

# CONSEJOS PRÁCTICOS-LANGFORD

## CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2015

### Situación geográfica y Transporte:

Aunque mis prácticas se han realizado en la Universidad de Bristol, el campus de Veterinaria estaba situado en Langford, un pueblo a las afueras de la ciudad. No hay prácticamente nada en los pueblos del extrarradio de Bristol y las comunicaciones con transporte público son bastante malas pero posibles. Desde Langford hay servicio de autobuses con una frecuencia de 1 cada hora excepto los domingos que solo hay 1 cada 4 horas. Los autobuses solo funcionan durante el día, de 6:30 a 22:00. Los trenes funcionan mejor, pero a menos que estés cerca de la estación, necesitas que alguien te acerque por lo que no fue un medio de transporte que yo utilizase.

Mucha gente utiliza la bicicleta, pero a mí me parece muy arriesgado, ya que no hay arcén por las carreteras de los pueblos y muchas son de dos direcciones. Si estas sólo en la ciudad es una buena idea.

Todo esto cambia mucho en Bristol ciudad, si vas a realizar una práctica en la ciudad el transporte público es mucho mejor y más fluido.

Las webs de interés son igual para todo UK:

Para tren: [www.firstgreatwestern.co.uk](http://www.firstgreatwestern.co.uk)

Para Bus: [www.firstgroup.com](http://www.firstgroup.com) (van por áreas, este es el link para Bristol <http://www.firstgroup.com/bristol-bath-and-west> )

No obstante te puedes arreglar para vivir sin coche en un pueblo, pero realmente aconsejaría a cualquier persona que si tiene disponibilidad se lleve su coche o si sabe que estará 6 meses, puede comprar y luego vender un coche de segunda mano. El mercado de coches de segunda mano en Inglaterra funciona muy distinto a España, hay muchísimos garajes que venden coches baratos que luego se pueden revender allí. El único problema es el seguro, que como conductor español es muy caro, pero había una chica italiana que fue para 6 meses también y ella hizo esto.

### Alojamiento:

Durante mi estancia me he alojado en una de las habitaciones de la residencia universitaria. Esto es bastante costoso, pero en mi caso, al no disponer de transporte y no conocer gente desde España opte por esta opción. Igualmente aconsejo a la gente que intente compartir casa, no es difícil una vez allí, hay muchos anuncios en los tablones de la universidad. Lo bueno de la residencia es que en general solo extranjeros vivíamos allí, así que he compartido con francesas y una chica africana lo cual ha sido muy divertido.

Una web para compartir casa es [www.sparearoom.com](http://www.sparearoom.com) siempre es una opción.

### Ocio:

Langford como tal oferta poco, pero Bristol es un lugar estupendo y preferentemente si tienes un coche. La ciudad es muy práctica y completa. Se puede caminar completamente y no necesitas coche en este caso.

Hay un centro comercial enorme (Cabot Circus) cuenta con todo tipo de tiendas, restaurantes y cine. Está en la zona comercial de la ciudad. Hay que tener en cuenta que las tiendas cierran sobre las 17:00 excepto las del centro comercial que los sábados cierran algo más tarde (no todas) hasta las 19:00 aproximadamente.

La ciudad cuenta con Zoo y Acuario para quienes quieran ir a pasar el día viendo animales. Un pequeño consejo, es que hacen descuento a estudiantes en estos sitios, así que si os lleváis el carnet joven o la tarjeta de estudiante internacional suelen aceptarlo (también en el transporte público).

Lo mejor para mí es el puente colgante de Clifton, está en el barrio de Clifton y se ve desde muchos puntos de la ciudad, pero lo mejor es subir hasta el puente. Hay jardines en los que puedes pasar la tarde y tomar la merienda. Es muy bonito al atardecer y hay una terraza bastante conocida de un pub llamado White Lyon, que es preciosa para tomar un café al atardecer.

Un detalle a saber es que el río esta contenido por una presa, y no siempre está abierta, pero a mí me gusta incluso cuando no pasa agua.

Los mercadillos, los sábados hay un mercadillo en San Nicholas, que tiene puestos de comida, ropa y bisutería. Está muy bien ir a comer allí y pasar el día.

