tu núcleo familiar, lo menciono porque la gran parte de los universitarios de la universidad de Guayaquil son foráneos es decir pertenecen a diferentes ciudades o provincias, por lo que las clases virtuales fue favorable en ese aspecto.

Algo más que puedo agregar con respecto a los contras que posee las clases virtuales es que la mayoría se vio afectado en el ámbito de las prácticas odontológicas, debido a que nuestra carrera es netamente práctica; desde mi punto de vista como estudiante puedo decir que uno aprende mejor mediante la práctica. Aquello lo confirmé cuando en quinto semestre por primera vez volví asistir a la universidad para realizar una de las tantas prácticas que debimos haber tenido, para ser más específico fue una práctica de restauración cavitaria, puedo asegurar que es más fácil de

comprender los temas cuando la teoría va acompañada de la mano con la práctica. Pero antes de hablarles de mi experiencia en la clínica, quería dar a conocer la parte emotiva que viví al retornar a la Universidad, dado que en ese día que el Dr. planificó la reunión, muchos de mis amigos que hice en primer semestre nos pudimos reencontrar, al principio me sentía rara, debido a que habían pasado dos años y solo los había visto mediante las reuniones de Zoom, pero poco a poco fuimos entrando en confianza y empezamos hablar con fluidez. Ese mismo día hice un nuevo amigo el cual puedo decir que nos ha ayudado a todos nosotros con su amplio conocimiento, dado que él es de unos semestres superiores.

Aquel día realizamos dos prácticas en una sola sesión, aprendimos las diferentes técnicas de aislamiento y asimismo realizamos restauraciones de cavidades acorde a la teoría aprendida, como lo mencioné siempre es preferible que la teoría se dé junto a la práctica, ya que, así es más sencillo de comprender y aprender, en lo personal yo me sabía (sé) la teoría, pero en ese momento no sabía cómo manejar cada instrumento operatorio, todo fue nuevo para mí, pero gracias al doctor y su ayudante, la práctica me resultó muy agradable, interesante y de cierta manera fácil. Por último, quiero añadir una frase que a mi parecer logra representar lo acontecido: “Dime y lo olvido. Enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo” (Benjamín Franklin).

Con respecto a las oportunidades aprovechadas durante la pandemia fue que me planteé repasar temas importantes de la carrera como los fármacos y morfología de las piezas dentarias, pero siento que más me enfoqué en aprender inglés, ya que, siento que no es mi fuerte y quiero mantener un equilibrio en todas las materias que veo como estudiante. Puedo resaltar que estudié de manera autónoma los temas que son de odontología, pero quería mencionar que hubo una persona importante que me ayudó con mi objetivo de expandir mi conocimiento en Inglés, aquella persona fue mi mejor amiga, lo menciono porque se me hizo un gesto muy bonito que me brindara de su tiempo y sus conocimientos.

No obstante, también puedo decir que perdí muchas oportunidades como aprendiz, ya que, cuando la situación fue mejorando no puse mucho esfuerzo en conseguir ser ayudante de un profesional odontólogo, pensé que nadie me daría la oportunidad de ser su asistente/ ayudante, dado que a las primeras clínicas que asistí muchas estaban formados por familiares y en otras ya contaban con una ayudante. Así que desistí de la idea y me propuse encontrar un trabajo de medio tiempo para poder reunir capital para los materiales, dado que ya me habían advertido que estudiar odontología también requiere de muchos gastos.

Ahora que volvimos a presencial me siento rara, dado que ya me había acostumbrado a una rutina, que era levantarme, ayudar en casa, a mis hermanos y dedicarme a mis estudios. Ahora como tengo materias presenciales hay veces que me toca madrugar a las 5 am, para poder llegar a clases de 8 am, siento que viajar es lo que más me cansa. Asimismo, percibo que no fue una buena idea que solo ciertas materias sean presenciales, dado que, algunas las vemos de manera virtual, y muchas veces no nos da tiempo de salir de una clase virtual y asistir luego a una presencial, o viceversa ya que, debemos estar preocupados por el internet o si es que mandan actividad asincrónica lograrlas hacer mediante un celular. Creo que no hubo una buena coordinación con los de comité, ya que, también debían pensar que los horarios no eran tan factibles para salir de una clase virtual y asistir a una presencial. Sin embargo, de toda esta mala administración es que podemos realizar prácticas y prepararnos para la preclínica y clínica. Ahora lo que me tiene angustiada es la lista de materiales que nos han entregado, debido a que se ve que son materiales muy costosos. Para finalizar, quiero decir que estoy agradecida con todas las personas que me apoyan de manera incondicional en todas las decisiones que estoy tomando en mi vida.

Trayectoria de resiliencia: Un viaje entre ciudades

Mi nombre es Mariuxi Pacheco, nací el 3 de diciembre del 2000 y tengo 21 años, soy de la ciudad de los Mashacas de “Latacunga” de la Provincia de Cotopaxi. Soy la primera hija, mi madre se llama Mery Bermeo, tiene 45 años y es doctora veterinaria, mi padre es Wilson Pacheco, tiene 46 años y es Ingeniero Agrónomo, tengo cuatro hermanas y un hermano, somos seis, cuatro son mis hermanos paternos y una es mi hermana materna , nunca viví con mi papá, ya que mi madre se separó de mi padre cuando apenas tenía un mes de nacida, soy la única hija del fruto de mi padre y de mi madre, mis hermanos paternos son: Nicole, Victoria, Lady Andrea y Guillermo, mi hermana materna se llama Mariella, y es con la que vivo, a mis cuatro hermanos los veo cada seis meses, ya que viven lejos.

