

[Lyl Jiménez Rodríguez](#)

Foto cortesía de la entrevistada

La primera vez que la escuché en el programa Quédate conmigo, de la televisión matancera, me asombró su capacidad de explicación y elocuencia. La joven psicóloga Lena Alonso Triana era la encarnación del Doctor Manuel Calviño, pero mujer. En estos años he apreciado su evolución en el mundo científico, con múltiples reconocimientos en ese campo que no dejan de llegar. Cada palabra en ella cobra sentido, deja una experiencia e incita a la búsqueda de nuevas formas sobre cómo vivir una vida más placentera y en armonía.

Su quehacer no cesa, reflexiona e indaga sobre cada aspecto con detenimiento. Esa es Lena, la mujer de ciencia, la joven doctora, que asume su profesión con amor y entrega.

“La ciencia forma parte de mi vida, complementa mi quehacer como profesional de la psicología y como profesora universitaria.

“El pensamiento científico acompaña cada proceso y da solución a problemas prácticos. Investigar es una de mis grandes pasiones, representa para mí un reto, un desafío a problemáticas prácticas, y nos ofrece oportunidades para la superación en el ámbito laboral y personal. Además, me permite ayudar a crecer a los otros.

“Ser mujer e investigadora es una muestra del lugar que han alcanzado en nuestra sociedad las féminas cubanas, gracias al desarrollo de múltiples políticas y programas encaminados a lograr el pleno

ejercicio de la igualdad desde todos los ámbitos y niveles. Agrego que la creación de la [Federación de Mujeres Cubanas](#) ha sido vital en el alcance que ha impulsado el desarrollo ascendente de la mujer cubana.

“Articular la ciencia con el desarrollo de las políticas públicas, impulsadas por nuestro líder histórico [Fidel Castro Ruz](#), ha sido esencial. Él nos decía, que con la [Revolución](#) llegó la dignificación plena de la mujer.”

Foto cortesía de la entrevistada

Desde tu visión como mujer, ¿cuánto afectan determinados estereotipos?

“Los estereotipos tradicionalmente han marcado la vida de la mujer, son características y aptitudes aprendidas e interiorizadas a través del proceso de socialización, donde están presentes comportamientos, muchas veces asumidos de manera natural. Sin embargo, limitan a la mujer, la enmarcan y etiquetan en determinados roles asociados a actividades, donde pudiera carecerse de protagonismo, creatividad y fortaleza e influyen de manera negativa en el desarrollo de la mujer. Demostramos que además de ser madres, esposas o hijas, también podemos ser excelentes trabajadoras, dirigentes y mujeres de ciencia.”

Apasionada con su trabajo y dedicada a sus estudiantes, esta fémina gana la admiración de su colectivo de la [Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas](#).

El trabajo comunitario, sobre todo con las mujeres que sufren cáncer de mama, es una de tus pasiones. ¿Cuánto sacrificio y compromiso requiere?

“Me inicié cuando era estudiante con el proyecto Amazonas de la esperanza, con la intención de ofrecer orientación psicológica, de

trabajar variables afectadas por el diagnóstico de la enfermedad y creo que el sentido de vida es uno de los presentes. Siempre se puede crecer, el sentido de la vida está en nuestras manos, y muestra de ello son las pacientes que experimentan hoy bienestar psicológico.

“El trabajo con la comunidad es una de mis grandes pasiones. Se trata de esa compleja interacción entre la Universidad y la sociedad, que nos convierte en factores de cambio comunitario. Trabajar con pacientes oncológicos, específicamente mujeres operadas de cáncer de mama, ha sido un aprendizaje y un proceso de retroalimentación que me ha ayudado a crecer desde lo profesional y personal.

“Hemos aprendido del trabajo grupal, del enfoque multidisciplinario, y no puedo dejar de mencionar el quehacer de los oncólogos, cirujanos, enfermeros, rehabilitadores, todos en aras de mejorar la calidad de vida del paciente oncológico.

“ Es un trabajo que requiere de compromiso, de fortaleza personal, porque las historias de vida nos marcan para siempre. Llegamos a ser una gran familia y por lo tanto sentimos mucho la pérdida de cualquiera de nuestras pacientes. Tiene un impacto desde lo grupal y lo personal, y sobre todo requiere de mucho amor por la profesión en función de la otra persona.”

¿Cómo integras este trabajo con los jóvenes de la Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas?

“ Integrar a los estudiantes me moviliza sobremanera. Ofrecen frescura y creatividad a todo lo que se hace. Entre los procesos sustantivos universitarios que articulan la formación de los alumnos se encuentran la investigación y la extensión universitaria, que tienen su vínculo con este proyecto con pacientes oncológicos. Trabajamos en la promoción de salud, prevención de la enfermedad, identificación, factores de riesgo, además de temas relacionados con las ciencias psicológicas. Confluyen aquí saberes y el arte, pues participan creadores aficionados de la Universidad. Empleamos la música, el psicodrama o los payasos terapéuticos para trabajar temas como la felicidad, la risa y el amor.”

Has escrito varios artículos desde tu perfil como psicóloga, los últimos propiamente relacionados con el impacto psicológico en los adultos de la Covid-19. ¿Cuánto crees que aún falta por aportar desde la ciencia a la sociedad cubana?

“La Covid-19 ha abierto nuevas brechas comunicativas, necesarias en estos tiempos dado el impacto que supone en nuestras vidas. Genera temor, angustia, ansiedad, presión, entre otras variables, y es

necesario potenciar el autocuidado y el bienestar.”

Me falta mucho que aportar desde la ciencia. En el mes de febrero defendí mi tesis doctoral, con una estrategia educativa dedicada a la prevención del cáncer cérvico uterino.”

Próximamente serás mamá y tienes una niña preciosa. ¿Cuánto desearías para ella en su avance y desarrollo como mujer?

“Seré madre de otra pequeña, una gran satisfacción. Como toda madre, deseo para ella todo lo mejor. Mi satisfacción es su felicidad y bienestar emocional. Indiscutiblemente somos modelos de aprendizaje para nuestros hijos. Ellos aprenden de nosotros y condicionamos en gran medida la formación de su personalidad desde su componente social, donde la familia juega un papel esencial.

“Me sorprende cada día al ver a mi pequeña crecer, imitarme cuando imparte una clase a sus muñecos, en su aprendizaje por cosas nuevas. En su desarrollo como adolescente, como joven y mujer quiero que sea feliz, autodeterminada, capaz de trazarse y alcanzar sus propias metas.»

¿Qué te define como mujer cubana y revolucionaria?

“Me define el compromiso, la entrega permanente a la Revolución y sus conquistas, la esencia de la mujer, su carácter humanista e inspirador para las nuevas generaciones.”