

Scholar@UPRM

Oral history interview with Arelys Marzan, May 18, 2022

Item Type	Oral history
Publisher	Oral History Lab @UPRM
Download date	2026-06-10 12:00:38
Link to Item	https://hdl.handle.net/20.500.11801/2962

LABORATORIO DE HISTORIA ORAL (OHL)

Universidad de Puerto Rico en Mayagüez

Entrevista de historia oral con Arelys Marzán

PREFACIO

La presente historia oral es el resultado de una entrevista grabada con Arelys Marzán, realizada por Lizmarie Sánchez Centeno el 18 de mayo de 2022. Esta entrevista fue realizada como parte de un curso en el cual participan estudiantes de la Universidad de Puerto Rico en Mayagüez.

La persona lectora debe tener en cuenta que está leyendo una transcripción de un intercambio oral y no una obra de prosa escrita.

Esta transcripción fue editada por Daphne M. Ponce Feliciano, estudiante de posgrado de UPRM, para fines como mejorar la precisión del texto y facilitar su lectura.

Lizmarie (Interviewer) [00:00:01] : Buenas, mi nombre es Lizmarie Sánchez Centeno de la clase de Oral History de la profesora Ricia Chansky. Voy a estar entrevistando a Arelys Marzán. ¿Cómo estás Arelys?

Arelys (Interviewee) [00:00:12]: Estoy muy bien gracias por preguntarme.

Interviewer [00:00:15]: ¿Cuál es tu edad si nos podrías decir?

Interviewee [00:00:16]: Tengo 19 años.

Interviewer [00:00:18]: ¿Y estas conciente de qué te podemos entrevistar y y que tu nombre saldrá en la entrevista. ¿Estás de acuerdo?

Interviewee [00:00:25]: Sí, estoy de acuerdo de qué mi nombre salga en la entrevista.

Interviewer [00:00:29]: OK, ¿me puedes decir en donde vives y con quien?

Interviewee [00:00:34]: Pues yo soy de aquí de Mayagüez. Toda mi vida he vivido aquí en Mayagüez y vivo actualmente con mi hermana gemela.

Interviewer [00:00:43]: Interesante, ¿y se parecen mucho a ustedes?

Interviewee [00:00:47]: Somos gemelas fraternas, parecemos idénticas pero no lo somos.

Interviewer [00:00:53]: Curioso, curioso.

Interviewer [00:00:55]: ¿Y con esto del COVID cómo te has sentido ? ¿Te has llegado a enfermar o algún familiar?

Interviewee [00:01:01]: Pues fijate se han enfermado bastante de mi familia del COVID, yo me llegué a enfermar en enero, sí me enfermé pero no me enfermé porque

no me dio ningún síntoma.

Interviewer [00:01:12]: Es un caso asintomático.

Interviewee [00:01:13]: Lo único que me dio fue alergia, *so* no me había afectado por el COVID. Eso si no pude trabajar y pues mi pareja tuvo COVID, le dio bien feo, la familia de mi pareja también le dieron los síntomas bien fuerte. *So* si he visto como se ha afectado a las personas por el COVID.

Interviewer [00:01:32]: Y que tú crees sobre eso como te pone mentalmente eso del COVID.

Interviewee [00:01:39]: Pues para dar un *background* a lo que ha hecho el COVID para mí pues la pandemia fue un momento de yo decaer muchísimo, especialmente mi salud mental pues yo tenía ansiedad y depresión pero cuando empezó el COVID estaba encerrada todo el tiempo, no podía salir, no podía hacer nada y eso me empezó a afectar mucho y ahora todavía pasando 2 años y veo cómo me afecta porque ya no me siento lo cómoda que yo me sentía en interactuar con personas, en hablar con otras personas, en tener contacto con otras personas. Me dan más manías, que si los gérmenes, que si están encerrado todo esas cosas y uno ve como eso realmente te empieza afectar a la larga a pesar de que uno no ve cómo afecta en el mismo momento que comenzó a pasar la pandemia.

Interviewer [00:02:36]: Entiendo, entiendo, ¿y eso que me dijiste de que antes sentías estrés y ansiedad a qué se debe?

Interviewee [00:02:44]: Pues, yo estuve con mucho estrés y ansiedad pues por cosas que pasaban en mi casa, que tenían problemas y eso comenzó a darme una ansiedad. El hecho de que cuando yo estaba en octavo mi mamá se fue para Estados Unidos y ya no la veía eso comenzó a darme ansiedad porque ya estaba acostumbrado estar con ella todo el tiempo y pues cuando comencé a hacer el cambio de la universidad eso fue un choque bien grande para mí porque uno se da cuenta lo que realmente es ser un adulto y la responsabilidades que conlleva. Ahí comencé a tener toda esa ansiedad de qué soy una adulta, tengo responsabilidades, tengo cosas que hacer, tengo que estar pendiente que si a esto, que si a lo otro y cambia la vida por completo. No sólo eso el estrés de las clases, el peso que tiene. El tener que estar pendiente que si a esta clase porque si no estás pendiente esta clase te perdiste el material y en ese examen venía exactamente ese detalle que dijo el profesor o la profesora en esa clase y eso fue- lo que hizo fue empeorar esos síntomas que yo tenía de estrés y ansiedad.

Interviewer [00:04:00]: ¿Qué me dices prefieres las clases *online* o presencial?

Interviewee [00:04:04]: Mil veces presencial. Online no me concentro ni aunque sea un poquito. Yo puedo tener los Videos puesto y o estar viendo la clase y empieza apuntar todo bien concentrada, pero veo que mi gata pasa y se chavó la clase porque ya me distraje, me fui con mi gata me puse a abrazarla a esto lo otro suena mi teléfono cojo la llamada y no estoy pendiente a la clase. Si es presencial siento esa necesidad de darle ese respeto al profesor o profesora que está al frente en la clase mirándome y ahí pues tengo completamente toda mi atención hacia esa persona, pero estando *online* esa persona no me ve y empiezo distraerme y a pesar de que trato de concentrarme me trato de poner en el mundo de que estoy estudiando, de que estoy en una clase. Me voy en el limbo y se chava la clase.

Interviewer [00:04:59]: ¿Por qué te interesó estudiar una carrera de STEM, especialmente ingeniería química?

Interviewee [00:05:07]: Larga historia e interesante. Yo no sabía que yo quería estudiar cuando estaba en High School, yo estaba en 10 y todavía no sabía que yo quería estudiar, todo el mundo ya sabía ay yo quiero esto yo quiero lo otro y yo como que yo no sé que yo quiero hacer y pues a mí me encanta cocinar, me encanta la matemática, me encantaba la química, pero yo no sabía cómo buscar algo que combinara todas esas cosas que me gustaban pues yo decía pues yo tengo un hobby con el baile yo puedo también buscar si consigo un trabajo con el baile pero dándome cuenta mientras iba creciendo el baile no me iba a dar un trabajo seguro en toda mi vida porque yo a crecer, iba a hacer viejita y yo no iba poder seguir haciendo los mismos bailes que yo hago ahora y pues me puse a buscar. Muchos de mis maestros me decían, “ah deberías estudiar ingeniería porque tú eres bien inteligente especialmente la matemática.” Y yo, no me gusta pues la única ingeniería que yo conocía era la civil, la mecánica, yo no sabía que existía una de química. Yo empiezo a buscar porque no mandaron hacer un proyecto donde decía que tú quieras ser para el futuro. Y todo el mundo ya sabía y yo bien perdida sin saber que quería hacer me puse a buscar ahí conseguí lo que era la ingeniería química y vi que combinaba las dos cosas a mí más me gustaban: la matemática y la química. Y pues a pesar de que yo decía, “pero es que ingeniería, a mí no me gusta la ingeniería”, teniendo la mentalidad de lo que era según me habían explicado antes. Y ese... entonces fue que yo fui aceptada en un campamento del colegio. Yo fui la última que cogieron, yo entré entre semana en lugar del mes completo y a pesar de qué estaba atrasada ahí yo vi como realmente me encantaba lo que estaba haciendo en ese laboratorio y estaba trabajando en la rama de la ingeniería química y estaba haciendo muchos experimentos, viendo cómo funciona esta partícula, en gravedad, y viendo cómo eso funciona acá, y viendo como eso me levantaba el ánimo me prendí esa chispa de interés y dije esto es lo que yo quiero estudiar, ahí que yo supe que yo quiero estudiar ingeniería química yo quiero hacer esto para el resto de mi vida y ahí fue cuando decidí que eso era lo que yo iba a ser.

