

USMLE

Examen de Licencia
Médica de los
Estados Unidos

**PREGUNTAS
FRECUENTES**

Dr. Camilo Albert

USMLE Coach



Dr. Camilo Albert

Mi nombre es Camilo José Albert Fernández. Nací en Santo Domingo, R.D. en 1996. Actualmente tengo 24 años y me gradué de Doctor en Medicina en 2020.

En 2016, año en que formalmente entré a la escuela de medicina de mi universidad, tomo la decisión de que cuando termine mi carrera, me interesa irme a los EEUU a continuar formándome como especialista. Desde ese momento empecé pasivamente a prepararme poniéndole un empeño especial a mi base en esos primeros semestres de ciencias básicas.

Luego, a principio del 2017, decido estudiar de manera enfocada para USMLE STEP 1, llevando de manera paralela el pénsum de mi carrera y los estudios para este examen. Durante todo el año 2017 me puse metas a corto y largo plazo que me permitieran que al terminar mi 2do año de ciencias básicas, esté capacitado para tomar la prueba.

A medida pasaba el tiempo me daba cuenta de lo vital que era la compañía, capacitación y guía para poder llevar este proceso de manera satisfactoria, y es por eso que luego de evaluarme a principios de 2018, decido que cualquier persona que necesite un consejo o ayuda, y que yo pueda brindarle una mano, pues sería algo importante. Esto debido a que comúnmente no todos tenemos acceso a las mismas herramientas y por suerte, mi universidad me proporcionó la consejería adecuada, y entendí que esta era una oportunidad de "pay it forward".

Sé lo angustiante, tedioso, e incluso frustrante que puede ser el proceso, por lo que asistir a cualquiera que esté a mi alcance, sería un apoyo para su futuro. Luego en 2018, el pre-internado me complicó la capacidad de estudiar para los STEPs y fue en 2019 que pude retomar mi preparación para STEP 2 CK.

Por razones de tesis, entre otras, el proceso para CK fue un tanto tedioso, incluyendo el hecho de que hice un hiato para tomar STEP 2 CS. Terminé de tomar estos últimos 2 exámenes para completar la certificación para ECFMG en 2020 y actualmente me encuentro en el proceso de aplicación a residencia médica y estudiando para STEP 3, así como también haciendo la pasantía. La especialidad que elegí es neurocirugía, y en esto pongo todos mis esfuerzos actualmente.

Entrevista al Dr. Camilo Albert

¿Consideraste otro examen de residencia como opción? Por qué escogiste el USMLE?

Las opciones siempre han estado ahí, sin embargo, desde el primer día sabía que quería irme a EEUU. Nunca consideré otra opción, pero esto es algo que me pasó a mí, y no necesariamente siempre es así con todo el mundo. Me llama la atención lo académica que es la medicina en EEUU, los recursos para preparación médica que poseen, así como también el estilo de vida del residente y médico de ese mismo país. Todo esto entiendo que potenciará mi capacidad profesional.

¿Qué piensas de lo que se dice sobre los steps... "que es mucho tiempo" "que es muy difícil" etc.?

Es una realidad que implican tiempo y esfuerzo, pero, en la carrera que elegimos, ¿qué no toma tiempo y esfuerzo?. Hay que poner en perspectiva las cosas, y creo que en ocasiones se hacen valoraciones injustas sobre el proceso al compararlo con otros procesos. Al final del día, entiendo que lo que cada quién quiere para su futuro es un factor muy importante para determinar si será un poco más o un poco menos difícil. Con todo esto quiero decir que los exámenes si son muy exigentes, se toma un tiempo bastante considerable, pero con dedicación y esfuerzo se puede lograr.

¿Cuándo tomaste cada step? ¿Podrías especificar el año de carrera en el que estabas y hablar a manera de resumen sobre cada uno?

USMLE STEP 1 - Abril 2018 (Primer semestre de pre-internado; 11vo semestre de mi pénsum). Este examen evalúa conceptos y conocimientos de ciencias básicas, que usualmente se dan en los primeros dos años de la escuela de medicina. De manera general se tocan los temas de: bioquímica, biología, genética, inmunología, microbiología, fisiología, anatomía, histología, patología, farmacología, bioestadística, ética médica, y ciencias del comportamiento.

USMLE STEP 2 CS - Marzo 2020 (Tiempo entre terminar la carrera y graduarme). Este examen lo tomé con el formato tradicional, pero cabe resaltar que actualmente no está siendo administrado y se comenta un posible cambio en su formato. Eran 12 casos con pacientes reales que simulaban sus quebrantos y se hacían consultas "realistas" y al final se escribía una nota de paciente similar a la que va al expediente.