Por el trabajo de mi mamá siempre hemos vivido de ciudad en ciudad, ella trabajaba para el Gobierno en el Ministerio de Agricultura y Pesca, he vivido en Pujilí, Pangua, Pucayacu, Guasaganda y ahora en La Maná, con mucho esfuerzo mi madre pudo construir su casa en el Cantón la Maná, es donde ahora puedo decir que es mi hogar, nunca he sido una niña de muchos amigos, por la misma razón que pasaba viajando de ciudad en ciudad.

Mi vida estudiantil fue muy hermosa, mi primer año educativo fue en la Unidad Educativa Semillitas en donde pase dos años, después mi madre me cambió a la Unidad Educativa Pablo Herrera en Pujilí en donde pasé un año hasta que por el trabajo de mi madre me toco mudarme al Cantón Pangua, en donde termine en la Escuela en La Unidad Educativa la Inmaculada, una escuela Religiosa, recuerdo con tanto cariño esa escuela porque hice buenos amigos y ahí viví la mejor etapa de mi infancia, como todo lo bueno tiene su final pues me toco mudarme al Cantón La maná , ahí me inscribieron en el La Unidad Educativa la maná un prestigioso Colegio y uno de los más grandes del Cantón, ahí conocí a mi mejor amiga y viví experiencias inolvidables , en está culmine mis estudios Secundarios.

Me Gradué en el año 2018 y tenía que rendir el examen ser Bachiller , la primera vez no me fue tan bien así que pase seis meses sin ingresar a la Universidad, pase 6 meses con estrés y decepcionada por no poder ingresar a la Educación Superior, pues gracias al apoyo de mi madre ingrese a un curso de capacitación en Latacunga , me esforcé demasiado hasta que pude rendir nuevamente el examen de ingreso a la universidad, siempre quise servir a las personas y trabajar en el área de Salud, mi sueño fue ser pediatra porque me encantan los niños, pero por cosas del destino me incliné por la odontología, ya que también me llamaba la atención porque cuando era niña le tenía terror al dentista y mi madre luchaba mucho con eso, pues pensé que podría ser la dentista de los niños y poder buscar la forma más adecuada de atender a los más pequeños.

Así fue como ingresé a la carrera de odontología de la Universidad de Guayaquil, e ingresé con mucho miedo porque era una ciudad nueva, clima diferente y gente nueva. No me sentía sola porque vivía con una prima que también estaba ingresando al pre. El primer día para no perder la costumbre mi mamá me acompañó, conocimos a mis docentes y a mis compañeros, fue un poco incómodo porque no soy muy sociable, a pesar de eso hice una amiga que me acompañó hasta la mitad del pre porque ella tuvo que viajar a Estados Unidos y eso me puso triste porque me quedaba sola sin mi amiga, pero luego pasaron los días y me empecé a relacionar más con mis compañeros y me hice amiga de cinco compañeras: Zully, Kimberly, Valeria, y Lisbeth que son grandes amigas y siempre están cuando las necesito . Después de tanto estrés y sacrificio pasé a primer semestre y fue cuando ya empecé a ver materias de la carrera y la cosa se puso difícil pero no imposible, no todo fue estudio ya que también me daba tiempo para salir y pasarla bien con mis amigas. Al terminar el semestre paso algo inesperado, mi madre se quedó sin trabajo así que decidió ponerse un local veterinario, me puse feliz por ella porque se pudo independizar y es su propia jefa, pero como no todo puede ser color de rosa, empezó el rumor de una pandemia y no quedo ahí en rumor, se hizo realidad.

A inicios del 2020 la pandemia ya empezó a brotar en el Ecuador, pues por esto todo se complicó las Universidades, negocios y grandes empresas empezaron a cerrar. El gobierno pensó que esto sería pasajero y que pasaría en semanas, pues eso no fue así pasaron meses hasta que se dieron cuenta que esto no era un virus de semanas o meses, que llevaría tiempo para que todo regrese a la normalidad, pues empezaron a buscar soluciones, porque no podía dejarnos sin estudios, así empezó la modalidad virtual, al inicio no me gustaba, era muy estresante tener que estar sentada por horas frente a una computadora, pero era mi única opción. Los meses pasaron y culminé mi segundo semestre. Al año empezaron a sacar vacunas para este virus que afecto a todo el mundo, pero los casos de covid seguían y seguían, así que mi madre decidió llevarme a la finca que quedaba a diez minutos de su negocio. En vacaciones me dediqué ayudar a mi madre en su negocio y en la finca, así pasé toda la pandemia en clases virtuales y trabajando con mi mamá en su local y en la finca.

Así hasta el quinto semestre pasé sin practicar, sin ir a clases presenciales, pues no tuve la oportunidad de ingresar o trabajar en algún consultorio odontológico porque estaba alejada de la ciudad, siento que no desperdiicé mi tiempo porque lo aproveché en la finca y aprendiendo de los conocimientos veterinarios de mi madre, sé que es un poco loco, pero aprendí a dosificar animales y me gustaba. Mi madre siempre dice que es bueno aprender a trabajar y no depender nadie, porque en esta vida nada es regalado.

Cuando el virus ya empezó a desaparecer o a disminuir los casos de contagios covid, mi universidad tomo la decisión de abrir sus puertas y brindar clases presenciales prácticas y también virtuales, me sentí muy feliz por eso porque ya estoy a la mitad de la carrera y no he tenido la oportunidad de practicar, y como todo mundo sabe la medicina y la odontología son carreras prácticas. Hoy me siento muy feliz porque regresé a clases presenciales y me reencontré con mis amigas.

