

Fecha: 12-01-2026
 Medio: Las Últimas Noticias
 Supl.: Las Últimas Noticias
 Tipo: Noticia general
 Título: El secreto de la mejor egresada de Medicina en Chile: "Duermo mis ocho horas siempre"

Pág.: 20
 Cm2: 616,7
 VPE: \$ 3.391.048

Tiraje: 91.144
 Lectoría: 224.906
 Favorabilidad: ☐ No Definida

Cada vez que pudo, Camila Gigli complementó sus estudios con el tenis y sus voluntariados

El secreto de la mejor egresada de Medicina en Chile: "Duermo mis ocho horas siempre"

En su carrera el estudio puede absorberlo todo: por eso valora tanto sacarse de encima el estrés académico.

FRANCISCA ORELLANA

La doctora Camila Gigli se sorprendió mucho cuando, el año pasado, recibió un mail de la Universidad de los Andes: le informaban que había sido elegida la mejor egresada de Medicina del plantel y que la postularían al cetro nacional entre todas las universidades que imparten la carrera en Chile.

"Antes elegían al alumno con mejor rendimiento académico. Yo con un 6,5 no era la número uno, sino la cuarta en el ranking", cuenta. Finalmente, entre todos los mejores egresados de Medicina de Chile, Gigli ganó el primer lugar en el premio de honor que entrega todos los años el Colegio Médico.

"Yo iba a recibir el premio por mi universidad, no me esperaba ser elegida a nivel nacional. La verdad es que fue demasiado emocionante, me di vuelta a ver a mi familia, mi papá estaba emocionado. Creo que en la universidad se puede ir más allá que sólo estudiar. Yo practiqué tenis e hice voluntariados; eso me sacaba de lo académico y al final me hacía rendir mejor", destaca Gigli, quien está estudiando la especialización en cirugía pediátrica en la Universidad Católica.

¿Por qué cree que le dieron el premio?

"Conv ersando con la directora de estudios de la universidad me dijo que tienen que postular a quien represente mejor este premio y eso va más allá de lo académico. Para mí fue muy bonito, porque valoraron no sólo las notas: también tomaron en cuenta mi trayectoria deportiva y social en la universidad. Pude mostrar que sí se puede estudiar una carrera difícil y compatibilizar con otras cosas importantes como el deporte, que me sacó de la estructura de medicina".

En la selección de tenis de su casa de estudios, recuerda, llegó a ser la capitana; también lideró operativos médicos en sectores de escasos recursos, hizo ayudantías e investigaciones médicas. Todo eso lo incluyó en el currículum que armó para postular al premio del Colmed. "Ahí puse que participé como voluntaria médica en los Juegos Panamericanos y los trabajos



Camila Gigli fue premiada por el Colegio Médico la semana pasada.

que publiqué en la carrera. Como estaba postulando a la especialidad, tenía todos mis papeles listos", detalla.

¿Su familia no la cuestionó por hacer tantas cosas que pudieran desconcentrarla?

"No, para nada. Mi familia sabe que soy responsable y que me gusta mucho lo que hago. Sabían que si estaba metida en mil cosas es porque quería estar en todas partes. Fui así siempre, desde el colegio era responsable y distinto hubiera sido si me hubiera puesto sólo a carretear".

¿Cómo lo hacía para organizarse con tantas actividades?

"Si tenía pocas pruebas, me dedicaba más al tenis u otras cosas; si me tocaba prueba, tenía que dedicar más tiempo a estudiar. Me organizaba sí o sí para por lo menos entrenar tres veces a la semana; hacía calzar las ventanas entre las clases para ir a entrenamiento o usaba el horario de almuerzo: me comía algo rápido, entrenaba una hora y volvía a clases, entonces no me quitaba tiempo de estudio. Si me tenía que ir a una competencia, mi grupo de amigas me apañaba y me mandaban los apuntes. Esas cosas también fueron claves."

¿Le dieron facilidades para hacer deporte y estudiar?

"En términos de correrme pruebas, no, pero sí cuando estaba haciendo el internado los dos últimos años: es pesado y hay que tener como 100% de

Estrés académico

¿Qué consejo tiene la mejor egresada de Medicina a quienes quieren estudiar la carrera hoy? "Es una carrera bonita, pero intenten tener algún que otro hobby que te saque del estrés académico que conlleva la universidad. No tienen que ser tres horas al día, pero sí por lo menos dos o tres veces a la semana, porque eso sí marca la diferencia para su salud mental. Y priorizar el sueño: sé que no siempre se puede y que hay gente que funciona mejor estudiando en la noche, pero en mi caso me ayudó bastante a rendir en la universidad. Y los amigos son claves: la universidad no sólo es para ir a estudiar, también es para formar redes, apoyarse entre los compañeros y pasarlo bien. Al final todo eso va a hacer que la carrera sea más amena", recalca Camila Gigli.

asistencia. Ahí me dieron facilidades para competir, como poder irme más temprano o cambiar de día un turno. Fui a jugar el campeonato nacional, me dejaron faltar y después recuperé haciendo turnos extras. Cuando pedí permiso, no tuve problemas. Ahora hay un reglamento para los deportistas en la universidad donde tienen facilidades para hacer las pruebas. Apareció justo cuando salí".

¿Cómo pudo rendir tan bien en todo?

"Duermo mis ocho horas siempre. Eso no era negociable y fue de las cosas importantes que prioricé".

¿Qué le costó más en la carrera?

"Los primeros ramos, como Física. El primer año de la carrera fue como quinto medio, pero después empiezan los ramos más clínicos que son más entretenidos y aterrizados a la medicina como tal: daban más ganas de estudiar porque veías en la práctica que todo lo que estudiabas sirve".

¿Sigue practicando tenis?

"Sí, entreno todas las semanas, me preocupo del deporte, de tener tiempo con mis amigas o familia. Si sólo priorizara el hospital y el estudio me volvería loca".