

International
**Day of Women
and Girls**
in Science
11F
2026

Mummy,
I want to be
a scientist

ISGlobal



Mummy, I want to be a scientist

Index

Shannon O'Brien 3

"I went to film school. It was only then I realized I didn't care about how to tell the story as much as I cared about the story itself"

Sara Soto 4

"Cuando echo la vista atrás pensando cómo y porqué he llegado a ser microbióloga y científica solo se me ocurre una razón: las profesoras que pasaron por mi vida"

Marta Ribes 5

"Volia estudiar i millorar la salut de les persones, entendre per què a alguns llocs dels món la gent té malalties que aquí no tenim"

Giulia Sonetti 6

"You can love art and equations, poetry and data, care and complexity. Science needs more than one kind of mind, and more than one kind of heart"

Cristina Enguita 7

"Les ciències socials també són ciències, i necessiten mirades curioses, crítiques i sensibles capaces d'entendre les persones i les seves realitats"

Carlota Dobaño 8

"My recommendation is to be resilient in the face of difficulties that may arise along the way and to always promote and respect teamwork"

Saba Mohamed 9

"He trobat en la ciència un espai on el coneixement, la justícia social i l'activisme caminen junts"

Lourdes Rivas 10

"Si eres curiosa y te haces muchas preguntas, no tienes que convertirte en científica: ya tienes una mente científica"

Mònica Ubalde 11

"El que més m'agrada és poder traduir els resultats científics en solucions reals: eines, recomanacions i accions concretes que ajudin a millorar la vida de les persones"

Carmen Fernández 12

"Estudiar biología me pareció la opción más natural. Sentía que, si quería entender la enfermedad, primero tenía que entender la vida"

Anna Roca 13

"Va començar a créixer dins meu un somni: Un dia viuré i treballaré en un país africà"

Nika Stastny 14

"It's funny how sometimes you have to try many different things just to find your way back to what you wanted as a child"

Ana Chopo 15

"Decidir dedicar-me a la ciència ha estat gràcies a bones mestres, i referents femenins que m'han transmès la seva passió per la recerca"



Shannon O'Brien

Associate early-career researcher |
Climate, Air Pollution, Nature and Urban
Health

What is it to BE a scientist? Over two years working in the field, and still I feel like an imposter, a researcher without a response, a woman rejecting an identity.

Yet then I pause. Instead of asking myself what it means to be a scientist, what if instead I ask...what is it to DO science?

My brain, lost a moment before, settles into certainty - or at least, as certain as a scientist can be. Images flash before me, memories of a childhood spent devouring books on dinosaurs and watching nature documentaries, or else running through the forests and climbing up the mountains near my home.

I didn't always love the outdoors. But **I had a love — no, a curiosity — for the world, one so profound that at 18 years of age it drove me from the Pacific Northwest.** I spent the next 12 asking myself what I wanted to do with my life, thinking I knew the answer, experimenting with situations and variables, and adjusting as new revelations occurred.

At first I thought I wanted to tell stories. And so I went to film school. It was only then I realized I didn't care about HOW to tell the story as much as I cared about the story itself. And it was there, in the concrete jungle of Los Angeles, that I began to appreciate home. Rain, which I had hated in the north, became a welcome gift down south. Trees, animals, and the smell of damp earth became missed relics of my past.

Los Angeles showed me many things, both beautiful and sad. On one hand, it exposed me to a more diverse population than my small-



“I went to film school. It was only then I realized I didn't care about how to tell the story as much as I cared about the story itself”

town, white-girl self had ever experienced. On the other hand, the city opened my eyes to the equally cruel and unjust aspects of our world — something my bubble in the north had mostly protected me from.

The Determination to Confront Unjust Systems

A spark ignited within me. The love for the world and its stories (both human and animal alike) that I already carried from childhood served as kindling to the flame that four years of service-based university education stoked to life. I wanted to go take on unfair systems by storm.

And so I found myself in Mexico and then Peru, volunteering at shelters for refugees and migrants. I spent two and a half years in deserts even drier and farther south than those of California had been to my home, convinced **the humanitarian path was the way to right some of the world's wrongs.**

Face to face with yet more extreme versions of them, I realized how woefully unequipped I felt to make any significant change. Maybe in a moment, sure — a kind word, a helping hand — but to the system? Changing the system seemed beyond me.