Interviewer [00:07:34]: Y ese hobby del baile lo sigue haciendo?

Interviewee [00:07:35]: Pues lo hago escondida en casa porque tuve también problemas con... cuando bailaba, que me empezaron a decir que mi gemela baila mejor que yo, que si todas esas críticas que dicen constantemente y comparando pues eso me me empezó a hacer dudar de mí talento y al dudar mucho de mi talento pues deje de hacerlo no seguí bailando pero en casa estoy así de la nada escucha una canción y te sabe leer o estoy en Walmart puede sonar una canción y empiezo a bailar porque escucho una canción pero así presentar y dar un show hacia alguien no no he tenido la oportunidad porque ya no ya no sigo haciendo el móvil para que los demás me vean.

Interviewer [00:08:24]: ¿Y no te interesa en un futuro en estos años que te quedan estudiando unirse al equipo de baile del colegio?

Interviewee [00:08:30]: Lo he estado pensando porque hablé con una amistad que me recomendó que realmente yo tenía talento porque vio que yo hacía maromas que tenía la extensión para hacer el Split, alzar la pierna. Todas la técnica que se hace en el baile y me puse a pensar que a pesar de qué ahora mismo no estoy haciendo nada me gustaría ver si en algún futuro yo pudiese entrar y por lo menos participar de la justas o de alguna competencia en el cual yo sienta que mi talento si fue válido porque ayude en una competencia a un equipo pues completo y eso me gustaría, *so* puede haber una posibilidad de que lo haga en un futuro.

Interviewer [00:09:16]: Eso es muy interesante. Y te pregunto, cuando decidiste estudiar ingeniería química con todo ese tiempo que ha pasado con el tiempo que tuviste que seguir quería estudiar que me contactes de grado 10, tenías apoyo de tu familia?

Interviewee [00:09:29]: Pues, fíjate, mami estaba en Estados Unidos *so* mami el apoyo siempre estuvo pero fue distante, fue un apoyo que no sentía físico...

Interviewer [00:09:38]: Presente?

Interviewee [00:09:38]: Exacto, no lo sentía presente. Pues con mi familia, osea mi papá, siempre la historia es un poquito diferente porque la relación era distinta y pues a pesar de que sí había cierto amor y respeto, el apoyo en las ramas como la ciencia o como rama... con carreras que son estereotipadas a ser “de hombres”, entre comillas, pues como que ahí no había mucho apoyo. Pues la mentalidad de antes de que la ciencia era para el hombre que las mujeres se quedan ya sea en la cocina o siendo amas de casa, limpiando... esa mentalidad todavía estaba ahí y pues fue un poquito complicado que entendieran que realmente eso es lo que yo quería hacer y que lo iba a hacer con o sin el apoyo.

Interviewer [00:10:35]: Y cuando vas a la clase, tomando cuenta de que a pesar de que en tu familia no había mucho apoyo, pero ya estando en la ingeniería te has dado cuenta que hay más hombre que mujeres o que dices que hay un *fifty-fifty*? ¿Qué tú dices?

Interviewee [00:10:49]: Fíjate, eso ahí sí tengo mucho que abundar porque en mi primer año que yo entré en el colegio yo me topé con este estudiante que fue en la clase de inglés que íbamos a hacer pi Review en el cual iba a verificar su trabajo y esta persona verificaba mi trabajo. Y me di cuenta que esta persona tenía como con... la mente bien cerrada, pero yo dije “yo no me voy a meter en eso, eso no me problema, yo solamente voy a correr su trabajo y ya.” El semestre que viene, me toca coger clase con esta persona en química y yo, pues, normal porque es una persona que estudia yo también estudio cada cual por su camino y cada vez que yo respondí a las cosas y esta persona no le ha respondido cada vez que hace algo bien cada vez que veía que yo tenía éxito, le molestaba porque yo lo voy a ver que se molestaba cada vez que la clase era online no nos obligaban pero nos decían que tenemos que tener la cámara prendida para estar seguro que estabas en la clase, pues yo veía que si yo respondía, ponía cara y después me empezaron a mirar mal. Y una vez que me escribe un comentario por WhatsApp y yo me quedé como que, “OK, pero cuál es tu problema, yo estoy en mi carrera. Eso es lo que me a mí me gusta hacer, si a ti no te gusta que yo esté estudiando esto, es tu problema porque es mi vida,” y pues... y pues para continuar él me hizo entender que muchas personas que tengo alrededor no te van a apoyar si no te ven como competencia cuando me siento a la primera vez presencial y veo a mi alrededor la mayoría eran hombre y yo me quedé, como que, pero estamos en el 2021 si no me equivoco y todavía esto se ve como un *male dominant career*? La ingeniería no es solamente para hombre la mujeres son igual de capaces que los hombres para hacer cualquier carrera y fue un momento que me tomó por sorpresa saber que estamos en este año y todavía hay mucha gente que piensa de esa manera. Así que, aunque quisiera que fuese *fifty-fifty* o que hubiese más mujeres, uno se da cuenta que aún no hemos llegado a esa etapa.

Interviewer [00:13:40]: ¿Y consideras que la mayoría de tus compañeros te ayudan o son siempre competitivos? ¿Has tenido profesores que te discriminan por el simple hecho de ser mujer?

Interviewee [00:13:45]: Tengo, tengo ahí tengo varias historia porque hay compañeros que me ayudaban, hay compañeros que me ven como igual a ellos y a ellos simplemente veo que es una persona que realmente entiende que las mujeres y los hombres son capaces de ser lo mismo. Si tengo duda en algún trabajo, me ayudan; si esa persona tiene duda en algún trabajo, yo lo ayudo. Pero también me he dado con el caso de una vez que yo fui a estudiar con una persona de química orgánica y esta persona necesitaba ayuda y yo estoy ayudando, y esta persona me decía, “En serio, ¿tú no sabes eso? ¿Y porque tú no te sabes eso? Es en serio, si eso es bien fácil! Ay pero si es esto y lo otro,” y se tiraba comentarios como para sentirse superior. Pero como yo soy bien sarcástica yo soy bien sassy, yo no me quedé dada. Porque esa persona tenía duda con un tema en específico y ese era el tema que más yo dominaba. “Ay, que tengo duda con esto,” y yo “Ay, ¿en serio que tú no sabes eso?” y rápido se puso pálido, se puso pálido, pálido. Y a mí me dio risa porque ahí se dio cuenta lo estúpido que se escuchaba cada vez que me discriminada hacia mí simplemente por ser mujer. Entonces, con profesores, he tenido muy excelentes profesores en el cual están siempre disponibles ah, “Mira, siéntate conmigo a la hora de oficina, hablamos, para que entiendas el material, para que puedas hacerlo, porque tú eres igual de capaz que cualquier persona,” pero también me he topado con profesores que no entienden ningún tipo de situación o hasta discriminan de uno. Porque en una clase de cálculo que tuve, el profesor simplemente no se quería comunicar conmigo en lo absoluto.