USMLE STEP 2 CK - Junio 2020 (Tiempo entre terminar la carrera y graduarme). Aquí se evalúan nociones de tipo clínicas, dígame lo que aprendemos en pre-internado e interando. Las preguntas evalúan conocimiento de medicina interna, cirugía, psiquiatría, ginecología, obstetricia, pediatría, bioestadística, y ética médica.

Cabe resaltar que CS y CK fueron preparados durante el año de internado, pero por ciertas circunstancias se extendieron.

¿Cómo te preparaste para los steps?

Principalmente entiendo que intentar crear una buena base con las materias de la universidad es importante.

Luego entonces fui rellenando las lagunas con recursos como Kaplan, Sketchy, Pathoma, Goljan, mientras de manera paralela practicaba con bancos de preguntas como RX, Kaplan, UWORLD.

Luego de terminar esta parte, repasé todo con First Aid, y recursos más cortos como flashcards. Fui evaluando mi progreso tomando NBMEs, self-assessments de UWORLD, hasta tomar los exámenes.

¿Nos puedes hablar un poco de tus métodos/técnicas de estudio?

Para STEP 1 entiendo que lo más importante es hacer muchas preguntas y estar bien atentos al feedback que tiene cada una. Tomaba mi First Aid como libro de base para anotar cosas que estaban en el feedback que pudiesen más adelante ayudarme a recordar cosas puntuales e importantes. De igual manera, y paralelamente, iba rellenando esas lagunas anteriormente mencionadas viendo videos y leyendo libros de Kaplan y los otros recursos que mencioné.

Para CK, no vi muchos videos ni leí mucho, sino que me enfoque en hacer muchas preguntas, leer detenidamente el feedback y anotarlo en mi First Aid.

CS lo preparé con una compañera con quien simulaba casos similares a los que salen el día del examen, del libro de First Aid.

¿Qué ha sido lo más desafiante de tomar el USMLE como un IMG?

El hecho per se de ser un IMG no te lacera, lo que si es una realidad es que en la mayoría de los casos la educación en USA es diferente a la que tenemos en RD y por tanto debemos remediar esa brecha con más tiempo de estudio y sacrificio. Entiendo que dedicar todo este tiempo a tomar un solo examen (o varios) puede pasar factura en varios aspectos nuestra vida, pero manteniendo la meta clara y motivándonos, podemos lograrlo.

Un consejo final para las personas que quieren tomar los steps y tienen miedo por todo lo que se habla del examen...

El consejo es que la motivación tiene que venir desde dentro de cada uno de los interesados. La realidad es que mi motor era poder alcanzar cada una de mis aspiraciones profesionales, y entender que hacer mi residencia en EEUU me iba a ayudar. Levantarse temprano y estudiar tantas horas por tanto tiempo solo se logra si existe una convicción real de que eso es lo que queremos lograr. Antes de embarcarse en este mundo, infórmense, consigan la mejor guía posible por parte de personas que hayan pasado o están atravesando el proceso, porque es bien triste invertir tanto tiempo y esfuerzo y luego darse cuenta que no es lo que uno quiere realmente (aunque es mejor darse cuenta y re-estructurar su camino para ser realmente felices). Entiendan todo lo que implica el proceso, antes de entrar de lleno. Pero sobre todo, nunca dejen de soñar, y todos esos obstáculos que el proceso tiene pueden ser vencidos si de verdad lo desean.

USMLE

**PREGUNTAS
FRECUENTES**

¿Es bueno que como IMG empecemos a tomar los exámenes antes de graduarnos?

Es recomendable, altamente recomendable, más no es un requisito.

Si tomamos como referencia las escuelas de medicina en EEUU, los estudiantes toman sus exámenes durante la carrera y estar a la par con ellos sería ideal.

¿En qué año de medicina se debería empezar a realizar estos exámenes?

Se recomienda tomar STEP 1 justo después de terminar el ciclo de ciencias básicas, cuando todo está más fresco.

De igual manera, STEP 2 CK al final del primer año de ciencias clínicas (Pre-Internado)/

STEP 2 CS pronto después del CK (mediados del Internado).

¿Desde que año es recomendable empezar a estudiar?

Estudiar para los STEPs empieza el primer día que entras a la escuela de medicina. A través de un buen desempeño en tus materias del pensum, creas una base sólida a la que después le añades recursos de repaso. De esta manera complementas tu conocimiento y cierras cualquier brecha del aprendizaje.