I returned from Peru, back to the home I had so readily left seven years prior, not knowing where to go or what to do next. Then COVID-19 hit, and with it, another realization dawned upon me.

Health. It was so simple and yet...so coherent. Everything related to it. Everything depended upon it. **A healthier world would be a happier world, for both human and non-human species alike.**

I had found a new path — one that, two years later, took me to Spain, that guided me along a master's degree, brought me to my first job in research, and eventually carried me toward my doctorate.

And though I had never set foot in the country before, though I had never worked in science before, arriving felt like homecoming. My brain, which had always been so driven to explore and learn, delighted at the sensation of being among like-minds, where mistakes and advancements were equally accepted as part of the experiment we call life. **My sense of justice and will to make positive change could be backed by data and facts in addition to the brief relief provided by a momentary exchange.** I could try to save trees as well as lives — and maybe even because protecting the former safeguards the latter.

Was there a moment when I realized maybe I was a scientist — a lofty figure that had seemed so elusive during my youth — after all? To this day I struggle with the term. But if I could reach into the past and talk to my younger self, I would tell her this: to listen to the pull inside of her, the one that guided her from interest to interest, that one that met difference with curiosity and change with flexibility. And I would tell her what her parents said really was true — she can do (almost) anything she sets her mind to (within certain limitations, of course).

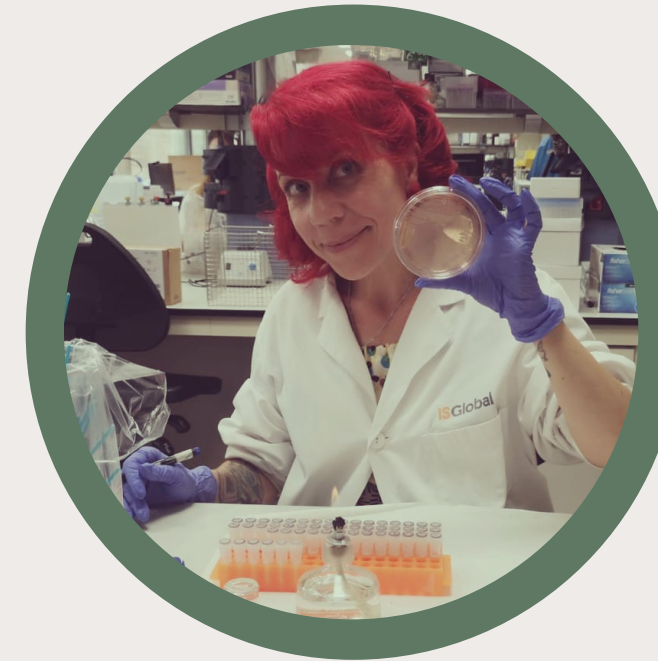
Then I'd remind her that WHAT she does or is can change.

Maybe I won't always BE a scientist. But what I do now IS science. And that is all I need to know today.



Sara Soto

Associate Research Professor y
directora del Programa de Infecciones
Víricas y Bacterianas



“Cuando echo la vista atrás pensando cómo y por qué he llegado a ser microbióloga y científica, solo se me ocurre una razón: las profesoras que pasaron por mi vida”

Desde pequeña me gustaban más las ciencias que las letras. Me encantaba jugar a las profesoras, poner exámenes de matemáticas, imaginar como si distintos alumnos los hicieran, corregirlos... En aquella época no sabía qué era una bacteria ni un virus, y para mí las ciencias eran las matemáticas y las ciencias naturales, como se las llamaba entonces.

Cuando echo la vista atrás pensando cómo y por qué he llegado a ser microbióloga y científica, por qué escogí este camino y no el de profesora de primaria como soñaba de pequeña, solo se me ocurre una razón: las profesoras que pasaron por mi vida y que, una a una, encendieron e incentivaron mi pasión por la ciencia.

Y digo profesoras porque todas ellas eran mujeres, que enseñaban biología, ciencias naturales, geología... con PASIÓN. Y pasión es una de las palabras claves de un/a científico/a.

Durante la EGB (sí, sí, yo fui a EGB), tuve una profesora de biología que explicaba de manera sencilla, nos ponía puntos positivos cuando hacías bien los deberes o salías a la pizarra a hacer algún ejercicio, y lo más importante, era tan cercana y amable que me encantaba preguntarle cosas. Seguí visitándola muchos años, hasta que me fui a vivir a otra ciudad. Ella marcó mi camino hacia esa rama de las ciencias.

