



Especialidades médicas

Dr. José Pablo Marín Castro: “el médico debe ser lo máximo, de lo mejor que pueda llegar a ser”

“Yo preferiría que me recuerden como un caballero, como un médico amable y compasivo, y no por el médico que sacó muy buenas notas”, compartió el doctor

25 ABR 2023 Salud

Entablar una conversación con el Dr. José Pablo Marín Castro de la especialidad de Oftalmología, de la Universidad de Costa Rica (UCR), se asemeja a la madurez de hablar con un profesional que tiene varias décadas ejerciendo en el área de la salud. Pero en él hay algo diferente y es que solo tiene **33 años de edad**.

Treinta y tres años, pero el tiempo suficiente que le ha permitido aprender y destacar a nivel académico de manera ejemplar en la UCR con un **promedio ponderado superior a 8.5** desde que era estudiante de Medicina General, y **por arriba de 9** desde que inició la especialidad médica. Lo anterior, ya casado y con tres hijos, a quienes no tardó en denominar como “sus motores de vida”.

Su notable desempeño, incluso, se mantuvo después de pausar sus estudios de grado en el 2017 para ir a ejercer su labor misionera en Chile. Una experiencia que, según narra, lo marcó de manera inigualable y que le ayudó a consolidar uno de los principios por los que hoy se rige cada vez que atiende a un paciente en consulta: **“servir. El médico tiene solo un objetivo y es servir”**.

“Como dijo uno de mis más grandes héroes, **hay que ser lo máximo de mejor que se pueda llegar a ser**. Escogimos una carrera de servicio y el servicio es lo que nos debería llenar de satisfacción. Por eso, como oftalmólogo digo que hay que ver a los pacientes con ojos de compasión y no con las cataratas de la indiferencia. Por experiencia puedo decir que muchas veces una sonrisa vale más que una receta, y una mirada calurosa más que una historia clínica”, destacó el joven médico.

En cada palabra que emite, el Dr. Marín deja entrever el amor por su carrera, así como las experiencias y los desafíos en su camino. ¿Sus mayores retos? Derribar los miedos, las inseguridades, el cansancio de las extensas guardias en los hospitales y, aún así, guardar siempre un tiempo para su familia **“la prioridad más valiosa”**. Ahora, él cosecha los resultados.

Los esfuerzos realizados por el Dr. Marín quedan plasmados no solo en títulos o en mayores conocimientos, sino en **la mirada de cada paciente que atiende en el Hospital México**. Especialmente, cuando vuelven a recobrar la visión después de pasar meses, y hasta años, sin haber logrado mirar ni un solo objeto de su entorno debido a las cataratas en sus ojos u otro problema corregible.

“Es impresionante lo que uno puede dar. El trato, incluso, llega a ser catalogado para algunos pacientes como un milagro. Por eso, con ellos **hay que ponerse siempre los lentes de la caridad y ver más allá del diagnóstico y de la enfermedad**. Los adultos mayores, las mujeres, los hombres y los niños son como nosotros fuimos, somos y seremos. Así que siempre hay que empatizar para dar el tratamiento adecuado”, afirmó el médico.

Con una sensibilidad humana admirable, acompañada de una gran determinación como estudiante destacado y jefe de residentes, el Dr. Marín no dudó ni un segundo para inspirar a quienes inician su camino en el Programa en Especialidades Médicas de la UCR, y que **en pocos años serán la nueva fuerza de salud encargada de cuidar a todo un país**. Su mensaje fue contundente.

“El potencial de todo lo bueno que van a lograr hacer es casi ilimitado y estoy seguro de que a muchos de ustedes les han dicho que tienen mucho potencial. ¿Un consejo? Dejen de tener mucho potencial. **Si hay un momento para empezar a alcanzarlo que sea ahora**. No se queden como la joven promesa que pudieron haber sido o el talento innato que simplemente nunca llegó a brillar como se esperaba por falta de disciplina o dedicación. El momento de alcanzar ese potencial es ahora. Póngase metas y expectativas altas”, motivó el Dr. Marín.

