

# El Norte de Castilla

## La MIR que eligió Medicina de Familia desde la vocación: «Me gusta la cercanía y me atrae la medicina rural»

Clara Álvarez Aragón estaba por nota en el batallón de cabeza para poder optar a plazas de bastantes especialidades, pero se decantó por la de mayor contacto con el paciente desde la Atención Primaria



Clara Álvarez Aragón, que acaba de iniciar su andadura como residente de primer año en el Centro de Salud Delicias I. (Carlos Espeso)

[Susana Escribano](#)

21/06/2026

**VÍDEO:** <https://www.elnortedecastilla.es/valladolid/primera-mir-elegir-medicina-familiar-valladolid-gusta-20260621195128-nt.html>

Clara Álvarez Aragón obtuvo una puntuación en el examen MIR que le permitió elegir plaza el día tercero de un proceso de adjudicación que se alargó, por orden de nota, durante quince jornadas. [Y optó por Medicina Familiar y Comunitaria](#). Quienes escogieron plaza ese 7 de mayo junto a ella, en Valladolid, se inclinaron por Oftalmología, Endocrinología y Nutrición, Anestesiología, Cirugía Ortopédica y Traumatología, Cirugía Oral y Maxilofacial, Ginecología y Obstetricia... Tenía donde elegir y decidió formarse como especialista médica de Atención Primaria. Primó lo vocacional. «A mí, Medicina Familiar siempre me ha encantado, ha sido donde me he imaginado trabajando de mayor. Me gusta por su cercanía y su variedad, porque tiene muchas salidas diferentes, como Urgencias, un centro de salud o la medicina rural. Por eso elegí Medicina Familiar», valora Clara Álvarez.

**«Cuando eliges tan pronto mucha gente te dice que no escojas Medicina de Familia, que hay especialidades con las que se vive mejor y más reconocidas. Yo creo que he elegido bien»**

**Clara Álvarez Aragón**

### **MIR de Medicina Familiar y Comunitaria**

Un día después que ella, otros dos compañeros siguieron sus pasos en Valladolid, pero la inmensa mayoría de las plazas MIR de esta especialidad se adjudicaron en los tres últimos días del proceso, cuando se habían agotado ya casi todas las opciones, salvo algún puesto para Medicina Preventiva y Salud Pública, especialidad que pasó al primer plano en la toma de decisiones para contener la pandemia de la covid-19. Clara eligió convencida y un poco a contracorriente de lo que se ve en la adjudicación de plazas MIR. Afirma que barajó también Reumatología y Hematología, pero que pudo más Medicina Familiar y Comunitaria «por la variedad de lo que ves en el día a día», incide.

«Cuando vas a elegir tan pronto mucha gente te dice que no la escojas, que hay especialidades con las que se vive mejor o que están más reconocidas. Pero al final era lo que más me gustaba. Yo creo que he elegido bien», remarca la joven MIR de primer año.

Clara Álvarez se formará, principalmente, en el Centro de Salud Delicias I, que tiene al Río Hortega como hospital de referencia. «Me gustaría variar y conocer todos los campos de la Medicina de Familia. Me atrae mucho la medicina rural y también el ámbito de cuidados paliativos, no me gustaría descartarlo», apunta esta joven vallisoletana, graduada por la Universidad de Valladolid e hija de una doctora que cada día atiende pacientes en una consulta de Atención Primaria. Así que conoce, vía experiencia materna, lo que va a encontrarse profesionalmente y que disfrutó de las rotaciones que ha hecho como estudiante, concretamente en

el Centro de Salud Casa del Barco, junto al Campo Grande. «Yo ya sabía que me iban a encantar», remarca.

La primera MIR en elegir esta especialidad en Valladolid señala que la Medicina Familiar es un ámbito en el que se está intentando impulsar el uso de tecnologías para ampliar las posibilidades de diagnóstico. «Se está desarrollando mucho la ecografía, con formaciones y cursos, y podemos hacer muchas técnicas que a lo mejor la gente desconoce, como cirugía menor», explica Clara Álvarez Aragón.

### **190 plazas en Castilla y León, 44 en Valladolid**

Castilla y León ha ofertado este año 570 plazas de formación de Médico Interno Residente (MIR) de primer año, de las que 190 eran de Medicina Familiar y Comunitaria. Las 86 últimas plazas que se eligieron correspondieron a esta especialidad y fueron escogidas entre el 26 y el 27 de mayo, en un proceso que empezó el 4 de mayo (no cuentan festivos en Madrid ni fines de semana). El día 19, de estas 190 solamente se habían elegido 26. Valladolid ofertaba para nuevos MIR de Medicina de Familia 44 plazas. Las últimas en cubrirse fueron las seis ubicadas en Medina del Campo.

Conoce antes que nadie los temas en los que trabajamos, los próximos capítulos de nuestras series o las curiosidades y novedades del periódico.

Clara Álvarez Aragón se incorpora así a una especialidad que afronta el desafío de cubrir el relevo de jubilaciones de los próximos años. Son las consultas que más visitan los ciudadanos y en las que se solucionan más del 90% de los problemas de salud. El primer eslabón de la asistencia sanitaria, en el que cualquier atoramiento repercute en las Urgencias y la atención hospitalaria, pero que también sufre la tensión de las listas de espera para consultas con otros especialistas o pruebas diagnósticas, porque el paciente al que no se atiende en un tiempo adecuado acaba reiterando visitas a su médico de Familia.

### **Quince años con el mismo doctor reduce mortalidad**

Disponer del mismo doctor (doctora generalmente, porque hay más mujeres) en el consultorio o el centro de salud durante más de quince años repercute en la historia clínica de sus pacientes. Ganan en salud. Un estudio de la Sociedad Española de Medicina Familiar concluye que estar quince años bajo la supervisión del mismo profesional reduce un 25% la mortalidad. Esta sociedad médica reivindica «el valor estratégico» de estos doctores para el presente y el futuro del Sistema Nacional de Salud y reclama a las administraciones sanitarias un compromiso «sostenido» que permita desarrollar la especialidad al máximo.

Los profesionales de la Medicina Familiar y Comunitaria van a acompañar al paciente a lo largo de toda su vida. Desde que se hace el traslado de la historia

clínica desde Pediatría, a los 14 años de edad. Contar con el mismo médico durante años es una suerte. Mantener el mismo facultativo de referencia en el largo plazo disminuye un 30% el uso de Urgencias y un 28% las hospitalizaciones. En pacientes con enfermedad cardiovascular crónica implica bajar un 10% la mortalidad y un 12% los ingresos en el hospital. En pacientes con diabetes tipo 2, esa continuidad del médico de familia rebaja hasta un 53% el riesgo de mortalidad.

Es lo que da el conocimiento sobre las circunstancias clínicas, sociales y familiares del paciente y de su entorno cuando hay una relación de años con el doctor o doctora que tiene como referente en el consultorio de su localidad o en el centro de salud que le toca. A ello se pone desde ya Clara Álvarez Aragón, primer MIR en elegir Medicina Familiar y Comunitaria en Valladolid este año.