Tengo una familia muy unida que siempre está para mí, somos una pequeña familia de tres, mi madre y mi hermana y son todo para mí, son el motivo por el que siempre doy lo mejor de mí, y aprovecho cada esfuerzo que mi madre hace para darme lo mejor, ella es mi fuerza y mi motivación de cada día.

Travesía de superación y adaptación

Mi nombre es Laly Montesinos. Nací el 01 de enero de 1999 en la ciudad de Guaranda, parroquia Guanujo, provincia de Bolívar, en la República del Ecuador. Mi padre se llama Manuel Montesinos y mi madre es María Guaranda, somos cinco hermanas y dos hermanos, de las cuales yo soy la sexta. Crecí en mi pequeña comunidad en el sur del país.

Los estudios primarios lo realicé en la Unidad Educativa “Ángel Polibio Chaves” de Guaranda terminando la instrucción primaria el año 2012. Mis estudios de educación media comencé en la misma institución educativa y la cual finalicé en el año 2018. Fue la mejor experiencia forma parte de una gran familia en mi institución educativa.

En el 2019 entré a la Universidad Estatal de Guayaquil para estudiar Odontología. En el trayecto de mi vida universitaria conocí a docentes espectaculares que de una u otra manera me ayudaban a seguir adelante, siempre motivando y haciendo de la carrera sea más divertida, e interactiva. Algunos de los docentes que tuve marcaron mi trayectoria. Su saber hacer, saber estar y saber ser me llevó a interesarme cada vez más por el mundo de la odontología. Gracias a estos docentes pude apreciar lo complicado y difícil que era y es el mundo de la salud, y cada vez más me sentía atraída por la profesión, con la necesidad de formarme para ella y de alguna manera poder aportar mis ideas y con mi granito de arena para un sistema de salud mejor.

El 13 de marzo del 2020 empezó un gran giro en mi vida, porque las cosas cambiaron tuve que cuidarme, usar mascarilla, alcohol, y guantes para evitar contagiarme del virus, debido a que era demasiado fuerte, y debía cuidar del

bienestar de mi familia. Durante este tiempo estuve de vacaciones de la Universidad, pasé en la finca de mis papas, un lugar poco alejado de la ciudad, y donde se podría respirar aire puro, y salir sin mascarilla, realizar actividades diarias como cuidar de animales como son los caballos y las vacas.

La carrera de odontología me ha inspirado a tener más curiosidad sobre cómo se desarrolla las maloclusiones, caries, traumatismos, etc. Es de suma importancia conocer sobre la cavidad bucal, cual es el tratamiento para cada problema grave que puede ocurrir, en nuestra vida diaria nos encontramos con pequeños casos, como ya tenemos conocimientos podemos ayudar y de esta manera sentirnos orgullosos que de una u otra manera estamos ayudando a la sociedad y ver una sonrisa que ilumina la vida.

En el ámbito de la Odontología si me afectó debido a que esta carrera es sumamente práctica y cada semestre está distribuido de lo que debemos realizar, estar frente a un computador observando imágenes es algo extraño, no es lo mismo que estar de manera presencial, tocando las piezas dentales, observando su forma, poniendo atención en cada detalle, así sea lo mínimo, pero ese conocimiento se queda grabado para toda la vida.

Me afectó la pandemia en la práctica preclínica debido a que no pude hacer prácticas, porque donde yo vivo cerrando consultorios debido a que este virus se podría transmitir fácilmente, y también por la prohibición que hubo por parte del alcalde de mi ciudad, que no se podía salir de casa, que debíamos permanecer en la misma.

Aproveché mi tiempo viendo tutoriales de cómo se hacen las restauraciones, como se extraen piezas dentales y lo básico sobre cómo se llenan las fichas clínicas. También mediante las redes sociales pude ingresar a unos cursos que eran gratuitos que me enseñaban acerca de cómo se realizaba profilaxis, blanqueamiento dental y también curar caries.

Desaproveché dos meses debido a que pensé regresar a clases presenciales más rápido y continuar aprendiendo, y poco a poco ir adquiriendo más conocimientos, pero todo esto cambió y ya no pude regresar a clases y recibir clases desde un computador era extraño, porque no se aprende casi nada solo con ver imágenes en internet es complicado, porque a veces casi no prestamos atención, la mente se distrae y las ideas no llegan de una manera adecuada, y existe la confusión.

Me sentí triste porque la pandemia, destruyó familias completas, que algunas personas que por no tener recursos tenían que morir, debido a que no podían ingresar a un hospital y tener el derecho de ser atendido, además sentí nostalgia al ver como afectaba esta enfermedad a los niños pequeños que no podían ni respirar y ver como mueren, sin empezar su vida.

Mi vida en lo social está llena de experiencias y motivación que el coronavirus no pudo impedir que vaya a una brigada odontológica en un pueblo cerca de mi ciudad, llegamos a la comunidad de cuatro esquinas perteneciente a la provincia Bolívar. Fuimos a una escuela, todos los niños muy agradables y complacientes que se dejaron revisar su cavidad bucal, y realizar las actividades que realizaron mis compañeras, y también realizamos las charlas, que sin duda fueron una experiencia más en mi vida para seguir cada día adelante, y de una u otra manera ayudar a la sociedad. Siempre tomando en cuenta la distancia y también usando mascarilla, guantes y gel, para evitar contagios.