Mi recomendación para estudiar directamente para los STEPs es que luego de tomar los primeros 2 o 3 cuatrimestres de ciencias básicas, empieces a darle prioridad al STEP.

¿Cuánto tiempo es lo "mínimo" que se necesita para alcanzar a terminar todos los steps?

El tiempo que dures lo va a determinar tu entrega, las circunstancias, y tus metas. El proceso se puede completar en tan rápido como 1 año y medio como puede tomarle 4 o más años.

¿Cuál es el contenido que se abarca en todos los steps?

STEP 1 Ciencias Básicas.

STEP 2 CK Ciencias Clínicas.

STEP 2 CS Capacidad de manejar un consulta.

STEP 3 Capacidad de enfocar todo el conocimiento obtenido a escenarios de la vida real.

¿Cuál es el precio de los steps?

STEP 1 - USD\$965

STEP 2 CK - USD\$965

STEP 2 CS - USD\$1,600

STEP 3 - USD\$895

Cada uno de estos precios es el base, al que se le pueden sumar pequeños fees por servicios.

Para mas información, [click aqui!](#)

¿Cuánto tiempo se toma, entre prepararse y las entrevistas y todo?

El proceso se va a tardar cuanto dures tú. Puede durar tan poco como 1 año y medio, hasta 4 o más dependiendo con que entrega empieces tu preparación y vayas terminando cada uno de los pasos.

El proceso es posible completarlo entre 1 año y medio a 2 años y medio.

¿Cómo es todo el proceso para tomar los steps?

Es un proceso donde te preparas a través de muchas horas de estudio para tomar cada una de las partes de los STEPs que sirven para obtener tu certificación del ECFMG que acredita que has cumplido con los estándares académicos básicos de un médico en EEUU. Luego con todas tus credenciales académicas, sociales, cartas de recomendación, currículum en general, aplicas para una posición de residencia médica.

¿Cuánto tiempo se toma para prepararse para cada examen?

Todo el mundo va a un paso diferente, pero en términos generales...

STEP 1 puede tomarse entre 1 a 2 años dependiendo de las circunstancias en las que esté el estudiante (podría ser un poco menos o más).

STEP 2 CK de 6-10 meses.

STEP 2 CS de 1-2 meses.

STEP 3 de 2-3 meses.

¿Qué tan difícil es aprobar el USMLE?

Para el año 2017, un total de 14,900 IMGs tomaron el examen por primera vez, de los cuales un 78% pasó el examen. Esta es la estadística más objetiva que puedo darte para responder.

¿Hasta qué edad tienes para tomar los STEPs?

No existe un límite de edad, ese lo ponemos nosotros mismos.

¿Si paso el step 1, ya tengo asegurada mi residencia?

No. Hay otros exámenes que tomar, así como también otros procesos que agotar.

Aunque haga maestrías en USA, ¿Tengo que tomar el ECFMG y USMLE para poder ejercer allá?

Entiendo que la pregunta hace referencia a ejercer como médico en EEUU. De ser así, el único camino que conozco para una persona no graduadas en EEUU (e incluso para los graduados allá de programas M.D) es tomando los USMLE STEPs y obteniendo tu certificación del ECFMG (si no estudiaste medicina en EEUU).

¿Qué recursos para estudiar recomiendas?

Todo el mundo funciona de manera diferente, por tanto los mejores recursos para ti pueden no funcionarme a mi.

Dicho esto, yo utilicé los videos y libros de **Kaplan, Sketchy Micro, Pathoma, Goljan**, y bancos de preguntas como RX, Kaplan, **UWORLD, y Becker**.

Estos son solo algunos de los recursos que utilicé, y cabe decir que son una muestra pequeña de aquello que está disponible para estudiar para este examen.

¿Qué cursos existen para poder prepararse o cómo hacerlo?

Existen empresas que ofrecen este servicio de preparación. Por nombrar algunas (*no tengo ningún tipo de afiliación o ganancia económica o de otro tipo*) están **Kaplan, Becker, AMBOSS**, entre otras. Lo que más hay es ofertas de este tipo. En internet pueden buscar muchas otras.

¿Tiene que ver con el índice o solo es la nota del examen?

Es una combinación de muchos factores, entre los que están tu índice universitario, notas de STEPs, rotaciones, experiencias de trabajo, servicio comunitario, entre otros.

¿Qué tanto Inglés hay que saber?