A este talentoso joven de la medicina que concluirá su formación el 30 de mayo del 2023, se le debería preguntar su camino, sus metas y anhelos y, por qué no, algunos consejos inmunizadores, para que las personas que opten por estudiar esta profesión **puedan sobrellevar una de las carreras más desafiantes y entregadas al ser humano en sus momentos de mayor vulnerabilidad**.

Un llamado a servir

—Dr. Marín, vos le diste a las y los residentes un discurso que deja claro el amor que tenés por la vida, por la familia y, por supuesto, por la medicina. ¿Por qué escogiste esta carrera?

—José Pablo Marín Castro (JPMC): “Siempre me ha gustado mucho la gente. De hecho, una de mis metas desde que tenía 12 años era ser misionero en algún país, ir a ese lugar y servir. Conforme se fue acercando la decisión, me di cuenta que me gustaba mucho la salud y empecé a darme cuenta que las partes del cuerpo que me había aprendido desde chiquitito me seguían llamando la atención.

Así, Medicina fue una de las carreras que, por dicha, ofrecía la Universidad de Costa Rica. Entonces, oré, pedí inspiración, pedí revelación y sentí que ayudar a la gente por medio de la medicina era el camino”.

—Medicina General la empezaste en la UCR el 2007. ¿Cómo fueron esos primeros años de la carrera?

—JPMC: “El primer año fue durísimo. Ese año también estaba estudiando Administración de Empresas en una universidad privada. Al final, en la carrera de Administración me dijeron que no iba a poder con las dos carreras y que, si quería, mejor hiciera una maestría después porque medicina es muy duro. Tenían razón.

El segundo año fue posiblemente el año más difícil de la carrera, incluso contando la especialidad. En ese año, de hecho, paré mis estudios para cumplir mi sueño de ser misionero y fui a servir a Chile por dos años. Cuando regresé, y gracias a que la UCR todavía me aceptaba, pude volver a entrar y continuar la carrera a partir del 2011. En ese año seguí con lo que me faltaba”.

—Pausar los estudios en Medicina para ser misionero no es algo que ocurre frecuentemente en la UCR y menos en Medicina. Ese llamado tuvo que haber sido fuerte. ¿Influyó esa experiencia de alguna manera en cómo concebías la profesión?

—JPMC: “Completamente. El llamado fue fuerte y la experiencia influyó en mi profesión. Hasta ese punto, el ser misionero me dio los dos mejores años de mi vida. Me encantó servir a la gente y me di cuenta de que realmente sí me apasionaba el sentir que algo que yo hiciera podría ayudar y hasta bendecir a alguien por algunos años de su vida e, incluso, por más tiempo. El poder influir de esa forma positiva en las personas fue algo que me enamoró.

En Chile estuve principalmente en Santiago. Hubo unos pocos días que estuve en la isla Robinson Crusoe, pero en ese año, en el 2010, fue el terremoto de Chile y nosotros tuvimos un maremoto. Entonces, desapareció la mitad de la isla. Gracias a Dios sobrevivimos. Volví a Chile continental y seguimos ayudando en todo, desde lavar platos, barrer calles, un Techo para mi País, oramos con las personas, les enseñamos de Dios, les ayudamos a que aprendieran cómo una influencia espiritual en su vida puede ayudarles a seguir adelante, a cambiar costumbres, a mejorar su relación familiar y también con Dios.

Esa experiencia me ayudó a recordar de que muchas veces el tan solo sonreír, el ser amable, el querer de verdad que alguien tenga felicidad, es una acción que puede ser más poderosa que muchos medicamentos. Entonces, el poder ayudar de esa forma a las personas con un interés genuino, es algo que he tratado de seguir conservando el resto de la formación médica”.

—Justamente, ahí te diste cuenta que el trato hacía una diferencia y que el médico no es solo recetar fármacos.

—JPMC: “Exacto. No se me ocurre otra manera de decirlo”.