En el ámbito familiar, fue doloroso porque mi hermana en este tiempo de pandemia trabajo en Quito en el Hospital Docente de Calderón, en el cual trabajaba de enfermera y se contagió de coronavirus, tuvo que estar aislada para evitar contagiar a sus compañeros de trabajo y ella como vive sola en su casa le afecto mucho, porque tenía que cuidarse ella misma, y cocinar, y tomar sus medicamentos. Lo importante fue que después de unos días mejoró y se pudo recuperar.

En lo educativo me afecto mucho, porque no pude realizar prácticas y se hizo de reducir el tiempo, ahora ya estoy en sexto semestre y existen algunas cosas que me complican porque eso se supone que ya lo debí a ver visto anteriormente, pero ahora hay que aprovechar a lo máximo aprovechando que ya estoy en presencial.

Ahora que se está volviendo a la normalidad hay que aprovechar el tiempo perdido, realizando prácticas ya sea en casa, en la universidad e inclusive en consultorios dentales, porque a futuro cada cosa por más pequeña que sea va a ser necesaria en nuestra carrera y así sentirnos orgullosos de quienes somos, siempre tomando en cuenta nuestros valores y la ética profesional.

Encerrada, he aprendido a tener disciplina, ordenarlo todo, evitar mirar las redes como algo malo y planear tiempos para hacer las cosas. Y siempre de buen humor, porque de esta manera se puede estudiar mejor. Vivir la vida, eso he aprendido, esta vez desde el encierro. Y que sea lo que venga, pues vivir, pues la vida, a fin de cuentas, es lo que a uno le pasa.

Retos, encierro y transformación

La pandemia fue un duro golpe para las familias ecuatorianas y de todo el mundo. En lo personal los primeros meses fueron muy raros, al principio porque nadie sabía cómo enfrentar este tipo de situaciones y había mucha desinformación y noticias muy alarmantes. Fueron unos meses muy tristes, habían muertos por montones, en las calles, hospitales y morgues.

Familias de escasos recursos que vivían del día a día que no recibían ninguna ayuda del gobierno, a sabiendas que estaba prohibido salir de las casas y así sin tener que comer, ni como trabajar, porque no se les permitía, y por el miedo a contagiarse y contagiar a su familia con este virus desconocido que mataba sin cesar a millares de familias enteras en todo el mundo.

La cuarentena llegó a mi familia justo una semana antes en el que recibíamos a mi hermana y mi sobrino que venían desde Europa a Ecuador por unas semanas, a pesar de que ya se escuchaba de este nuevo virus que afectaba a la mayoría de personas que estuviera en contacto con él, y que en gran parte estaba afectando al continente europeo de una manera preocupante, no nos importó e intentamos seguir con la bienvenida de mi hermana y mi sobrino en el país después de años sin poder vernos.

El 16 de marzo del 2020 se declara pandemia mundial, comienzan a cerrar las fronteras y hay toque de queda en todo el país, no se podía salir de las casas a menos que sea personal de salud y tener un salvoconducto, los supermercados se empezaron a vaciar las personas llenaban sus carritos de comida no perecible y demasiado papel higiénico, al ver esto mi familia comenzó con sus compras para tener que nos dure por lo menos un mes que era lo que pensábamos que duraría la pandemia y así evitar salir y exponerse.

Las vacaciones familiares que esperábamos que fueran en la playa terminaron siendo encerrados viendo todo el catálogo de Netflix, jugar juegos de mesa todo el día, y comer, al tener a mi sobrino de 3 años, y tenerlo encerrado todos los días, no iba a ser muy entretenido

Así que compramos todo tipo de juguetes y una mini piscina para los días soleados y así pasamos días tras días, los días se hacían semanas y las semanas meses y la pandemia se veía lejos de acabar, unas vacaciones que en un principio eran de 15 días, se convirtieron en tres meses de encierro, y sin poder regresar a su país por el cierre de fronteras y los escasos aviones que solo a algunos que estaban en la misma situación de mi hermana los ayudaban a regresar a sus países de origen.

Con el temor de contagiarse porque en lo personal mi familia estaba un poco expuesta ya que mi papa es médico, y al ser personal de salud tenía que salir y exponerse con el temor de contagiarse y contagiarnos. Al ver que el gobierno

y la aerolínea no ayudaban a pesar de haber enviado documentos demostrando que estaban atascados en Ecuador desde hace meses, mi cuñado tuvo que llamar a la prensa con el fin de tener más repercusión y apoyo para traer a su familia de vuelta a España.

Y así fue, ellos regresaban a España después de tres meses en Ecuador, la verdad que nosotros no podíamos estar más felices de a ver pasado tanto tiempo con ellos ya que al vivir tan lejos solo los vemos pasando algunos años, fue un principio de la pandemia lindo a pesar de estar encerrados todos los días sin hacer nada más que ver Betty la fea, gracias Netflix.

Al tener tanto tiempo libre las reuniones con amigos fueron videollamadas y jugando parchís hasta la madrugada, a pesar de no poder salir si conocí gente nueva, así sea a través de redes sociales, hacia ejercicio de vez en cuando pero nunca salí de casa durante todo el año 2020. Me llegó a afectar de una manera que no me estaba dando cuenta y tuve que tomar algún tiempo alejada de mi familia porque al estar 24/7 juntos sentía que me asfixiaba, y tome la decisión de salir de mi casa para ir a estar un tiempo en mi departamento en Guayaquil, y así poder tener algo de vida social sin tener el temor de contagiar a mis papás, ya que al querer regresar a mi casa mi papá me había dado una condición que era el hacerme la prueba PCR, y así ellos se sientan con más seguridad en la casa y así fue.