Después, en el instituto, mi profesora de biología me metió el gusanillo de las bacterias y los virus, y fue eso lo que me hizo apostar por la carrera de Biología. Y aunque había muchas asignaturas que no me gustaban realmente, **llegó la microbiología y con ella la figura más importante en mi carrera como científica, mi directora de tesis.**

Una mujer que fue criticada en su época por sus compañeros por dedicarse a la ciencia y no a la casa. Ella me enseñó a ser constante, tenaz, a aplicar mi curiosidad e iniciativa a la microbiología. Siempre la consideraré mi MADRE DE LA CIENCIA. **Me dio la oportunidad de hacer el doctorado en su grupo, rodeada de mujeres que me han enseñado mucho y, sobre todo, a ser un equipo.** Con todas ellas, a pesar que han pasado casi 25 años y me he ido de mi región, seguimos en contacto y nos alegramos por los logros de cada una.

La etapa de doctorado fue una de las mejores de mi vida. El grupo, que se iba modificando con el tiempo ya que unos se iban al leer la tesis y otros empezaban, era magnífico. El ambiente en el laboratorio era tan bueno, que las horas pasaban volando entre PCRs, placas de Petri, medios de cultivo, geles de agarosa... pero siempre había tiempo para un cafetín, una charleta, música... ¡Teníamos la norma de que cada día uno de nosotros ponía su música! Y, lo más importante, éramos un EQUIPO. Siempre nos ayudábamos, nos apoyábamos, porque no todo son risas durante el doctorado, también hay momentos en que te apetece tirar la toalla y dedicarte a otra cosa.

Hacer ciencia lejos de casa y el vértigo de ser investigadora independiente

Después de leer la tesis, vino el momento de tomar la decisión más dura hasta el momento, irme a Alemania a seguir con mi investigación. Y, a pesar de que empezó a nevar el 1 de octubre y no paró durante meses, y que no tenía ni idea de alemán, esa estancia allí me hizo com-

prender que estaba en el camino adecuado y mi pasión por la ciencia iba aumentando cada vez más.

Y llegó el paso final, me fui a hacer el postdoctorado a Barcelona, dejando a toda mi familia y amigos en mi tierra natal, pero con el apoyo de todos ellos porque tenía ante mí una muy buena oportunidad para desarrollar mi carrera científica. Pasé por muchas becas, contratos... pero al final, el TESÓN me hizo obtener un contrato Miguel Servet que me permitió crear mi grupo y empezar un camino que, he de confesar, me daba un poco de vértigo: ser investigadora independiente.

Ahora tocaba buscar financiación para llevar a cabo mis ideas, formar a nuevos investigadores, asumir grandes responsabilidades... pero me encantaba y me encanta.

Durante este camino, llegó la mayor alegría de mi vida, mi HIJA. Y ahora se sumaba una responsabilidad más, unos horarios más restringidos, ... ¡Pero había que seguir adelante y demostrar que, aunque seas madre, también sigues siendo una profesional!

Y aquí estoy, 27 años dedicada a la ciencia. Pero, a pesar de que en este camino hay muchas luces y sombras, muchos tropiezos, una lucha constante por conseguir financiación para investigar, etc. **el saber que lo que haces puede salvar o mejorar aunque sea UNA SOLA VIDA, hace que te llenes de energía para saltar todos esos obstáculos y seguir APOSTANDO POR LA CIENCIA.**

Así, el día que cambió mi vida fue cuando dije: ¡MAMÁ, QUIERO SER CIENTÍFICA!





Marta Ribes

Agost

Investigadora postdoctoral | Malària i malalties parasitàries desateses



“Volia estudiar i millorar la salut de les persones, entendre per què a alguns llocs dels món la gent té malalties que aquí no tenim”

Quan era petita, admirava als científics que havien fet grans descobertes i als inventors que havien creat objectes nous. Més tard vaig descobrir el programa televisiu *Redes*, un on un divulgador científic, Eduard Punset, entrevistava a científics d'arreu del món. Crec que aquest programa em va fer veure que els científics eren de carn i ossos i em va motivar a ser científica, jo també. D'entre tots els programes, els que més m'interessaven eren els de neuropsicologia. M'agradava aprendre com la biologia podia explicar el comportament dels animals. Per això, quan vaig haver de triar una carrera universitària, vaig triar Ciències Biomèdiques a la Universitat de Barcelona, on podria aprendre com funciona el cos humà.