El dominio del inglés es importante. Dicho esto, no hay que tener el inglés como lengua principal para tomar el examen. Con tener una base donde se entienda lo leído, y estar dispuesto a buscar palabras que no se entiendan, se puede empezar a trabajar.

¿Cuál es la fecha para inscribir el examen?

El examen está disponible durante casi (excepto días feriados y otros días muy selectos) todo el año en los centros. La inscripción es online y se puede hacer en cualquier momento (si usted cumple con los requisitos de su universidad).

¿Qué tan importante es hacer rotaciones en algún hospital?

Enriquecer tu CV siempre es algo muy positivo con miras de impresionar a un comité de selección al momento de tomar la decisión de a quién elegir para una posición de residencia médica en EEUU.

Con lo competitivo que se están volviendo los puestos de residencia, haber rotado en los EEUU y posteriormente obtener cartas de recomendación de doctores allá potencia tu aplicación ya que le da al lector una idea de que estás probado en tierras extrañas.

¿Es obligatorio viajar a varios estados a tomar entrevistas?

No es obligatorio viajar a varios estados. Si recibes invitaciones a varios lugares para entrevistarte lo mejor es que vayas si te interesa, porque eso aumenta tus posibilidades de hacer MATCH.

¿Después de tomar los steps y aprobarlos qué se procede a realizar?

Uno de los siguientes pasos puede ser aplicar al MATCH. Digo uno porque algunas personas optan por enriquecer su currículum con rotaciones, experiencias de trabajo, experiencias de investigación, para tener mejores probabilidades al momento de aplicar al MATCH.

Este último es el programa donde introduces tus datos (a través de otra plataforma llamada ERAS) y aplicas para que los programas vean tus credenciales, te envíen una posible entrevista, y posteriormente podrían elegirte para hacer MATCH (elegirte para que hagas tu residencia médica en ese hospital).

¿Pasar todos los STEPs te asegura un MATCH?

No. Para nada. Te permite aplicar, que ya de por sí es un logro.

¿Cuáles son los requisitos para aplicar al MATCH?

Para aplicar lo recomendable es al menos tener tomados los USMLE STEPs 1, CK y CS (aunque para aplicar en si esto no es estrictamente necesario).

Luego de tener esos exámenes aprobados, todo depende de lo que puedas confeccionar en tu CV para sorprender a los del comité de selección de residencias médicas.

Evidentemente serán mejor considerados aquellos aplicantes con características completas como tener **servicio comunitario, experiencias de investigación, buenas cartas de recomendación.**

¿Cómo puedo saber cuánto dura cada residencia? ¿Cuáles son las herramientas que se llenan para el Match?

Esa información sobre la duración de cada una de las residencias está disponible online. Con escribir la especialidad que deseas y poner "cuanto dura" lo puedes encontrar.

Para el MATCH, los IMGs utilizamos varias herramientas, como lo son el ERAS donde organizamos y subimos todas nuestras credenciales.

¿Cómo funciona el proceso del MATCH? ¿Tú eliges la especialidad o es por puntaje la selección?

La especialidad a la que aplicas la eliges tú, y solo a esos programas que selecciones les llegarán tus credenciales. La nota tiene un rol en el proceso de selección, pero no lo es todo.

¿Qué tan probable es para un IMG hacer match?

La probabilidad de hacer MATCH está atada a muchos factores, uno de los cuales es la especialidad a la que se aplica. Esto tiene mucha incidencia porque si tenemos información de a cuales residencias entran más IMGs vs a cuales es más difícil entrar. Recomiendo visiten [NRMP.org](https://www.nrmp.org) y vayan a Data and Reports y seleccionen Residency.

Aquí podrán encontrar mucha información muy valiosa sobre los requerimientos para diferentes especialidades y los datos de como les fue a los IMG por especialidad en cada año.

Mientras haces la residencia en E.U, ¿te pagan?

Si, entre 50-70k USD anuales.

¿Qué tanto cambian las reglas del juego para un US-IMG con el nuevo sistema de pass/fail del STEP 1??

Esta pregunta requiere de una opinión para ser respondida, ya que al día de hoy no se tienen certezas de cómo esto va a afectar el proceso de manera general.

A mi juicio es algo que los IMG vamos a tener que superar buscando alternativas que hagan nuestro CV más vistoso. Cosas como rotaciones, research, servicio comunitario, cartas de recomendación, serán algunos de los factores que tomarán una nueva dimensión en cuanto a su valor para aplicar.