En un momento yo intenté hacer prácticas en un consultorio cerca de mi casa pero al no sentirme tan segura con mis conocimientos lo terminé dejando de lado y también porque mi papá me sugirió no realizarlas ya que los iba a exponer demasiado, cabe aclarar que mi a papá le pego muy duro la pandemia al ver que la mayoría de sus colegas estaban muriendo y el ser del grupo vulnerable de COVID se cuidaba y se cuida hasta ahora de contagiarse, solo con decir que las únicas veces que se retira la mascarilla es cuando va a comer o a dormir, por ese motivo, preferí no exponerme tanto.

Pasaron los meses y la pandemia seguía en su punto más alto, gracias a Dios en mi familia no llego a mayores con la enfermedad, la verdad hasta este punto yo no me he contagiado de Covid-19, anyway, al ver que este virus estaba lejos de acabar empezamos con las modalidades virtuales, teletrabajo, clases, reuniones familiares y absolutamente todo fueron llevadas a cabo por una aplicación que antes de la pandemia nunca hubiera usado tanto como uso mi WhatsApp y el Zoom, y al ser todo nuevo fue un poco complicado.

Empezamos las clases virtuales y como ya dije todo era muy nuevo, ni los estudiantes, ni los docentes estábamos muy al tanto de cómo funcionaba esto, ni como íbamos aprender siendo todo de manera virtual y yo al seguir una carrera que es en su mayoría práctica, afectó de gran manera por los diferentes inconvenientes al estudiar de manera online uno de los que yo en su mayoría sufrí fue la mala conexión a internet ya que a la hora de tener una clase se trababa o me sacaba de la clase, y así terminaba sin poder estar atenta a la clase; otro factor que influyó bastante es la poca concentración que tengo al estar frente a una computadora por más de dos horas al día con docentes que su clase solo era una cátedra o en su mayoría exposiciones de estudiantes muy cortas de conocimiento, ya que al ser virtual esto se convirtió en clases de lectura comprensiva sin cesar que termino dejando un muy bajo aprendizaje ya que no se pudo complementar con la práctica.

Y ahora al regresar de manera casi presencial las consecuencias de los dos años de pandemias y clases virtuales se ven ahora que solo son prácticas y no tenemos idea de que hacer, en conclusión, nos toca ser en su mayoría autodidactas y por el bien de nosotros y de la carrera para ser unos buenos profesionales, a pesar de esto agradezco a los doctores comprensivos que tratan de enseñarnos de esta manera y hacen todo lo posible en que sus clases sean didácticas y llamen la atención de estudiante.

Aprendizajes, desafíos y esperanza

Bueno empezando, mi nombre es Marcos, soy de Guaranda - Bolívar tengo, nací el 2 de marzo del 2001, y actualmente tengo 21 años.

Mi relación con la facultad ha sido super buena y bonita, a pesar de que solamente estuvimos en clases presenciales el pre, y en primer semestre, aprendí muchísimas cosas de las cuales no me había dado cuenta antes, y tampoco lo aplicaba bastante, aprendí a ser responsable, aseado y humilde. Hasta ahora mi relación ha sido de una manera de aprendizaje en todos los sentidos de la palabra, ya que aquí estoy intentando forjar mi futuro y tratando de hacer lo que me gusta.

Mi relación con la Odontología es un poco rara, ya que cuando era un niño tenía fobia de ir a visitar al odontólogo ya que a veces hasta soñaba que me iban a sacar las muelas o algo, en fin desde muy joven me llamó la atención poder saber acerca de los dientes, y de cualquier forma ayudar a las personas que requieran algún tratamiento odontológico, y que satisfacción se sentiría que algún momento de mi carrera pueda dar un buen servicio a cualquier paciente y que le cause felicidad. En cuanto a la afectación práctica de la carrera siento que ha sido mucha, ya que fuimos obligados a estar en clases virtuales por dos años, y el no poder practicar me causaba demasiada frustración para mí al saber que algunas otras personas que cursaban el mismo semestre de odontología, pero en alguna otra universidad sabía cosas que aún yo no las sabía y que no las había practicado, pero a veces trataba de ver algunos videos de odontología aunque a veces no comprendía, sin embargo, no perdía las esperanzas de que en algún momento todo iba a regresar a la normalidad y podría aprender de la manera más rápida posible, pero como no pudimos regresar pronto, si siento que yo tengo algunas falencias en algunas partes de odontología en cuanto a los semestres que he cursado, y no solo yo, creo que todos en la facultad tenemos ese mismo problema.

La verdad, no he aprovechado oportunidades en el campo odontológico ya que en donde vivo no hay muchos profesionales que den apertura a cualquier persona que quiera aprender, pero sin embargo tuve la oportunidad de ir a un consultorio de mi ciudad y ver por un mes todo lo que realizaba el odontólogo, pero igual fue demasiado frustrante porque por ejemplo el hacía su trabajo y yo solo lo veía, pero no era precisamente que yo iba a practicar o algo por el estilo.

Pero si en fin, en cuanto a ese tema puedo decir que me sirvió mucho porque si fui en algunas ocasiones auxiliar y de una u otra manera siquiera aprendí a como se llamaban las cosas y todo lo que usaba el odontólogo, pero el tiempo para ir a ese consultorio se acabó y por motivos del doctor ya no puede ir más a ver ni ayudar como auxiliar, pero si fue una experiencia muy, muy bonita.