—Dr. Marín, y en tus años de formación como médico general, ¿cuál fue el momento más significativo para vos?

—JPMC: “El haber entrado a la UCR. Yo soy el menor de cinco hermanos y no tenía posibilidades de estudiar Medicina en una universidad privada. Recuerdo que en el año de ingreso el corte fue altísimo. Por dicha me dio y empecé acá.

Además, gracias al promedio que saqué, pude estar becado el primer año de la carrera para ayudar a los gastos de mis hermanos y que ellos terminaran de graduarse. Entonces, soy alguien súperagradecido con la Universidad porque, durante los semestres, gracias a

Dios mi preocupación era ir a comer que ver cómo iba a pagar los aranceles. Es algo de lo que estaré eternamente agradecido”.

Una mirada

—¿Y en qué momento tomás la decisión de especializarte en Oftalmología? Son 57 especialidades médicas las que ofrece el Programa de Posgrado en Especialidades Médicas de la UCR y seleccionaste esa de todas las demás. ¿Por qué?

—JPMC: “Fue interesante porque siento que la UCR se tira mucho a las especialidades médicas en vez de las quirúrgicas. Entonces, el último semestre de Medicina General yo todavía no tenía una especialidad para escoger y justo, en el último semestre, en la última rotación, dijeron que había un espacio en Oftalmología.

Como no tenía dónde rotar, fui a Oftalmología y vi las primeras cirugías de catarata. ¡Increíble! Siempre me gustó hacer cosas con las manos, el origami en miniatura siempre me encantó y sentí que yo tenía la habilidad de hacer algo fino en pequeña escala. Recuerdo las primeras tres cirugías de catarata que vi y dije: ‘¿usted sabe que yo podría hacer eso?’

Un 28 de diciembre del año antes de entrar a mi última rotación volví a orar. Le dije a Dios: ‘por favor, ayúdenme para que, ahora que voy a entrar al internado, tenga una pista sobre qué es lo que usted quiere que yo haga, ayúdeme, deme un empujoncito’. Al día siguiente publicaron la lista en la cual se indicaba que yo iba a ser el interno en Oftalmología.

Entonces dije: ‘bueno..., no sé qué más señal quería pedir. Está claro. Cuando ya estuve haciendo la rotación, como interno pensé: ‘¡hijole!, me gusta mucho el ambiente. Me gustó el trato que se le da al paciente, el tiempo que tenemos para tratarlos. También, que tiene un área médica y quirúrgica. Tomé la decisión de esforzarme para hacer la escogencia de la especialidad y logré entrar”.

—Entrás a una especialidad que es una de las más solicitadas en el país por parte del sistema de salud pública nacional. ¿Alguna vez dudaste si estabas en el camino correcto?

—JPMC: “Sí. La especialidad me costó mucho. A pesar de tener esas ganas de ayudar, como estudiante muchas veces me sentí inadecuado para lo que estaba haciendo y dudé mucho, de verdad. Pensaba si de verdad era para mí. Al principio, no tuve mucha oportunidad quirúrgica y tuve que depender de mi respuesta inicial de seguir esforzándome y no dejarlo.

En mi último año llegó el momento de operar. Uno de mis amigos, que ya se había graduado, me encontró un día sintiéndome mal. Él sabía lo que estaba pasando por la mente y me dijo: ‘Marín, no se vaya hasta hacer la primera operación de catarata, porque las palabras de los pacientes después de ayudarlos a mejorar su vista lo van a marcar’. No lo pudo haber dicho mejor.

Empecé con una catarata en abril del año pasado. Al final de ese mes eran 10 y las palabras de los pacientes, el agradecimiento de que veían sombras y ahora ya estaban viendo más claro, algunos hasta con la visión perfecta porque solo tenía las cataratas, me marcó y me enamoró.