En acabar la carrera, vaig anar a París a fer una estada d'Erasmus de sis mesos i després m'hi vaig quedar un any més per fer un màster de neurociència cognitiva. Malgrat que era el que sempre havia volgut estudiar, vaig sentir que no era el meu camí, i vaig decidir tornar a Barcelona i estudiar Salut Global. **Volia estudiar i millorar la salut de les persones, entendre per què a alguns llocs dels món la gent té malalties que aquí no tenim i què se'n pot fer perquè tothom gaudeixi d'una bona salut.** L'epidemiologia ens permet adreçar totes estes preguntes.

Mentre estudiava el màster de Salut Global va arribar la pandèmia de la COVID-19. Malgrat tot, va ser un bon moment per aprendre salut pública i salut global en temps real. Juntament amb algunes companyes de màster, des de les primeres setmanes de pandèmia, vam participar en estudis que avaluaven la proporció de sanitaris que havien estat infectats. Arrel d'aquests estudis vaig començar a fer un doctorat centrat en la COVID-19.

Visibilitzant el noma amb la recerca

Però la vida encara em guardava un altre canvi de rumb. Un dia, per casualitat, vaig assistir a la projecció d'un **documental que parlava sobre una malaltia que jo no havia estudiat** ni tan sols al màster; es deia **noma**. Era una malaltia que se'n diu “oblidada”, ja que ningú recorda que existeix, no s'estudia, els metges no la reconeixen... Em va cridar molt l'atenció i vaig veure que a Moçambic, un país del sud d'Àfrica on jo estava treballant, no es sabia si hi havia nens patint-la o no. **No hi havia evidència científica.** Va ser així com vaig començar un projecte científic en el qual buscàvem pacients que haguessin patit la malaltia del noma.

En aquest projecte vam viatjar per poblets de Moçambic, preguntant a la gent si coneixien algú que hagués patit noma. L'estudi va ser un èxit, perquè vam poder demostrar que a Moçambic la malaltia encara existia. Començava llavors un gran camí per poder millorar la vida d'aquells nens ara ja adults, i prevenir que d'altres la patissin. **Aquest i altres estudis ens han permès comprendre que la malaltia està allà on hi ha pobresa.**

El meu missatge per a tu és: ets tan capaç com les persones a les que admires, fes el que més t'agradi i sigues feliç!

Giulia Sonetti

Postdoctoral researcher | Climate,
Air Pollution, Nature and Urban Health



“You can love art and equations, poetry and data, care and complexity. Science needs more than one kind of mind, and more than one kind of heart”

I never really said to myself, “I want to be a scientist.”

If anything, I have always heard something quite different in my heart: “I want to take care,” which is a very different image from a solitary white suit in a laboratory.

I started by enrolling in medicine because I wanted to care for people who were suffering. **But even then, I was less interested in neat diagnoses than in zooming out and asking what sits behind an illness, what surrounds it, what feeds it, and what follows it:** bodies and environments, stories and structures, causes and consequences. I was looking for a holistic idea of health, before I had the vocabulary to call it that.

My professional trajectory followed that same instinct. After quitting medicine and completing two MSc degrees in engineering, a PhD in Environment and Territory, and several postdoctoral experiences in environmental footprint evaluation, I spent many years working as a professor in urban sustainability, decision making, transformative leadership, and participatory processes.

From the outside, this path may look fragmented. From the inside, it has always felt like a single spiral around one stubborn question — the scientist in the white suit included: how do complex systems work, and how do we care for life within them without pretending we control it? I am suspicious of moments when illusions of control and truth arrive fully dressed. That is why I have always enjoyed being a bit of a party pooper. **When everyone in the room agrees, when the solution sounds too clean, too final, too shiny, that is exactly**

when my brain whispers, “Really?” I cannot resist adding a small complication: “Yes, and also?” “What if we are missing something?” “Who benefits from this certainty?”

This attitude probably started early. My mother, who taught first year physics at university, gave me cuddles as a reward if, at the age of three, I could recite trigonometry theorems by heart. My mum, and later my friends, made the scientific side of my identity feel oddly cool.