En cuanto a las oportunidades desaprovechadas, puedo decir que por ejemplo si tal vez yo hubiera hecho algunas prácticas antes de la pandemia podría haber aportado más en algún consultorio, o pude haber sido tomado en cuenta en más lugares para aprender un poquito más, pero lamentablemente es que yo quería aprenderlo todo, pero no había la posibilidad de que me den apertura en un consultorio odontológico sin saber tanto como se suponía que debería saber.

Bueno, en la pandemia creo que para todos fue una época de aprendizaje ya que fueron dos años y un poco más en lo que estábamos obligados a cuidarnos y estábamos amenazados por un virus mortal el cual en el mínimo descuido pudo haber acabado con nuestras vidas y con la de nuestros familiares. Aprendí a convivir más con mis padres y a valorar mucho más aun todo lo que hacen por mí, y por mis hermanos cada día.

Fue tan fuerte el apego que tuve con mi familia, que hasta con familiares que no conocía, tuve la oportunidad de conocerlos y tener una conexión bien bonita, diferente a la conexión con mi familia como la que tenía antes.

En cuanto a lo sentimental, yo pase por un cuadro de depresión horrible en la pandemia ya que el estar encerrado y el saber que el mundo estaba amenazado por un virus mortal me hacía pensar demasiadas las cosas y ya, solo quería que fuera el día en el que se acabe y que todo vuelva a la normalidad, aparte que hay cosas que no se comparan, pero el saber que un familiar cercano está mal, o se murió para mí fue desastroso. Lamentablemente a mí y a mi familia, nos dio COVID durante el tiempo en el que no existía ni la vacuna para contrarrestarlo, y si fue desesperante para mi familia porque los medicamentos para esa enfermedad son carísimos, y encima teníamos problemas porque un familiar se murió y pensábamos que éramos los siguientes, y la vida se nos acababa en cada minuto y segundo que pasaba, pero gracias a DIOS, pudimos sobrevivir al COVID, y cuando por fin ya hubo la oportunidad de vacunarnos lo hicimos con una alegría y esperanza tremenda.

En cuanto a lo social, puedo decir que me di cuenta de que no todas las personas las que creía que eran mis amigos, lo fueron, y la familia que pensé que estaría conmigo y con mi familia estuvo cuando se los necesitó, pero todo eso nos sirvió de lección, y entendí que hay que tener claro, quienes son tus amigos de verdad, y quienes son de verdad tu familia, porque solo las personas que están con uno, en las buenas y las malas se los considera amigos y verdadera familia, no la gente que dice solo por conveniencia ser tu amigo, y familia en las buenas, y después en las malas en vez de darte una mano, te quieren hacer la vida imposible.

Entendí también que la persona que tiene ego, y arrogancia, es una persona que no vale la pena.

En cuanto a lo educativo, estudié hace un semestre virtual por la pandemia y trataba de poner la mejor de la actitud para lograr comprender todas mis clases a pesar de lo difícil que fue ver una carrera la cual el 100% Práctica, en línea.

Pero bueno, ahora estamos en clases presenciales y de todas maneras estoy con todo el ánimo, y dándolo todo de mi para

algún día de mi vida lograr mi objetivo, y cumplir todas mis metas, porque a lo largo de todo este tiempo me he propuesto algunas metas, y sé que con esfuerzo, con perseverancia y con la ayuda de Dios, y de mis padres lo lograré, ¡Algún día!

En cuanto a lo laboral, justo para las elecciones presidenciales pude trabajar como coordinador zonal en las vacaciones, y fue una experiencia super bonita, ya que conocí un lugar que jamás había conocido, y me pude manejar en un ámbito completamente distinto a lo que estaba acostumbrado, aparte me tuve que capacitar para ese trabajo como tres semanas para poder ejecutarlo de la mejor manera y tratando de que no haya inconsistencias pero no, gracias a Dios todo me salió bien y se suma a unos de los momentos de la pandemia que recordaré a lo largo de mi vida ya que fue un trabajo inesperado, pero que lo hice con la mejor de las actitudes y dispuesto a ir al lugar que me toque para hacer bien el trabajo.

En fin, doctor, esta es mi experiencia de vida a lo largo de la pandemia, me faltaría contar demasiadas cosas que pasaron en ese tiempo, pero me las reservo ya que son un poco fuertes y no es preciso contarle todo eso por este medio, pero gracias a esta tarea que nos ha mandado usted, me he podido desahogar.

Epílogo

La pandemia del SARS-CoV-2, ha sido sin dudo uno de los problemas de salud pública mundial más graves que los seres humanos han vivido, los que sobrevivimos, tendremos en nuestro psiquismo los días de miedo e incertidumbre frente a una crisis de la fuimos aprendiendo de a poco y con altos costes humanos y económicas.

Los cambios provocados por la pandemia, son evidentes en diferentes áreas como educación, salud, economía, productividad e incluso en el bienestar social y familiar. Es así, que todos en mayor o en menor medida hemos tenido que enfrentarnos a los efectos pandémicos y postpandémicos.

Este libro recoge vivencias de los estudiantes de la Carrera de Odontología de la Universidad de Guayaquil, cabe mencionar que este claustro acoge a jóvenes de las 24 provincias del Ecuador y extranjeros que están en calidad de residentes, migrantes y/o refugiados de Chile, Cuba, Venezuela, Colombia, Perú, entre otros. La docencia hasta los primeros meses del 2020 para muchos era el contacto humano, la interacción cara a cara (docente-estudiantes, entre estudiantes) que permite alcanzar un saber, conocerse, implicarse y aprender aquellos detalles que solo se dan en espacios de vida universitaria, la pandemia del Covid-19 nos cambió, y eso implico romper paradigmas y reaprender.