Se realizan muchos festivales, sobre todo en verano. Una de sus fiestas mayores ocurre entre el 8 y 10 de Agosto, la fiesta de los Globos "Balloon Fiesta". Lanzan globos aerostáticos a las 6:00 am y pm desde una zona de campos a las afueras de la ciudad. La entrada es gratuita, sólo se paga parking si vas con coche, pero se puede acceder en bus desde la estación de tren central. Si algún futuro becario va a Bristol por esas fechas yo lo recomiendo muchísimo, a mí me encantó. Pero aunque es un poco cansado, yo fui a observar el lanzamiento de las 6:00 am ya que por la tarde se aglomera muchísima más gente y una de mis compañeras que intentó ir con transporte público se vio atascada

Si se dispone de coche hay zonas muy bonitas de ver cercanas a la ciudad. Yo recomendaría encarecidamente ir a Stonehenge y Salisbury, es un viaje de un día que se puede hacer un sábado. Personalmente me gustó mucho George Cliff, para hacer caminatas está muy bien, hay senderos fáciles de caminar y marcados; Clevedon, es un pueblecito de costa bastante bonito para ir a comer (por si hubiera algún becario/a fan de One Direction, gravaron allí uno de sus videoclips). Y como otras ciudades cercanas que merecen la pena visitar, Bath y Wells (la ciudad más pequeña de Inglaterra) ambas cuentan con unos cascos antiguos muy reconocidos y catedrales.

Por ultimo me gustaría aconsejar a todo aquel que no lo conozca, que en UK es muy típico ir a comer al pub los domingos, y la gran mayoría de Pubs tienen lo que se conoce como Sunday Roast, es carne asada con patatas y una especie de pan que ellos llaman Yorkshire Pudding, es algo que no puedes dejar de hacer si vas a UK.

### Más información:

Este apartado lo dedico especialmente a Veterinarios que vayan a ir a UK de prácticas al menos clínicas.

Seguramente la propia empresa lo mande, pero es muy importante colegiarse antes de empezar, si no eres miembro del Royal College of Veterinary Surgeons legalmente no puedes hacer nada con los animales, ni siquiera sacar sangre. Esto puede ser más o menos estricto según la clínica pero yo lo recomendaría, especialmente si la idea es buscar trabajo allí, ya que es un proceso que puede costar más de un mes.

Dependiendo de las expectativas del becario y su nivel de formación previo, creo que es importante saber dónde solicitar las prácticas. La mayoría de las clínicas de primera opinión medianas y por supuesto las grandes, tienen mucha más casuística que cualquier

clínica normal en España. Si eres un recién licenciado y lo que te interesa es hacer mano en cosas rutinarias, creo que es mucho mejor ir a un sitio así, ya que veras muchísimo y aprenderás muchísimo haciendo cosas directamente.

Por el contrario, si es alguien con algo más de experiencia o con una idea clara de querer especializarse, buscar un hospital de referidos es una buena idea. El problema es que tratan con casos más graves y son lugares un poco más “elitistas” por lo que la labor práctica del becario es mucho más reducida. Por el contrario ves casos muy interesantes y métodos diagnósticos más avanzados.

Creo que es muy importante tener claras las expectativas y el objetivo de la práctica antes de elegir el lugar. Si el objetivo es trabajar allí como veterinario, una clínica más pequeña pero donde se vea medicina general y se hagan cirugías de rutina es de mucha mas ayuda a la hora de encontrar trabajo. Hay mucha oferta laboral veterinaria pero es importante recordad que no funcionan como en España y ver primero un tiempo (haciendo practicas) para no tener problemas una vez trabajando.

Allí todo tiene que quedar registrado en el sistema operativo, y las técnicas rutinarias a excepción del examen físico general, se suelen realizar en un área interna. En general ni siquiera se saca sangre delante de un propietario.

Considero muy importante especialmente para veterinarios pero también para gente que haga prácticas en otro ámbito sobre todo de cara al público. Hay que saber adaptarse a la manera de ser y de trabajar del lugar al que vas. La gente en Inglaterra por lo general habla más bajo, y respeta mucho su espacio vital. Los españoles tendemos a hablar alto y en general a no darnos cuenta de esto, lo cual puede sentar mal a la gente allí.

Por último, creo que es importante empezar las prácticas con cierto nivel de inglés. Aunque Universa ya incluye como requisito tener un título con un nivel medio, es importante para poder sacar buen provecho. Yo al menos, creo que en el ámbito veterinario, aunque la gente es muy amable y no tienen problema en explicarte palabras o expresiones, si trabajas con público y no entiendes pierdes parte de la información. Y si realizas las prácticas en un centro grande, durante los seminarios etc, nadie se va a parar a explicarte. Así mismo te da más opciones de encontrar trabajo, ya que al menos en este campo es importante, puedes variar mucho tu plan de trabajo si no entiendes bien lo que le pasa al paciente porque no has entendido bien la explicación del propietario.

Para finalizar, estoy muy agradecida al programa de becas Universitage de Universa, por haberme dado la posibilidad de realizar esta estancia y poder mejorar en mi formación clínica en cardiología y poder vivir esta experiencia.