Ahí supe que, en definitiva, eso era lo mío y que debía seguir. De hecho, ya he operado más de 160 cataratas y, con el resto de cirugías, más de 300. Cada persona que llega, y se toma el tiempo de agradecer, hace que uno sienta satisfacción. No para inflarse el ego o porque

la gloria sea para uno, sino porque el precio de esos años, desde que empecé medicina en el 2007 a ahora, quince años después, están valiendo la pena.

Hoy estoy cumpliendo mi sueño de servir y el hecho de intentar ser una buena persona, y esforzarme por ser un buen cirujano, puede llegar a ser muy bueno. Todavía me sigo perfeccionando”.

—Pero, ¿qué pasó exactamente en ese momento que hizo que pensaras en dejar la especialidad?

—JPMC: “El cansancio de las guardias, tener que estar preparando las clases y la privación de sueño. Además, soy papá y esposo. Yo me casé en el segundo año de Medicina. Ya tengo once años de casado y tres hijos de 7, 5 y 2 años.

Cuando yo llegaba a casa el primer tiempo era para mi familia y, después, ocho o nueve de la noche me dedicaba a estudiar. Todo ese cansancio emocional y la falta de haber pasado por una parte quirúrgica me desanimó mucho. Sin embargo, esto es parte de la resiliencia que hay que mostrar. Requerí mucho el apoyo de mi familia y del soporte de mis amigos, eso me ayudó un montón en el momento preciso.

Recuerdo todos esos momentos en los cuales uno derrama lágrimas y frustración, pero es parte del proceso y hay que aprender a disfrutarlo. Nadie dijo que iba a ser fácil. Hoy por hoy estoy operando en la misma sala en la que estuve como estudiante en el 2016, con la gran diferencia de que ahora yo soy el cirujano principal.

Así que esas experiencias y oportunidades que le da a uno la vida de que, si usted se esfuerza, confía en Dios y en las personas que puso a su lado, se puede seguir adelante. Yo soy un testimonio de eso”.

—Y con una esposa y tres hijos que están en sus etapas más importantes de crecimiento.

—JPMC: “Vieras que varia gente me ha dicho que no saben cómo hago con esposa y tres hijos. Para mí es al revés. No sé cómo hacen los demás sin el motor que da una esposa y tres hijos.

Para mí ellos son mi motivación y recuerdo que les dije que iba a esforzarme porque yo quería que me vieran y que recogieran el título por mí, de no solo ser un especialista, sino de graduarme con honor. Todavía debo hacer algunos exámenes para lograrlo, ojalá que pueda mantener la racha, pero sí quiero que ellos puedan recoger mi título y que puedan recordar que yo me esforcé gracias a todos ellos”.

Esencia médica

—Ahora que mencionás el anhelo de graduarte con honores, y cuyo promedio ponderado de 9.2 pinta bastante bien para lograrlo, ¿para vos qué define a un médico ejemplar? ¿Son solo buenas calificaciones?

—JPMC: “No. Las calificaciones son solo un apéndice. Siempre será muy bueno que uno haya mostrado que se pulió por saber ese extra que a veces se evalúa en los exámenes. Pero hay que tener claro que el examen no evalúa al médico.

Uno podría engañarse pensando que solo saliendo bien y con notas de 100 voy a tratar bien a los pacientes y no. Conozco personas excelentes de 100 que no han entrado a la especialidad y, también, conozco a muchas personas que se esfuerzan continuamente y, si

bien no tienen ese 100, sí dan un trato excelente a los pacientes y se preocupan por darle lo mejor.

Nada hago yo sacando un 92 si, con esos ocho puntos que me faltaron, no reviso qué fue lo que me faltó para haber logrado el 100. Al final, ese esfuerzo, esa milla extra, es por beneficio de los pacientes. El saber que “ese más” puede cambiar la vida de una persona.

Así que, si bien el paciente siempre va a estar agradecido de que te esforzaste por prepararte, aprender mucho y sacar buenas calificaciones, esto no hace al médico ejemplar, sino que unás ese hecho con un buen trato humano. Darle al paciente una sonrisa, calidez y que, aunque estés realizando anotaciones en el EDUS, los veas o los escuches, hace una gran diferencia.