En este libro se recogen los testimonios de uno de los docentes de la Facultad de Odontología pero sobre todo de jóvenes estudiantes de la carrera de odontología del quinto y sexto semestre, en sus narraciones se puede evidenciar las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas que tuvieron en cada uno de los aspectos de su educación y de su vida en general, es evidente el temor por los efectos dela pandemia en su vida y la de su familia, pero en especial por los meses de desconcierto que se vivieron en la Universidad de Guayaquil, institución que en esos meses reajustó el paradigma de su modelo educativo a las necesidades

educativas del momento, el paso de la presencial a lo virtual no fue sencillo, requirió voluntad, recursos, capacitación, infraestructura y otros aspectos propios del cambio.

La educación virtual, permitió que se siga ofertando la carrera, esta transición fue compleja, el hecho de pasar una jornada completa frente al computador no fue bien percibido por los estudiantes quienes aseguraron que fue difícil aprender, en especial en la parte preclínica y clínica, situación que ha tratado de subsanarse al regresar a la presencialidad. Otra de las dificultades fue que no todos tenían una buena señal de internet o la cantidad de ordenadores suficientes como para que todos en la familia se conecten a las clases y al trabajo. Estas dificultades sumadas a las medidas restrictivas propias del confinamiento, la escasa interacción social, el lidiar con el virus, realizar tareas colaborativas, la desinformación de algunos medios de comunicación y/o redes sociales no oficiales, les provocó depresión, frustración, estrés, miedo y desconcierto al futuro. Se evidenció que muchos de los estudiantes buscaron soluciones frente a las adversidades y trataron de ser autodidactas, de aprender por sus propios medios, como para complementar la virtualidad ofertada por la universidad en aquel momento.

Lidiar con lo desconocido y con la muerte en general, para cualquier persona es difícil, fueron muchas pérdidas humanas, familiares, amigos, profesores, conocidos, la incertidumbre, la escasez de recursos económicos, el desempleo de algunas familias, la disminución de los productos de la canasta familiar, la desolación de las ciudades provocó cuadros de depresión y ansiedad. Es así, que algunos de los casos identificados fueron reportados al departamento Bienestar Estudiantil de la Facultad de Odontología, donde se los ha atendido y brindado el soporte necesario para que los estudiantes continúen sus estudios y superen toda crisis y pérdida vivida en el tiempo de la pandemia.

Estas narraciones demuestran las diferentes personalidades de los estudiantes, las dificultades que

tuvieron en su momento, pero sobre todo evidencian el dolor y la fragilidad humana, así como también la resiliencia que tenemos como seres humanos para enfrentar y superar los obstáculos, y culminar la carrera profesional de manera exitosa y así poder resolver las dolencias y problemas bucodentales de la población. ¡Éxitos!

Referencias Bibliográficas

- AFP. (2020, junio 20). *Bérgamo, ciudad mártir del coronavirus, se reencuentra con el fútbol y su Atalanta*. El Universo. <https://www.eluniverso.com/deportes/2020/06/20/nota/7878978/italia-bergamo-martir-virus-serie>
- Aracena, H. (s. f.). *Biblioguias: Turismo: El Turismo frente a la Pandemia del COVID-19*. Recuperado 10 de diciembre de 2023, de <https://biblioguias.cepal.org/c.php?g=1041476&p=7573808>
- BRANCOLINI, J. (2021). *El número de muertos del COVID-19 en el norte de Italia fue asombroso. ¿Influyó la contaminación del aire? - Los Angeles Times*. <https://www.latimes.com/espanol/eeuu/articulo/2021-03-08/northern-italy-covid-deaths-air-pollution-possible-role>
- Calderón, J. L. P. (2020). *Efectos geopolíticos de la COVID-19: Punto de situación*.
- Díaz, E., Amézaga Menéndez, R., Vidal Cortés, P., Escapa, M. G., Suberviola, B., Serrano Lázaro, A., Marcos Neira, P., Quintana Díaz, M., & Catalán González, M. (2021). Tratamiento farmacológico de la COVID-19: Revisión narrativa de los Grupos de Trabajo de Enfermedades Infecciosas y Sepsis (GTEIS) y del Grupo de Trabajo de Transfusiones Hemoderivados (GTTH). *Medicina Intensiva*, 45(2), 104-121. <https://doi.org/10.1016/j.medin.2020.06.017>
- España, B. I. (2020, junio 2). *Los 10 lugares más curiosos en los que la gente ha quedado atrapada durante la pandemia de coronavirus*. Business Insider España. <https://www.businessinsider.es/10-lugares-curiosos-donde-gente-ha-quedaado-atrapada-pandemia-651129>
- Espinosa, C. (2021, marzo 19). *La lista de vacunados VIP es una de 96 causas abiertas en la pandemia por covid-19 en Ecuador*. El Comercio. <https://www.elcomercio.com/actualidad/salud-lista-vacunados-vip-investigaciones.html>