Interviewer [00:15:41]: ¿Y eso por qué?

Interviewee [00:15:42]: Yo decía que tenía duda o le decía, “Disculpa profesor, este, voy a una cita con mi psicóloga o psiquiatra,” y ya no me contestaba. Y al principio de la clase, yo no me- yo no me estaba yendo muy bien, pero al final, todos sus exámenes le saque “A” y cuando vi mi nota final era una “C”. Y yo, “Pero porque ‘C’, si yo estoy segura que fue una ‘B’”. Porque yo sé que al principio no empecé bien, pero al final yo arrasé esa la clase, porque logré entender el material, busqué tutoría y ayuda... y el profesor nunca me contestó. Nunca me contestó. Nunca, nunca, nunca respondió mis mensajes, ni mis e-mails y... Me quedé en *shock* porque cuando me di cuenta y hablé con algunos de mis compañeros, ellos no pasaron por eso. El profesor les respondía los mensajes, le respondía los e-mail, estaba dispuesto a comunicarse con ellos. Y la única diferencia era que yo era mujer y ellos eran hombres. Entonces, uno se da cuenta de que a pesar de qué no te lo hacen, como, bien agresivo....

Interviewer [00:16:55]: ¿No directamente?

Interviewee [00:16:56]: Exactamente, no te lo hacen directamente, te lo están haciendo como quiera. Y... eso me chocó porque yo no sabía que todavía habían profesores que tenían esa mentalidad.

Interviewer [00:17:08]: Sí, estamos en el siglo XXI, como uno dice, qué supuestamente eso ya no existe, pero hemos visto demasiados casos ya todavía con lo mismo. De que nos discriminan por simplemente ser mujer en el área de STEM.

Interviewee [00:17:24]: Exactamente.

Interviewer [00:17:25]: ¿Y qué cosas has tenido, como que, superar? Superarte de tí misma en estos años que has tenido, ya que, a pesar de qué solamente han sido dos años universitarios, si no me equivoco...

Interviewee [00:17:35]: Sí.

Interviewer [00:17:36]: Eh, han sido fuerte, pues hemos tenido pandemia, hemos tenido huelgas, hemos... muchas situaciones que te afectan académicamente, como... ¿Qué tú piensas sobre eso?

Interviewee [00:17:47]: Pues, fíjate, yo empecé en la universidad obviamente en el 2020, que fue que me gradué. Yo no tuve ni graduación, yo no tuve ni prom, y empezando con eso, ya yo estaba en la bajita, porque ese siempre fue mi sueño: tener un prom, tener una graduación donde me dijeron, "Mira, fuistes excelencia académica, estamos orgullosos de ti...". Pero no tuve nada de eso. *So*, entro al colegio, empiezo a ver que es mucho más difícil de lo que yo pensaba porque el cambio fue mucho, y en ese mismo momento yo estaba independizándome. Yo estaba emancipandome y buscando ser completamente independiente, mudarme con mi gemela- *so*, tenía las dos cosas a la misma vez. En septiembre de ese mismo año, 2020, fue que tuve un choque automovilístico y de ahí fue que yo tuve que faltar como... vamos a decir, para más o menos redondear, como un mes que yo no me podía mover mucho, mi cuerpo me pesaba, yo no podía mover el cuello, me abrí la cabeza, me tuvieron que cerrar eso... Y a pesar de que uno dice, "Ah, pues no, pero uno se ajusta poco a poco," uno habla con todos los profesores, pero no todos los profesores permiten que falte por tanto tiempo y es entendible, para no atrasarse en la clase, pero en la situación que yo estaba, yo me sentía horrible. Yo no sabía cómo ajustarme todavía, y estaba pasando por eso a la misma vez. Se me hizo un poquito difícil al principio, *so* estaba, como que, fallando en mis notas. Literalmente, mis... tuve dos o tres "C" ese primer semestre. Siendo una estudiante de excelencia académica a eso, ya comencé a bajar mentalmente de qué yo no soy capaz de estar en el colegio. Yo me veía que yo era incapaz, que yo no era suficientemente inteligente, que yo era inútil. Para mí, yo era una inútil que no se merecía estar en el colegio. Le estaba quitando el espacio a una persona que realmente se lo merecía.

Interviewer [00:19:49]: Y ese cambio, verdad, que te afectó mentalmente, porque lo de las notas, eso y lo otro. También lo llegastes a vincular a que, por eso decían que el colegio es para hombres, por decirlo así. Que por eso se buscan más hombres, pues, que pueden tolerar... ¿Qué tú piensas sobre eso?

Interviewee [00:20:07]: Pues, fíjate, en esos momentos sí, esa era mi respuesta. Mi respuesta era, pues, yo no soy capaz, lo más probable todo el mundo [ininteligible], por qué tienen, como que, la mentalidad, son fuertes, pero yo no. Yo no soy lo suficientemente fuerte. Lo más probable tienen razón, el colegio es para hombre, para poder estudiar ingeniería y más que, pues, mi abue- uno de mis abuelos se tiró el comentario que decía, "Ah, es qué yo ni asistía a las clases pero lo hacía porque eso es bien fácil- *online* es más fácil", y no, no es fácil, se me hace difícil, yo no puedo auto-educarme, se me ha hecho complicado, y le explico todas las situaciones que he pasado y no entienden. Me ven simplemente como... como menos por el hecho de que no podía hacer las cosas bien o sacar buenas notas.

Entonces pasa ese semestre, voy para el segundo semestre primer año, y termino hospitalizada en un hospital psiquiátrico, en el cual ahí fue mi punto más bajo. Ahí yo dije, "Realmente yo no puedo estar en el colegio, yo no sirvo pa' esto. Primero un choque, *so* es la vida diciéndome que yo no puedo estar estudiando, y segundo, estar en un hospital psiquiátrico," donde, a pesar que veo otras personas que pasan por lo mismo que yo... yo era la más joven ahí. Yo era la más joven, *so* era, como que, ya yo estoy pasando por todo estos problema y ninguno de mi edad está pasando por lo mismo.

Voy para el primer semestre del segundo año, ahí fue que empezamos, este, presencial y

lo de estar presencial fue lo mejor que me había pasado, porque a pesar de que yo estaba trabajando a la misma vez que yo estudiaba, estaba mi enfoque completamente ahí. Estaba ahí, tenía amistades donde me podían ayudar a estudiar, podía hacer las cosas, tenía mi medicamento. A pesar de que tenía las altas y bajas con los medicamentos y hasta el día de hoy todavía no se ha encontrado un medicamento que realmente me ha ayudado al 100%, pues... tenía gente y tenía apoyo y no sólo eran amigas, sino que también amigos y eso me hizo sentir, como que, OK puede ser que el año pasado no fue el mío pero este va a ser mi año. El segundo año va a ser mi año y pues ahí fue que cogí química orgánica y en química orgánica me fuí. Horrible, horrible, horrible. Y yo decía, "Pues, yo no soy capaz entonces, soy yo el problema. Soy yo la que no me merezco estar aquí, porque ya sé que no es con mujeres nada más, porque tengo amigas que sí lo pueden hacer. Soy yo. El problema soy yo, me debería ir, debería dejar de estudiar."

