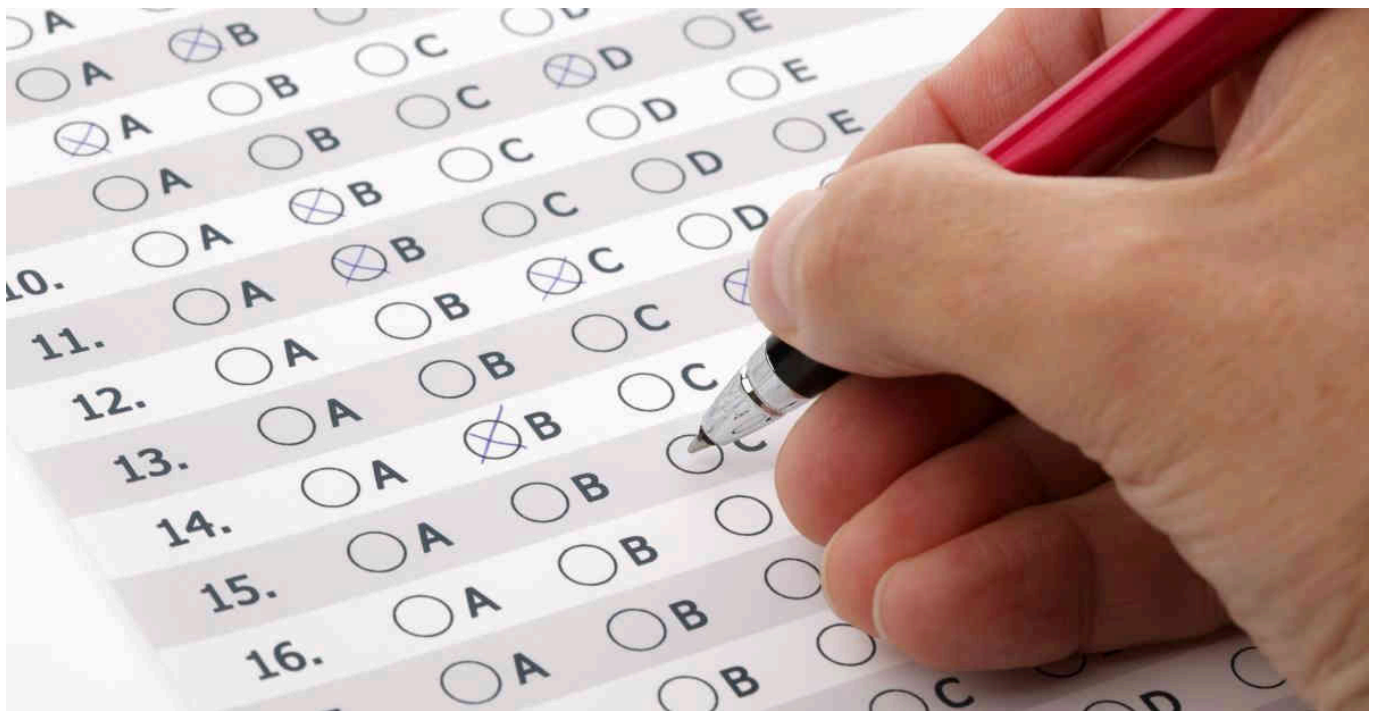


Adaptarse para sobrevivir

Categoría: 162-Tema del mes

Publicado: Sábado, 02 Marzo 2024 14:46

Escrito por Ilse Vianey Lazcano Hernández



Todo se remonta en un resumen de mi vida académica en educación básica, desde preescolar hasta secundaria. Lo destacable en cada una de ellas es que yo nunca tuve malas calificaciones o alguna materia reprobada, no quiero que suene egocéntrico porque tampoco es que haya sido de excelencia académica, sólo estaba acostumbrada a sacar una buena calificación sin necesidad de matarme estudiando ya que me gusta mucho disfrutar cada faceta que implicaban estas etapas, como en la primaria lo era jugar con amigos. Además de asistir a la escuela o pasar tiempo con amigos en diversas actividades, en el caso de la secundaria; esa era mi vida hasta el año 2019.

Ese 2019 fue de tener mil cosas en la cabeza debido a que se acercaba la graduación de secundaria y había que estudiar para presentar el famoso examen COMIPEMS para entrar al nivel medio superior. Todo fluyó de buena manera hasta que se llegó el día tan tenso de saber el resultado de dicho examen. Todo salió bien ya que me había quedado en una de mis 15 opciones de escuela, un Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos, para ser más precisa, la Vocacional número 10. Fue una agradable sensación de alivio saber que no sólo había conseguido

Adaptarse para sobrevivir

Categoría: 162-Tema del mes

Publicado: Sábado, 02 Marzo 2024 14:46

Escrito por Ilse Vianey Lazcano Hernández

escuela, sino que además pertenecía al famoso Instituto Politécnico Nacional, aunque resultaba un poco contradictorio con mis aspiraciones que surgieron desde que era muy pequeña, pero sinceramente no lo pensé demasiado debido a la agradable sensación de satisfacción y alivio de haberme quedado en una buena escuela.

Y se llegó el esperado primer día de escuela. Todo iba bien, hasta que llegaron las famosas matemáticas y específicamente la materia de Álgebra. Esa materia comenzó a complicarse poco a poco. Cuando nos aplicaron el primer examen del semestre, un sentimiento de decepción me invadió al ver el cero en mi examen. No sabía qué hacer debido a que nunca había tenido una calificación tan baja, eso me desanimó y me hizo replantearme la idea de si había elegido la escuela correcta. Afortunadamente la maestra nos dio la opción de asistir a un curso que se impartía los días sábados, ahí en la escuela. No dudé y decidí tomar dicho curso para tener ayuda extra y no terminar reprobando la materia.

Y así fue como pasaron los meses de ese primer semestre lleno de cambios: pasar de tener 7 materias a tener 9; ir a la escuela de lunes a sábado: despertar mucho más temprano y tomar 2 transportes para asistir a la escuela a las 7am. Toda esa serie de cambios drásticos no tuvieron gran peso, por lo menos al principio. Una vez concluido ese primer semestre con calificaciones a las que no estaba acostumbrada pero el alivio de no haber reprobado ninguna materia; así pude permitirme a mí misma descansar mejor en las vacaciones de invierno, eso al menos los primeros días.

Poco después de salir de vacaciones, comencé a sentir una molestia bajo el oído izquierdo, junto a la mandíbula, provocada por una pequeña protuberancia. Esa pequeña bolita comenzaba a crecer poco a poco, y más que molestia, ya me hacía sentir dolor. Acudí al médico, quien me dio su diagnóstico: dicha "protuberancia" no era más que un ganglio linfático inflamado, debido al estrés que mi cuerpo había acumulado a lo largo de los meses (dichas estructuras se encuentran en todo el cuerpo y su función es filtrar el líquido que contiene glóbulos blancos y forman parte del sistema inmunológico, estas estructuras se inflaman en presencia de infecciones o en la detección de que el cuerpo está siendo afectado, en mi caso, el estrés).

Tomé tratamiento de vitaminas y mi salud mejoró muy rápido. Esta

Adaptarse para sobrevivir

Categoría: 162-Tema del mes

Publicado: Sábado, 02 Marzo 2024 14:46

Escrito por Ilse Vianey Lazcano Hernández

experiencia me hizo reflexionar acerca de mi perspectiva de las calificaciones y del cómo manejar mejor el estrés, poco a poco pude seguir un ritmo propio para evitar más afecciones a mi salud tanto mental como física.