- García, Y. (2020, abril 5). Ecuador usa contenedores refrigerados como morgues mientras se disparan muertos por pandemia. *Reuters*. <https://www.reuters.com/article/idUSKBN21MoV3/>
- González, D. (2020, julio 29). Rusia podría ser la primera en aprobar una vacuna contra la COVID-19. *Gaceta Médica*. <https://gacetamedica.com/investigacion/rusia-podria-ser-la-primera-en-aprobar-una-vacuna-contra-la-covid-19/>
- Hurtado Caicedo, F. (2021, marzo 30). El (des)manejo de la pandemia en Ecuador. *Jacobin Revista*. <https://jacobinlat.com/2021/03/30/el-desmanejo-de-la-pandemia-en-ecuador/>
- Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2447-2456. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>
- Larenas, N. (2020, mayo 19). *Presidente de Ecuador: Tame EP entrará en liquidación* » Nicolás Larenas. Nicolás Larenas. <https://www.nlarenas.com/2020/05/presidente-ecuador-tame-ep-entrara-liquidacion/>
- León Paz, J. R., & Vaca, L. (2021). El Covid-19 en El Ecuador, una mirada desde el enfoque de la gestión de Riesgos. *GEOPAUTA*, 5(1). <https://www.redalyc.org/journal/5743/574365255002/html/>
- Morán, S. (2020, marzo 22). *Esta es la historia no contada de la paciente o en Ecuador*. Plan V. <https://www.planv.com.ec/historias/sociedad/esta-la-historia-no-contada-la-paciente-o-ecuador>
- Niburski, K., & Niburski, O. (2020). Impact of Trump's Promotion of Unproven COVID-19 Treatments and Subsequent Internet Trends: Observational Study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(11), e20044. <https://doi.org/10.2196/20044>

- ONU, N. (2020, mayo 11). *El turismo está en cuarentena por el coronavirus: El 100% de los países ha impuesto restricciones a los viajes* | Noticias ONU. <https://news.un.org/es/story/2020/05/1474102>
- Oscar Holland, & Alexandra Lin. (2020, febrero 8). China acaba de construir un hospital en 10 días. Así lo logró. *CNN*. <https://cnnespanol.cnn.com/2020/02/08/china-acaba-de-construir-un-hospital-en-10-dias-asi-logro/>
- Párraga, M., & Molina, G. (2023). *En Ecuador aún hay familias que no tienen en dónde llorar a sus parientes fallecidos por la COVID-19*. *www.extra.ec*. <https://www.extra.ec/noticia/actualidad/ecuador-hay-familias-llorar-parientes-fallecidos-covid-19-82548.html>
- Pernalet, J. (2021, octubre 1). *La vacuna Sputnik V no dará acceso a EE. UU.* *Voz de América*. <https://www.vozdeamerica.com/a/vacuna-sputnik-dara-acceso-a-eeuu/6253838.html>
- Pinargote, G. (2020). *Vacuna contra la COVID-19: En Ecuador será gratis, pero no disponible para los que ya se contagiaron*. *www.expreso.ec*. <https://www.expreso.ec/actualidad/coronavirus-ecuador-acceso-vacunas-precio-disponibilidad-95208.html>
- Ramírez, K. B. (2021). Comunicación y desinformación en tiempos de COVID-19 en Ecuador. *Uru: Revista de Comunicación y Cultura*, 4, Article 4. <https://doi.org/10.32719/26312514.2021.4.5>
- Sagastume, E. (2020, marzo 18). *El gobierno de Guatemala construye a pasos agigantados un hospital de contingencia ante COVID-19*. *Voz de América*. <https://www.vozdeamerica.com/a/guatemala-construye-hospital-por-coronavirus-/5335140.html>
- Sandoval, C. (2020a). *El Aeropuerto Mariscal Sucre de Quito pone a prueba sus protocolos de seguridad*. *El Comercio*. <https://www.elcomercio.com/actualidad/quito/aeroporto-quito-pruebas-protocolos-seguridad.html>

- Sandoval, C. (2020b). *Guayaquil abrirá una fosa común para fallecidos por covid-19*. El Comercio. <https://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador/guayaquil-fosa-comun-coronavirus-covid19.html>
- Talha Khan Burki. (2020). *La vacuna rusa Sputnik V para COVID-19*. <https://www.intramed.net/97073/La-vacuna-rusa-Sputnik-V-para-COVID-19>
- Valero, N. (2020). LA BIOSEGURIDAD Y EL PERSONAL DE SALUD: A PROPÓSITO DE LA PANDEMIA DE COVID-19. *Enfermería Investiga*, 5(3), Article 3. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v5i3.901.2020>
- Villacis, G. (2020). *Las redes sociales en tiempos de Covid19*. <https://noticias.usfq.edu.ec/2020/05/las-redes-sociales-en-tiempos-de-covid19.html>
- Zimmer, C. (2020, agosto 12). El anuncio de una vacuna rusa preocupa a los expertos: ‘Esto va más allá de la estupidez’. *The New York Times*. <https://www.nytimes.com/es/2020/08/12/espanol/ciencia-y-tecnologia/vacuna-rusia-coronavirus.html>

Od. César Palacios Jurado

Especialista en Prótesis Dentaria

Docente de la Facultad de Odontología de la Universidad de Guayaquil

Od. Carla Juez Medina

Especialista en Cirugía Bucal

Docente de la Facultad de Odontología de la Universidad de Guayaquil

Od. Jossué Narváez Guerrero

Especialista en Periodoncia

Docente de la Facultad de Odontología de la Universidad de Guayaquil

Od. Rafael Erazo Vaca

Especialista en Periodoncia

Docente de la Facultad de Odontología de la Universidad de Guayaquil

Dr. Otto Campos Mancero

Magister en Investigación Clínica e Epidemiológica

Decano de la Facultad de Odontología de la Universidad de Guayaquil

ISBN: 978-9942-33-853-2



9 7 8 9 9 4 2 3 3 8 5 3 2

compas
Grupo de capacitación e investigación pedagógica

   @grupocompas.ec
compasacademico@icloud.com