Pero, veo, este... me matriculo como quiera pa' este año, que es lo que estoy actualmente, y simplemente digo, "Vamos a ver, dejo de trabajar por un tiempo, por lo menos este semestre, a ver si me ajusto, y comienzo a enfocarme en mis clases." Y he visto un cambio, a pesar de qué todavía tengo mis problemas de salud mental y tengo todas las situaciones que me están pasando, lo que fue el semestre pasado y este semestre mis notas estaban mucho mejor porque pude conseguir ayuda en lo es lo de la salud mental, pude conseguir amistades que estaban pasando por lo mismo que yo porque no me lo habían dicho cuando me conocieron, pero después con el tiempo me decían, "Sí, es que, yo tengo ansiedad, o yo tengo ésto, o yo tengo depresión, o yo tengo bipolaridad, o yo tengo..." Y ahí yo dije, "No soy la única, yo no soy la única que está pasando por estos problemas." Veo a un sinnúmero de personas que tienen acomodo razonable y yo digo si ellos son capaces, yo también lo soy, porque están en la misma posición que yo.

Ahora no es el momento en donde yo me veía como en el primer año que decía, "Soy yo la única que está pasando por esto, yo soy la que no sirve..." Veo a otras personas que están igual que yo y cuando vienen a llorar a donde mí, yo digo, "Sí, tú puedes, tú eres capaz, tú eres mejo... tú vales más que los problemas que tú tienes de salud mental. Tú vales más que tus notas." Y cuando yo me escucho decir eso, yo digo, ¿porque yo no me lo aplicó a mí? Sí yo se lo digo a las otras personas significa que yo también... Yo también me lo puedo aplicar.

Interviewer [00:24:38]: Claro. Y cuando ... me hablastes sobre qué te emancipastes y te fuistes a vivir con tu gemela, este, ¿eso te ha ayudado? ¿Por qué lo hiciste? ¿Tenías problemas con tus familiares? Porque, por lo que escuché, tu abuelo- ni siquiera tu abuelo te apoyaba o te tiraba indirectas de que no era suficiente por mujer y cosas así.

Interviewee [00:24:59]: Pues, fíjate, la emancipación fue un proceso difícil, largo, horrible, tedioso. Pero en verdad sí me ayudó porque hago mis citas médicas sola. Puedo... no sé, solicitar, vamos a decir una tarjeta de crédito yo sola. Puedo- hago todas las cosas que ya yo estaba haciendo pero sin el permiso. Me explico: ya yo hacía todas mis cosas sola, pero según Puerto Rico aunque uno tenga 18 años, no es adulto. Puedes beber, pero no puedes ir al doctor solo. No hace sentido pero nada, no hay problema. Al yo estar emancipada, yo puedo hacer todas mis cosas sola. Yo no necesito que mi papá esté en el hospital conmigo, si es que necesito ir. Yo no necesito que vaya a dar un permiso a un doctor para que me puedan hacer un laboratorio. Lo puedo hacer yo sola, lo cual me ayuda... me ayuda y me facilitó un montón mi vida porque ahí pude lograr hacer las cosas sola, como ya yo vivía sola con mi gemela. Y fue difícil al principio porque al principio la familia no quería porque decían, "¿Pero pa' que tú vas hacer eso? Pero si esto, que si lo otro, y..."

Entiendo por dónde vienen. Entiendo que lo más probable no lo quieren decir de malas, pero los comentarios en esos momentos no fue el mejor comentario que se podía decir. Qué no, porque me van a poder hacer... las cosas como adultas, ustedes aún no son adultas... Pero pretendían que hiciéramos todas nuestras cosas sola *so* básicamente éramos como adultas ya y... mi gemela y yo dijimos, “¿Sabes que? Vamos... vamos a mudarnos, vamos a hacer nuestras vidas solas, tenemos nuestras reglas. Pero no nos vamos a ir de nuestro carril, pero tampoco vamos a estar amarrándonos y privándonos de hacer las cosas que queramos hacer porque nuestra familia no nos apoyen.”

Interviewer [00:27:01]: Y cuando te mudaste con tu gemela, este, ¿la comunicación con tu familia sigue siendo la misma o tú crees que cambió algo por el simple hecho de que, pues, se fueron dos mujeres a vivir sola? Que, según la sociedad antigua, las mujeres no podían vivir solas, eso eran... el hombre era el que daba para la casa: el dinero, la comida, y la mujer lo que se encargaba era de los niños y...

Interviewee [00:27:28]: Exactamente. Pues, al principio nuestra familia dijo, “No, porque ustedes son dos muchachitas solas, después la van a, van a tener... *take advantage* [se aprovecharán] de ustedes y van a querer ir, no dejen ningún muchacho en el apartamento,” que si esto, que si lo otro... Eran cosas entendibles, este... pero muchas cosas las decían, como que, nosotras no íbamos a ser capaz de manejar todo, pero probamos de qué si fuimos capaces de hacerlo porque actualmente... yo ahora mismo no trabajo, verdad, porque, pues, me cogí el *break* por este semestre, pero mi gemela sigue trabajando. Las dos proveemos por la casa y yo tengo mis ahorros, que yo hice todos esos ahorros desde antes para momentos como esto, que no estoy estudiando [trabajando], poder seguir costeadando todas mi cosas y eso nos ayudó a mostrar a nuestra familia que nosotras si somos capaces y la relación con ellos cambió drásticamente porque... Al principio sí, no les gustó lo que nosotras hicimos, querían que nosotras nos quedáramos en la casa, que no teníamos que ser independiente, que eso no iba ayudar... Pero ahora nos ven como las adultas mujeres responsables que somos. No nos ven como las niñitas que tenemos que estar controlando en todo momento, que si esto, que si lo otro. Uno ve la diferencia: son... están entendiendo que nosotras somos lo suficientemente madura para formar nuestra vida y nos están tratando ahora como nos deben tratar, con el respeto que nosotras nos merecemos porque en todo momento hemos mostrado de que somos capaces.

Interviewer [00:29:05]: Y esa... Es algo difícil tener que estudiar y trabajar, más en tiempos de *online*, que siento que también estabas haciendo el doble de esfuerzo mientras estábamos *online* en tu primer año universitario. ¿Cómo tú puedes expresarte sobre eso, cómo te sentías?

Interviewee [00:29:23]: Pues, fíjate, eso fue un infierno, porque estudiar y trabajar es difícil, pero más difícil es cuando estás pasando cosas como las que yo estaba pasando como lo de la emancipación, con lo de la familia... Complica más todavía el proceso por qué hay días que te levantas y dices que no quiero hacer nada, no quiero ir a trabajar, no quiero estudiar, quiero quedarme en la cama arropada sin hacer nada. Que ahí viene también lo de la depresión, de la salud mental que se va deteriorando poco a poco por todo el peso que uno se pone encima y a pesar de que no... uno dice que no, nosotras las mujeres nos tenemos que poner más peso todavía pa’ poder demostrar que somos igual de capaces que lo que son los hombres. Los hombres hacen un poquitito y muchas veces se lo aplauden porque es un hombre y lamentablemente vivimos en una sociedad que todavía se piensa así. No todo el mundo, pero una cantidad suficiente para poder hacer nuestra vida más complicada y tenía que hacer el triple del esfuerzo pa’ poder mostrarle que trabajar, lidiar con mi salud mental, lidiar con mi salud, lidiar con la

educación... yo podía ser capaz de hacerlo y más estando sola con mi gemela, que no teníamos ayuda de un padre que nos cocina, o limpia la ropa, o limpia nuestro cuarto, o nos lleva pa' tal lugar, o nos lleva pa' nuestra cita médica...