Climate Anxiety and the Transformation of Scientific Responsibility

Today, I am a Marie Skłodowska-Curie Postdoctoral Fellow working on climate anxiety among young people and pro-environmental behavioural change through a project called Cycling to Care. I chose this area of research because, after more than fifteen years of teaching, I began to notice something that worried me deeply. Many of my students were not only apathetic, but often overwhelmed. Some were anxious, others numb, and many were tired of being told to “be resilient” while the world kept heating up. Active hope is disappearing, and yet **universities still act as if emotions are a side topic, something to keep outside the laboratory door.** There is little legitimacy, and sometimes little courage, to speak about grief, fear, confusion, or even love for the world as part of scientific work. But since **climate change is not only an environmental or technical problem, but also an emotional, cultural, and existential one**, it asks us scientists for new ways of feeling, relating, and imagining.

This is where feminist, transdisciplinary, and critical approaches to science have been liberating for me. They helped me let go of the illusion of absolute objectivity and move towards a more honest practice: a science that knows it is situated, that acknowledges its limits, that is attentive to power, and that treats responsibility as part of knowledge.

So my message to a girl who wants to be a scientist is threefold.

First, you do not have to know from the beginning. You can love art and equations, poetry and data, care and complexity. Science needs more than one kind of mind, and more than one kind of heart.

Second, find your people. Look for healthy forms of masculine energy and for strong sisterhoods and feminine energies in all human, and non-human, beings. **Find those who stay when answers dissolve, when your path bends,** and when you feel too much for the room.

And finally, my hope for you, and for all of us facing what we are going to face, is this: may we learn to care together, and may we have the courage to say aloud the most scientific question I know, and maybe also the most human one: How do we keep life alive?





Cristina Enguita

Assistant Research Professor |
Salut materna, infantil i reproductiva



“Les ciències socials també són ciències, i necessiten mirades curioses, crítiques i sensibles capaces d’entendre les persones i les seves realitats”

Miro enrere i intento reconèixer algun fet o moment en què em volgués projectar a mi mateixa com a científica, i no identifico cap esdeveniment en especial. És cert que reconec el meu jo infant com avesat a l’estudi, però també molt capaç de passar hores i hores absorta en els meus pensaments, creant els meus propis mons interiors, i sempre embadalida observant tot el meu entorn. Potser no hauria d’obviar, i no em fa vergonya fer-ho públic, que un dels meus referents de la infància i adolescència fou l’agent Dana Scully de la sèrie de TV *Expediente X*, metge, científica i agent de l’FBI. Tot i que no em va conduir cap a una carrera de laboratori, sí que va definir una manera de ser en el món, projectant **una visió de dona investigadora, crítica i profundament autònoma**.

Com tot infant en el món, he volgut ser moltes coses al llarg del meu camí vital: veterinària, metge... i fins i tot detectiu forense! Ben entrada l’adolescència, vaig determinar que volia ser filòsofa, però vaig caure de peus a terra quan la meva família, qui subvencionava els meus estudis, em va preguntar: “I de què treballaràs?” i la resposta em va semblar buida...

Seguint amb el mateix ànim d’entendre el comportament humà vaig decidir reconduir el camí cap a la Psicologia i, ben aviat, vaig estirar el fil de la Psicologia Social, perquè vaig copsar que **per entendre la manera en què les persones donen sentit al món necessitava fer-ho des de la col·lectivitat**.

Cap a finals de carrera, vaig fer unes pràctiques al Departament de Psicologia Social. Juntament amb el grup d’alumnes que vàrem de-

cidir el mateix, vam dur a terme una petita investigació sobre la gestió del risc del consum de drogues psicoactives entre la població jove, fent ús, de manera molt primigènia, de tècniques de recerca qualitativa. Va ser després de completar aquell treball que vaig prendre consciència de les possibilitats que aporta **la ciència social: permet visibilitzar críticament històries des de múltiples veus, algunes de les quals sovint queden als marges**.

De l’Antropologia a la Salut Global

Sempre he tingut un esperit viatger. Tinc records de jugar amb un globus terraquí amb la meva mare, gairebé cada nit: li donàvem voltes, l’aturàvem amb el dit i rèiem amb la destinació que l’atzar ens determinava. També tinc la sort d’haver-me meravellat de tots els objectes i *souvenirs* que el meu tiet patern portava de tots els seus viatges com a guia turístic: un boomerang d’Austràlia, uns objectes de fusta de les illes Fiji...