Muchas personas van a ver mejor cuando ellos sienten que uno está interesado. Hay muchos pacientes en mi especialidad que no pueden recuperar más vista de la que tiene en estos momentos, y van a las consultas para cuidar o preservar lo que tienen. El que ellos sientan de que uno está preocupado por ellos, de que uno trabaja porque tengan una buena calidad de vida y que sean felices, es un premio adicional y un componente humano que define más a un médico que cualquier nota o premio.

Es bueno ser importante, pero yo creo que es más importante ser alguien bueno. Yo preferiría que me recuerden como un caballero, como un médico amable y compasivo, y no por el médico que sacó muy buenas notas, te lo cambio 1 000 veces”.

—Doctor, ¿cuáles son ahora sus expectativas? ¿Qué viene para usted?

—JPMC: “Ahorita viene servicio social. En cuatro o cinco meses se abren las plazas. No sabemos todavía dónde. Al parecer será Ciudad Neilly o en Guápiles. Independientemente de cuál sea el lugar, ya nos reunimos en la familia para tener un plan para cada uno.

Si nos toca quedarnos en la casa y quedar en el GAM, pues con todo gusto. Si toca ir a servir a lugares más vulnerables, también lo vamos a hacer con mucho gusto. Es una oportunidad de crecimiento muy importante y todos, como familia, nos movemos en grupo.

Si me toca Ciudad Neilly, tal vez esté un par de meses para alistar todo. Ya luego sí los necesito, porque no puedo estar lejos de mis motores”.

—Y ya, para cerrar, ¿qué le podemos recomendar a las y los futuros residentes que en este momento se están formando o que están pensando en iniciar una especialidad?

—JPMC: “Si algo aprendimos en estos años de pandemia, es acerca de la importancia de la inmunización, así que por eso permítanme inmunizar con algunas palabras acerca de lo que va a pasar.

El cansancio los va a desanimar. La especialidad les va a costar más que cualquier otra cosa que hayan hecho en sus vidas. Si no está costando, no están intentando ni estudiando lo suficiente.

Estadísticamente, el 85 % de los que estudian una especialidad no tienen un talento natural para lo que van a hacer y a menudo les va a costar. Van a sentir que no merecen estar aquí. El cerebro les va a jugar en contra. Cuando llegue el virus del desánimo y hay privación de sueño, hambre o cuando parece que los obligaron a hacer un ayuno intermitente que no escogieron, empezarán a pensar mal.

Tal vez piensen: ‘no me pagan lo suficiente para lo que hago. No sirvo para eso. Jamás voy a poder ser bueno. Quizás operar no es lo mío’. Van a dudar de haber entrado a su carrera pero, cuando ustedes recuerden que estudiaron años para esto, meses para aprobar este

examen, horas de madrugada tratando de entender un tema, salidas de viernes a las que no asistieron, citas que cancelaron por acciones suyas, van a seguir adelante.

Aprendan a sentirse cómodos con lo difícil, búsquenlo, acostumbrense a que cueste e, incluso, pidanlo. Interioricen que en medio de la dificultad reside la oportunidad de crecimiento y recuerden que, aunque quizás no cuenten con el talento innato, la constancia tarde o temprano alcanza el talento. Aunque muchos no son genios, la perseverancia del estudio y el tiempo le dará una paliza a la genialidad.

¡Ah! Y que no olviden iniciar con el esquema completo con buenas dosis de humildad. Estas se las pueden aplicar solos y es mejor aplicársela a uno mismo. Si no, tranquilos. La residencia les dará dosis de humildad cuantas veces sean necesarias. Cada año, de hecho, hay que ponerse un refuerzo”.



[Jennifer Jiménez Córdoba](#)

Periodista, Oficina de Divulgación e Información

Área de cobertura: ciencias de la salud

jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr

Etiquetas: [especialidades](#), [medicas](#), [ucr](#), [estudiante](#), [destacado](#), [oftamologia](#).