No, es un momento en donde nosotras teníamos que hacer todo solas, lidiar todo solas, nuestros estudios solas, que complica el proceso y complica mucho la manera en que uno se siente, porque uno se siente, como que, bien agobiado, pero es posible. Se puede, se puede hacer.

Interviewer [00:31:15]: Sabes, ¿si fueras a aconsejar una persona que te dice que quiere ser independiente, como que, qué consejos tú hubieras querido escuchar cuando tú lo estabas y que ahora, como que, se te hubiera hecho más fácil si alguien te hubiera, como que, dicho haz ésto mejor, y salés mejor que tirandote así rápido?

Interviewee [00:31:35] Pues, fijate, eh... Me hubiese escuchado... me hubiese encantado escuchar que está bien cogerte un *break* en algún momento, está bien tener que simplemente un día no poder hacer nada y decir, "Profesor, Profesora, no me siento bien, voy a faltar a su clase," y ese día hacer nada. Ir a la playa, ir a hacer algo porque te gusta, está bien cogerte un *break*, un descanso donde haces nada. Porque lo vas a necesitar porque es bien agobiante. Y sí, [ininteligible]. Como estaba diciendo, aconsejo que sí, que se independicen y es bueno que se haga a una edad como 18 a 19 años y más si estás teniendo problemas con algún familiar, que no sientes apoyo o que sientes demasiada presión en la casa. Simplemente cualquier razón que te esté causando un peor estado de salud mental, es bueno que uno se independice para que pueda formar su vida poco a poco y estar independizado.

No significa estar al garete, que va a ser lo que te da la gana: uno siempre tiene que ponerse reglas. Decir, sabes que, mi mamá me decía que tenía que estar en casa a las 12, a las 12 tengo que estar en casa. Porque es... es importante protegerme y estar segura en todo momento que llego bien a casa. Eso es una de las reglas que puedes quedarte, te puedes quedarte con algunos tipos de reglas como que... solamente puedo salir con personas que conozco. Cosas así que haría un adulto, que te haría tu padre, que a veces uno dice, "Ay, pero es que este chava mucho..."

Las acomodas- las acomodas como uno quisiera. Y eso es bueno para cuando tú te independizas, porque buscas un *middle ground* en ser libre pero a la misma vez no tan libre que me vuelva rebelde y me vaya de mi camino. Sigo el camino de los estudios, sigo el camino de mi trabajo, sigo tratando de hacer todo, pero todo tiene un balance, un... Vamos a darle un 33% a mis estudios, vamos a tener un 33% en mis estudios en enfoque, le doy esa cantidad de tiempo a mis estudios. Le doy un 15% al trabajo, porque a pesar de que el trabajo es importante, más importante van a ser los estudios. Le doy un 15% a las cosas que me gustan, le doy un 15% a mi familia y así consecutivamente. Vas buscando un *middle ground* de las cosas que necesitas y cuánto porcentaje tú le vas a dedicarle tiempo a esas cosas. Y ahí ese es el mejor consejo que les puedo dar, porque ahí vas a estar manejando tu tiempo y manejar las responsabilidades de las cosas que tú tienes en tu vida.

Interviewer [00:34:26]: ¿Y por qué me dices que los 18-19 años para tí es la mejor etapa para independizarse?

Interviewee [00:34:32]: Para mí fue la mejor etapa porque, pues, mi pareja se independizó a los 21-22 y fue excelente decisión hacer eso. Pero yo se que yo tuve que hacerlo a los 18-19 porque ya yo estaba teniendo problemas con mi familia. Si yo no me iba, yo lo más probable o no estuviese aquí, porque con los pensamientos suicidas que

yo tenía y todo eso, ya me hubiese quitado la vida o simplemente porque no hubiese llegado al camino que yo tenía que tomar. Si yo no me hubiese independizado, lo más probable yo estuviese en casa de mis padres todavía porque tengo 19 ahora mismo y fuera a estudiar pero no tuviese el mismo enfoque que tengo ahora. Porque ahora yo soy una persona completamente diferente a lo que yo fui antes. En esta edad es que uno empieza a crecer, uno empieza ver lo que son las responsabilidades, uno empieza a beber, como dicen por ahí. *So*, ya, como que, tienes esa libertad de “uhh, puedo salir a beber, puedo volverme loco, puedo hacer las cosas como me da la gana”. Pero si te independizas, tu haces- sí puedo beber, pero tengo que ser responsable, tengo que hacer esto, tengo que hacerlo otro, así que no puedo beber mucho. O, ah, sí puedo beber pero tengo que tener cuidado porque yo trabajo mañana o yo tengo examen mañana, y empiezas a darte cuenta lo que son causas y efectos: si haces algo bien o haces algo mal, ¿qué va pasar después? Y empiezas a entender lo que realmente- las decisiones que uno debe tomar en su vida para uno poder seguir en un buen camino.

Interviewer [00:36:13]: Eso es un muy buen consejo, para todas aquellas personas que se quieren independizar. Y cuándo lo quieren hacer, ¿qué procesos tienen que llevar, o cuales son los primeros pasos para poder hacerlo?

Interviewee [00:36:22]: La emancipación no es un proceso fácil, en lo absoluto, porque con la emancipación lo primero que tienes que hacer es buscar un abogado que te firme todos esos papeles y que busque la justificación para que tú te vayas a emancipar. Hay veces que se hace con un jurado, pero esos son casos que son más extremos donde haya... que si abuso en la familia, negligencia. Pues, cuando busques el abogado le tienes que decir porque quieres tomar esa decisión.

Buscar que tus padres firmen esos papeles, porque es otro de los procesos difíciles. Si tus padres no quieren que tú te independices, ellos tienen el poder de hacer de que tú no te independices. Porque ellos tienen que firmar esos papeles, si ellos no firman esos papeles, no te van a hacer la emancipación.

Así que, les aconsejo que busquen el abogado, hablen con tus padres, te sientas y le dices: yo quiero hacer esto porque tal, tal, tal y tal razón. Porque ahí le estas dando las razones en la cual te va a beneficiar ser independiente y muchas de esas razones son válidas. Que lo hagan porque necesitan crecer como ser humano es lo más importante que puede buscar. Si tú no buscas independizarte hazlo por crecimiento, no lo hagan por capricho, por tratar de estar de malas con los padres, porque eso es lo que va hacer es chavarte la vida uno mismo. Solo busca para tener el propósito correcto. Después de sentarte con tus padres, este, el abogado va a firmar todo y ahí empiezan a enviárselo a, que si a un [ininteligible] un departamento ahí de la justicia, *whatever*, yo no se exactamente mucho de eso. Eh, se lo envían y ahí es que te llega al correo tu certificado de nacimiento con la emancipación y te llega todo.

Pero uno se tiene que preparar mentalmente, porque ya no vas a ser un bebé, ahora tú vas al doctor sólo, vas al hospital sólo, vas a la esquina y si te dicen “mira, que si esto y lo otro.” Ya tú eres un adulto, ya tú tomas decisiones sólo. Así que es... tienes que prepararte mentalmente. ¿Estás seguro? Vé a donde tus padres, habla con tus padres dile las razones. ¿Ellos aceptan? Pues, vamos al abogado, firmamos todo y cuando llegue eso, ahí ya saber cuál es tu plan de cómo vas a seguir haciendo tus cosas y cuáles son tus metas para poder seguir corriendo tu vida en el camino correcto. Que si *maybe* te desvíes en algún momento, pues eso pasa. Somos humanos, no somos perfectos, te desvías a veces, pero lo importante es volver a caer en el camino que debes seguir.

