

## «Me preparé sola el MIR, sin academia»

**La médica nicaragüense Carmen Calero Lezama llegó sola a España en 2023, aprobó el MIR 2025 y eligió como especialidad Medicina del Trabajo en el Hospital Río Hortega**



[Laura Negro](#)

Sábado, 24 de enero 2026

Carmen María Calero Lezama llegó a Valladolid buscando futuro. Y eso, en su caso, implicó hacer las maletas para cruzar un océano sola y enfrentarse a un examen MIR sin academia, sin red familiar y sin ninguna certeza. Esta nicaragüense hoy presume con orgullo de ser residente de primer año de Medicina del Trabajo en el Hospital Río Hortega. «Mis padres son farmacéuticos y docentes universitarios. Yo, al principio quería ser docente también, pero luego me orienté más hacia la medicina», dice esta doctora que tuvo nueve años de formación en su país, seis de ellos en la universidad, uno como interna en un hospital y dos de servicio social. A eso se le añaden cuatro años trabajando como médico general, tras los cuales, decidió dejarlo todo para venir sola a España a especializarse. «La medicina en mi país está muy bien implantada y la formación es muy buena», comenta.

Inició la homologación de su titulación estando aún en Nicaragua. Tuvo suerte, ya que los trámites le llevaron «solo» cinco meses. «Tengo amigos que han estado

hasta cuatro años esperando», relata al recordar aquella incertidumbre burocrática. Con asesoría legal, logró además regularizar su situación laboral casi en paralelo. Llegó a España en 2023. Su destino elegido fue Madrid, donde consiguió su primer trabajo y el primer contacto con la especialidad en la que hoy ejerce. «Mi primer empleo en España fue como médico reconocedor. Ahí fue donde conocí en qué consistía la Medicina del Trabajo, porque en mi país no existe como especialidad. Fue algo que me encantó ya que siempre me llamó mucho el ámbito laboral. Mi siguiente empleo fue en una residencia de ancianos, pero ya tenía muy clara mi pasión», relata.



**La doctora Carmen María Calero es R1 en Medicina del Trabajo en el Hospital Río Hortega R. Ucero**

Su meta era superar el MIR, la prueba de evaluación para acceder a la formación de especialistas médicos. Por su realidad económica y logística se vio obligada a preparárselo sola. Sin academia. Algo muy poco habitual. «Las academias eran muy costosas, algunas no permitían pagar a plazos y, además, tenían unos horarios difíciles de compaginar con mi trabajo. Así que me compré los manuales y me organicé sola. Era consciente de que presentarme al MIR del 2024 era muy precipitado, así que me esperé al examen de 2025, aunque probablemente no estudié tanto como otros compañeros porque tenía muchas obligaciones», prosigue la doctora Calero, que en la recta final intensificó el ritmo haciendo test diariamente.

En junio se presentó al examen en Madrid. Aquel fue un día duro y no precisamente por las preguntas que se encontró sobre el papel. «Los españoles iban todos con toda su familia, sus parejas o amigos. Les esperaban a la salida con pancartas y flores, y yo... estaba sola. No estaba preparada para esa escena. Uno, en ese momento, necesita un abrazo y que alguien te espere al salir. Había otros chicos que, como yo, venían de otros países y también estaban solos. Seguramente ellos tuvieron la misma sensación de melancolía que yo sentí en aquel momento», reconoce.

El examen le fue bien y la nota le dio para elegir la especialidad que tanto soñaba. A la hora de seleccionar el destino, buscó en ciudades cercanas a Madrid y entonces Valladolid y el Hospital Río Hortega aparecieron en su radar. Miró las conexiones que había en tren, buscó fotos del hospital y leyó reseñas. «Parecía muy bonito. No tuve tiempo ni para venir a visitarlo, pero lo elegí y al llegar vi que había sido la decisión correcta. Estoy satisfecha. El servicio es muy agradable y mi tutora es muy atenta, tiene muchísimos conocimientos y nos dedica mucho tiempo. He encontrado personas buenas en el camino y mis compañeros han sido muy agradables», agradece.

Para cumplir con su calendario académico tiene que rotar por diferentes servicios para conocer [todas las especialidades vinculadas a las enfermedades del profesional y de los accidentes laborales](#). «En el tercer y cuarto año, nos centramos en hacer reconocimientos médicos, adaptaciones de puesto y prevención. Lo que hace esta especialidad es ayudar al trabajador a que no se enferme en su trabajo. Evaluamos, adaptamos y prevenimos para que pueda desempeñarse mejor», concreta esta médica, cuyo futuro no pasa por volver a Nicaragua, al menos, no como especialista. «La especialidad allí no está implementada. Quizás el día de mañana me planteé regresar a Madrid, donde el campo laboral es más amplio», dice.

A aquellos que se presentan este fin de semana a su examen MIR, les aconseja «que vivan esta experiencia con alegría. Es un momento enriquecedor a nivel profesional. La verdad es que los médicos extracomunitarios la vivimos de forma distinta a los españoles, pero es una etapa muy importante. Pasamos de ser médicos generales a tener una especialidad. Desde 2025 el sistema MIR es más justo y brinda más oportunidades a los médicos extracomunitarios porque hay un mayor número de plazas y la oportunidad de poder elegir hasta agotar cupos, aunque aún hay camino por recorrer», concluye.