Interviewer [00:39:10]: Y no se si, verdad, si me dijistes bien pero, cuando te independizaste, eh... ¿perdiste el contacto por ese tiempo con tu padre por completo, o las ayudó a pesar de que se querían emancipar, como que, ¿las ayudó en el proceso? ¿Qué surgió ahí?

Interviewee [00:39:23]: Fíjate, al principio mi papá sí se molestó un poco, les voy a ser completamente sincera. El decía que no sabía porque lo queríamos hacer, que esto no las va a ayudar, no va a ser como ustedes creen. Y hay veces que, como que, se les zafa esos comentarios pero... Él notó porque lo tuvimos que hacer, él notó que lo teníamos que hacerlo para nuestras cita médica, porque... para poder hacer nuestra vida como adultas que somos. Porque había veces que si yo iba al doctor, a pesar de que ya yo vivía sola, este, porque obviamente me mudé y todavía la emancipación no había llegado, si yo me enfermaba, mi papá tenía que estar ahí y si él estaba trabajando, no podía ir al doctor. Entonces tenía que esperar y mi papá parece que comprendió de que era necesario hacerlo y dejó su opinión de que, “Ay, son mis bebés, las tengo que proteger,” ese pensamiento que tienen los padres que quieren dejar a su hijo en una burbujita... Pues, él dejó ese pensamiento atrás y empezó a comprender de qué yo voy a apoyarlas. Voy a tratar de hacer lo mejor de todo y a pesar de que un principio él no entendía y no quería apoyarnos, con el tiempo se fue acoplando y por eso ahora tenemos una mejor relación.

Interviewer [00:40:47]: O sea, ¿eso fortaleció la relación tuya y de tu hermana con tu papá?

Interviewee [00:40:51]: Sí, la fortaleció. Al principio, pues, obviamente, tú sabes, como que, ¡Uy! Ahí, ahí, como que... ‘ta fuerte la situación, pero con el tiempo cada persona fue adaptandose y mejoró mucho la situación y la relación entre mi hermana, yo y mi papá.

Interviewer [00:41:10]: ¿Y tu salud mental mejoró de, porque ya me contestastes, me contaste que tenías pensamientos suicidas cuando vivías en casa de tus padres... o de tu padre, en este caso. Eh, ¿mejoró tu salud mental? ¿Cómo fue ese proceso?

Interviewee [00:41:25]: Pues... no te voy a mentir y decir, “¡Ay, mejoró y yo vivo super bien, ya no tengo nada de pensamientos suicidas!” porque serían embustes, pues... eso no se va de la noche a la mañana. Pero sí te puedo decir que hubo una mejoría, hay cosas que si me han caído encima y hay veces que digo no que puedo más, ya no puedo más, ya no puedo más, y vienen esos pensamientos suicidas pero... a la misma vez no tengo esa presión y esos malos entendidos que habían en casa de mis papás que me hacen decir, “Arellys, tranquila, que vamos poco a poco y podemos superar esto.” Pero, lo de los pensamientos suicidas, hay veces, hay días que yo me levanto y realmente no quiero hacer nada, y me digo que me voy a quedar to’ el día durmiendo. Yo no me voy a levantar, yo me voy a quedar en mi cama, no quiero ni comer, no quiero ni irme al baño, no me quiero ni bañar... Habían veces que hasta en casa de mi papá me pasaba cuando me tocaba bañarme, yo empezaba a temblar cuando sentía el agua porque simplemente no podía con la depresión y todos los pensamientos suicidas, yo... no podía y con el tiempo, eso te digo que sí a mejorado. Hay veces que yo digo, “Ay Dios mío, no me quiero bañar” y yo me digo “Arellys, no seas tan cochina y báñate, ¡métete al baño y yá!” y empiezo a bañarme. Pero eso algo que yo no podía ser antes, eso algo que yo miro y digo no estoy tan mal como pienso que lo estoy porque un día como ayer si yo no me quería bañar yo empezaba temblar, me daba un ataque de pánico y no me bañaba. Un día como hoy yo me digo “Arellys no seas cochina y metete a bañar que... no seas así, no seas así.” Y simplemente me baño. ¿Qué me tomo más que cinco minutos

bañándome? Sí, porque no me quería bañarme, pero lo hice. He mejorado. Porque lo que no podía hacer antes, ahora por lo menos tengo el empujoncito de poder hacerlo. Y tengo la ayuda de psicólogos y psiquiatras, porque, pues, actualmente tengo pastillas pero el poder buscar ayuda, tener el psicólogo, tener personas de apoyo ayuda a facilitar ese proceso.

Interviewer [00:43:39]: Eso ha sido pues fabuloso, o sea, has mejorado, has crecido como persona, fortaleciste tu relación con tu padre por el simple hecho de independizarte, que... muchas veces las personas piensan que eso es algo malo, que se van a independizar, que no lo vas a poder lograr, pero, pues, en tu caso hemos visto que es algo que en verdad es bueno.

Interviewee [00:43:56]: Sí, y uno se cree que los padres se van a quedar con ese rencor, por independizarte, pero si un padre realmente te tiene ese amor, ese cariño y le importas, van a dejar eso al lado, el “es mi bebé, tengo que protegerlo, tenerlo en una burbujita pa’ que pase nada, que si esto, que si lo otro, hay que controlarlo...” Ellos van a dejar eso a un lado para simplemente entender que es su propia persona, y va a crear su vida porque es su vida.

Interviewer [00:44:30]: Y, a esas personas que has tenido... como que, ¿cuales son las que has tenido de apoyo o las personas que has perdido durante este proceso tan largo?

Interviewee [00:44:41]: Eh... Sí. Largo, [ininteligible] proces. He perdido varias personas, porque cuando yo estaba en high school, uno es ignorante cuando uno esta en high school, verdad, y yo estaba en la psicóloga desde que yo estaba en 11. Y había una amiga, yo decía que era mi amiga, que comenzó a decir chismes de mí, de que yo era una loca, de que yo esto, de que yo lo otro. Simplemente porque yo tenía ansiedad, y en ese momento el diagnóstico solo era ansiedad, después con el tiempo me han hecho más estudios y todavía están haciéndome más estudios, a ver qué otras cosas puedo tener porque ya me confirmaron que depresión y ansiedad no es solo lo que tengo. Hay otra cosa más que me está provocando todo. Y, nada, esa persona a pesar de que era sola ansiedad, me cortó y... hizo que yo dudara mucho en crear amistades porque fue una persona que yo le di mi confianza y fue una persona que literalmente me acuchilló la espalda y no le importó como yo me sentía, no le importó que ya estaba pasando con ansiedad y por todo. Y a pesar de qué era ignorante la situación, porque somos jóvenes, me... me lastimó mucho. Ahí perdí bastantes amistades con eso, este...

Yo tuve una ex pareja que también hizo que... yo me sintiera peor porque a pesar de qué le decía que tenía, vamos a decir, un ataque de ansiedad o que no me sentía bien, me hacía sentir mal por tenerlo. Y son personas que, en el momento uno se siente peor, uno dice, “¡Ah, perdí todo, perdí mi vida entera!” Pero perdistes personas que realmente no se merecían estar en tu vida. Ahora yo lo veo, como que, mi ex pareja no valía nada. ¿Esa amiga? No valía nada, porque no era ni siquiera una amiga. Son personas que uno pierde pero de manera adecuada. Son personas que no se merecen estar en tu vida. Pero he ganado otras personas que he visto que han tenido el mismo proceso que yo, o que simplemente me apoyan, yo les puedo decir “Mira, no me siento bien hoy, tengo mucha ansiedad, estoy temblando, quiero llorar to’ el día,” y me dicen “¿En dónde tú estás? Déjame verte y por lo menos darte un abrazo”, o “Mira, pasa por casa, te voy a dar comida por lo menos pa’ que comas, y jugamos un ratito y te vas pa’ tu casa”. O, simplemente, como hizo mi mejor amiga en estos días: yo estaba triste, me puse a comer un melón mientras lloraba y ella viene y me dice, “¿Dónde tú estás?”, y yo, “Mira, estoy estacionada en el pueblo comiendome un melón porque no puedo con esto”, y ella, “¡Voy pa’ ‘lla rápido!” Ella fue a donde mí, abrió la puerta de mi carro, se sentó al lado

mío, me dió un abrazo, y me dijo que yo no estaba sola. Y esos son personas que uno dice... Yo lloré y sufrí por personas que se fueron de mi vida, pero tengo todas estas personas excelentes en mi lado. Tengo a mi pareja actual que, a mí me puede dar un ataque de ansiedad y no me hace sentir culpable. Yo me puedo irritar por una cosa estúpida, como que, “Pero es que tú no entiendes, tú no me escuchas, yo te dije que me buscara a las 7 y son las 8 y no me has buscado.” Cosas así, que uno dice, ¿por qué tú peleas por esas estupideces? Y él, en lugar de molestarse conmigo por tener estos problemas y por a veces ser impaciente o ser ansiosa... al contrario, él me hace sentir como que no hay problema, “Te entiendo. ¿Quieres hacer algo? Vamos a cambiar el tema...” Y uno siente ese apoyo y uno se relaja, uno... uno siente paz.

Interviewer [00:48:27]: Y ya que me dijiste que tu mamá ha estado... sabes, siempre te ha apoyado, pero no está presente. ¿Cómo te sientes sobre eso?

Interviewee [00:48:29]: Fíjate, ese ha sido uno de los... de las cosas más difíciles que he pasado en toda mi vida, de verdad, porque yo siempre fui la nena de mami. Yo era chicle con mami. Mami... Antes que ella se fuera para Estados Unidos, ella dormía conmigo todas las noches, ella se acostaba conmigo hasta que yo me quedara choqua' y se iba. Pero ella se acostaba en mi cama, ella iba conmigo todas las mañanas y me hacía, “*Wakey-wakey*, Lely! Es hora pa' que vayas a la escuela.” Me levantaba suavemente, con amor y... a mi eso se me hizo bien difícil que ella se fuera porque yo era bien apegada con mami, y cuando yo empecé a pasar todo este proceso... Lo primero que yo hacía era llorar y decir, “Yo quiero a mami, yo quiero que mami se acueste conmigo en mi cama y me abraze, yo quiero que mami me levante pa' cuando yo tenga depresión, mami sea que me levante y me diga que me mueva y que haga mis cosas. Yo quiero que ella esté aquí.” Y se me hacía bien difícil, porque yo lloraba, queriendo que mami me abrazara, yo lloraba queriendo que ella estuviese aquí. Y... Mami me llamaba todos los días, sin fallar, todos los días, y todavía lo hace. Todos los días me llama y me empieza decir, “Ah, mira, Lely, hice tal, tal, tal cosa hoy y pensé en tí,” o “Mira, pasé por tal lugar y ví algo de un girasol y pensé en tí,” Me habla y me dice todas las cosas y eso me hace sentir bien. Cuando yo tengo ataques de ansiedad, la primera que yo llamo es a ella y le digo todo lo que me pasó. Cuando yo empecé a pasar por este proceso, quién me buscó la psicóloga fue mami. Ella fue la que estuvo en todo momento pendiente de que yo estuviese bien. *So*, a pesar de que sí, me dolió mucho y hay veces que todavía me duele, que me pongo a llorar porque mamá no está aquí... Yo se que, a la misma vez, sí lo está porque siempre me está dando su apoyo, aunque sea de lejos. Y hay veces que, de la nada, ella llega aquí pa'... a Puerto Rico sin decirme nada, de sorpresa. Yo estaba un día con un ataque de ansiedad y de la nada mami me llama y me dice, “¿En dónde tú estás?” y yo, “Ah, yo estoy en tal lugar.” Pasan los minutos y alguien me toca la puerta y cuando abro, era mami. Cosas así, ya como que... a pesar de que ella está lejos, ella siempre va a estar ahí para mí. *So*, eso me hace sobrepasar ese dolor de que no la tengo to' el tiempo.

Interviewer [00:50:52]: Exacto, que la distancia, a pesar de que, pues, está lejos, sientes que si está.

Interviewee: [00:50:56]: Exactamente.

Interviewer: [00:50:57]: Y ¿esas manías que creaste, según me dijistes, por el COVID, cuáles fueron?

Interviewee [00:51:02]: Un montón de manías. Yo toda mi vida siempre he sido claustrofóbica, siempre le he tenido, como que, pánico a los gérmenes... Ah, yo me acuerdo que cuando chiquita, mi abuela de parte de papá siempre nos cortaba las uñas.

Y a mí siempre me encantaba tener las uñas largas, pero ella nos cortaba las uñas a mi hermana mayor, a mi gemela y a mí, porque mi hermana mayor y mi gemela se las comían. Pero yo le decía a mi abuela, “No. Yo no me voy a comer esas uñas porque eso tiene bacterias allí abajo.” Y yo soy chiquita, yo soy- ¡yo era bien chiquita! Yo no sabía sobre- mucho sobre eso, pero yo sabía que allí abajo habían bacterias. *So*, yo jamás me iba a meter las uñas en mi boca.

Pues, ahora se hizo, con la pandemia, mucho peor. Porque con la pandemia... si yo voy a Walmart, por decir una tienda, y yo cogo algo, le tengo que echar alcohol rápido, me tengo que echar alcohol rápido a mí. Cuando yo entro a algún lugar o algún baño público, me tengo que echar alcohol completa en mi cuerpo como si fuese perfume porque yo no puedo, no puedo. Pensar de que tengo esas bacterias de otra persona- no puedo. Me da un pánico genuino. Si alguien se monta en el carro conmigo, que esto me da mucha vergüenza, pero... Y es una persona que yo conozca y todo, pero no estoy con esta persona to' el tiempo, cuando se baja, yo empiezo echar alcohol por todo mi carro por manía. Simplemente, por manía. Y... La claustrofobia se empeoró porque ahora cada vez que yo voy a una tienda, y la tienda está bien llena... a mí me empieza dar un ataque, ahí, de pánico porque no puedo. Yo siento la gente encima de mí y me da más claustrofobia todavía, me dan ganas de meterles un charpazo pa' que se salgan del medio porque es que no puedo, me pongo hasta agresiva. *So*, esas manías con eso del COVID, se me empeoraron mil veces peor.

Interviewer [00:52:52]: Y acerca de, verdad, de la carrera de ingeniería química, que es una carrera de STEM y eres mujer. ¿Qué consejos tú le darías, como que, a esas chicas, que tengan se esten graduando de high school en este año o el año próximo o en varios años que vienen, que consejos tú les darías, que comentarios tu dirías, “Mira, olvídense de esos comentarios, siempre van a estar...” ¿Qué consejos darías?

Interviewee [00:53:10]: Pues, fíjate, mi consejo primordial es nunca le hagan caso a alguien que te subestime porque eres 100% capaz de hacer lo que uno se propone. Yo estuve en el campamento de CRES, que lo mencioné anteriormente, y había esta persona que parece que me veía como competencia. Esta persona no estaba en el campamento como tal, simplemente participaba de ciertas actividades del campamento. Y, pues, *maybe* era eso, de que si yo estaba en el programa, esta persona no... Pero, esta persona, cada vez que me hablaba me hacía sentir mal, buscaba la manera de decir, “Ah, no, sí, pero es como tú... *pues*.” No decía, “Tú eres mujer,” pero decía, “Tú, *pues*...”

Exacto, como que, trataba de no mencionarlo, pero uno sabía y uno entendía que era por eso. Yo me empecé a sentir mal, yo me hice, “Pero, ¿cómo es posible que me esté diciendo algo así, si yo estoy en el campamento.” Yo siendo la que entró después- entrando tres semanas y los demás entraron 4 semanas, *so*, todas las demás personas tienen ventajas- yo fui la que gane el primer lugar en... en los pósters de ese campamento y todo el mundo quedó sorprendido de que yo era la de primer lugar, porque nadie se lo espero. Y ahí fue que yo dije, “Esto es para callar a to' el mundo, que dijeron que yo no era capaz, porque yo...” *Pues*. ¡Ahí! Exactamente. Yo siendo mujer, siendo la última que entró, fui capaz de hacerlo. Y cualquier mujer que se proponga, cualquier chica que se lo proponga, y diga, “No, yo no voy a ser capaz, yo no soy igual de capaz que los demás...” Sí, lo eres, simplemente tienes que confiar en tí. Y si no confías en tí pero eres *sassy*, pues muéstrale a los demás que tú si eres capaz, nadie te puede decirte a tí de lo que tú sí eres capaz o no.

Interviewee [00:55:09]: Y en ese campamento, ahora me dio curiosidad, ¿habían más hombres que mujeres?

Interviewer [00:55:12]: Sí, habían más hombres que mujeres.

Interviewee [00:55:13]: Y veo que fuistes la que te destacastes, una mujer. ¿Recibistes comentarios positivos, o hubieron comentarios que, pues... no se, como tú los describirías?

Interviewee [00:53:10]: Pues, fijate, eh... en el campamento, para todo el mundo fue un *shock* de que yo ganara. Para todo el mundo. Y, pues, cuando vieron que yo gané, hubo gente que simplemente hizo, “¡Guau! ¡Qué bueno que ganastes, yo sabía que lo podías hacer, tú eres muy inteligente!” Que si esto, que si lo otro. Pero hubo gente que se le notaba como el... “Mmm... Mmm” [expresando incertidumbre]. Y no simplemente gente que era parte del campamento, sino personas que iban a ver la... a todo el mundo a participar.

Interviewer [00:56:09]: ¿Se notó el disgusto de la persona?

Interviewee [00:56:10]: Exactamente, se notaba el disgusto, y yo me percaté cuando yo cogí el trofeo que me dieron- me dijeron, “Mira, ¡tú ganastes...!” Y se... ¿porque hay gente que tiene cara? Hay gente aquí que se ve molesto. Hay gente aquí que... no, no les gustó el hecho de que yo gané. Y eso me hizo querer probar de que- más todavía quiero probar de que las mujeres sí son capaz de estar en carreras de STEM, y somos mucho más capaces de lo que la gente dice. No nos puedes subestimar porque nosotras somos poderosas. ¿Tú nos dices que no lo podemos hacer? *Más* todavía lo vamos hacer.

Interviewer [00:56:47]: *So* que, yo he visto que has tenido buenas experiencias, por que has tenido buenas experiencias en el colegio, con buenos compañeros, etc. Pero también has tenido muchas experiencias malas, o sea, te han discriminado varias veces-

Interviewee: [00:57:10]: Sí, sí.

Interviewer [00:57:11]: ...Tanto profesores, como compañeros, varios compañeros te han discriminado. Eh, viste ese disgusto también de algunos familiares de... de, o sea, tus familiares, y... ¿Cómo te sientes al respecto de que todavía sigues aquí, todavía lo estás... capaz de lograrlo y seguir demostrando que las mujeres en STEM somos lo mejor?

Interviewee [00:57:32]: Fijate, eso me da hasta *goosebumps* y todo porque... Para mi, en un pasado, yo no me hubiera visto capaz de poder hacer todo lo que yo hecho, mucho más con todos los tropiezos que yo he tenido. Y el saber de que a pesar de que mucha gente decía “No, ella no va a llegar lejos”, saber que ahora mismo yo veo mis notas y yo digo “este año yo si me fajé y veo notas excelentes, yo veo que yo puedo,” que me apasiona más... Me encanta probar de que todas esas personas que dudaron en mí estuvieron incorrectas porque ahora mismo yo se que yo voy a llegar a poder tener mi bachillerato, y yo voy a ser una mujer con bachillerato en STEM. Y eso va a probarle al mundo entero de que las mujeres son capaces- igual de capaces que los hombres, y... Es más, para mí, las mujeres tenemos más poder que hasta los hombres, porque nosotras podemos hacer lo que tú crees que no podemos hacer y lo que tú crees que podemos hacer y más.

Interviewer [00:58:29]: Podemos hacer mucho más. ¿Tienes varias compañeras verdad? En Ingeniería Química (INQU). Eh, ¿cómo interactúas tú con ellas, este, se apoyan la una a la otra? ¿Qué me puedes abundar de eso?

Interviewee [00:58:44]: Pues, fijate, sí tengo compañeras en INQU, tengo otras compañeras que no son de INQU, pero sí son de otra carrera de ingeniería. Y... He visto que la mayor parte del tiempo, sí hay apoyo entre las unas y las otras. Porque... especialmente en mi segundo semestre de primer año y en el primer semestre de segundo año, yo conocí a una compañera mía, que también estaba en ingeniería química, y cuando yo le decía, “Mira, no me siento bien, tu me pudieses ayudar y explicarme esto,” sin ningún tipo de problema, me enviaba los laboratorios me ayudaba, me explicaba... me decía, “Si necesitas que te explique, si necesitas que te ayude en esto, yo te ayudo, si necesitas ayuda con un repaso...” y en todo momento estuvo dispuesta a ayudarme, en ningún momento recibí un “No”. Pero en cambio, cuando a mí me tocó, yo la ayudé para atrás. Yo dije, “Si ella me ayudó, yo la voy a ayudar.” Y por casualidad de la vida, el semestre pasado- el segundo año, primer semestre- nos tocó juntas en el laboratorio.

Interviewer [00:59:51]: ¿Y esa experiencia fue buena?

Interviewee [00:59:56]: Fijate, sí, me gustó mucho porque fue una persona que realmente me apoyó desde el principio, y no me veía como una competencia. Y por eso yo se lo agradezco mucho.

Interviewer [01:00:04]: Bueno, Arelys, eso fue una historia muy interesante, muy detallista. Eh, yo se que vas a lograr todo lo que te propongas, este... eres una más en... una mujer más en la carrera de STEM, que eso suma más a los números y poquito a poco hemos ido subiendo en lo que son las carreras de STEM. Este, gracias por estar dispuesta a contarme tu historia y darme detalles sobre ella, porque esto ayudará a muchas otras personas, a otras jóvenes que quieran estudiar una carrera de STEM y tengan miedo por el simple hecho de ser discriminadas, que vean que... va a pasar, pero que no se pueden quitar y... de verdad que muchas gracias.

Interviewee [01:00:43]: Gracias a ti, por tenerme en la entrevista y por permitirme darle ese empujón a las chicas futuras que vienen para STEM.

FIN