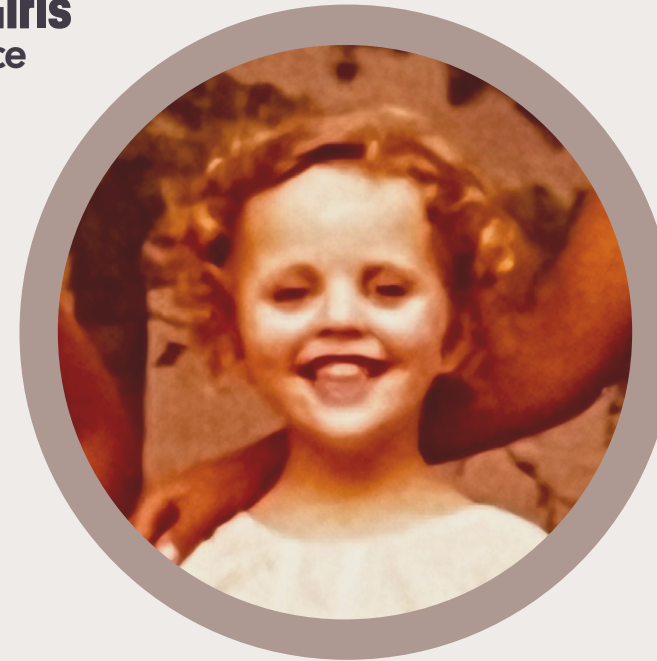
Però el viatge amb amics a Sud-Àfrica, l’any 2006, fou un punt d’inflexió. Volia explorar altres formes de coneixement i pràctiques culturals, paisatges i realitats que, des d’una mirada encara molt neòfita i impregnada d’imaginariis colonials, percebia com a remots. Vaig prosseguir amb el màster i el doctorat, de manera autofinançada. El 2009 vaig gaudir de la possibilitat de treballar i viure durant un any a Camerun, on hi vaig viatjar contínuament en anys posteriors per tal de seguir el meu treball de camp.

La trajectòria investigadora d’una antropòloga social no és gens evident, especialment, quan les circumstàncies político-econòmiques en ocasions no ofereixen moltes possibilitats de finançament per a joves investigadores, com fou el meu cas. Així doncs, amb la impressió que el sistema m’expulsava, vaig acabar el doctorat a l’atur l’any 2019. Finalment, vaig aconseguir incorporar-me a ISGlobal, fet que em va permetre continuar “fent antropologia”, però en el camp de la salut global, i alhora alimentar aquell esperit viatger, amb projectes a Congo, Madagascar, Sierra Leone... És així que **la feina a ISGlobal m’ha permès créixer com a investigadora, ampliar fronteres i afrontar el repte de posar en valor la recerca antropològica enmig d’altres disciplines**. Actualment, just inició una nova etapa com a científica titular al CSIC, i aquella personeta que no sabia que volia fer ciència resulta que, finalment, ha trobat el seu camí.

A una nena que vulgui ser científica li diria que la ciència és apassionant, però que sovint es fa en condicions difícils i amb molta precarietat. Tot i així, si és prou tossuda per seguir preguntant-se coses, que no renunciï a aquest impuls. També li recordaria que les ciències socials també són ciències, i necessiten mirades curioses, crítiques i sensibles capaces d’entendre les persones i les seves realitats amb rigor i profunditat. **Hi ha moltes maneres de ser científica, tantes com maneres d’explorar i entendre el món**, i totes són valuoses.

Carlota Dobaño

Research Professor and head
of the Malaria Immunology Group



“My recommendation is to be resilient in the face of difficulties that may arise along the way and to always promote and respect teamwork”

At the mid-term of my 5-year university studies, when I was 20 years old, I did a volunteer Summer Camp stay in Equatorial Guinea. I was shocked to discover firsthand the enormous impact that malaria had on the day-to-day lives of African people, and how little it was known or talked about in our latitudes. Children were frequently sick and could not attend the support math classes we were offering; their parents were often feverish and could not go to work, and they could even die. In my Pharmacy degree at Universitat de Barcelona, I had studied Parasitology, which I found fascinating. Malaria is a parasite — a very tough one to cure. **I thought it was unbelievable that there was still no vaccine available against this deadly disease of such global health impact.** I started reading about it: the status of malaria control therapies, the main challenges and complexities, who was researching on vaccines, etc., and reflecting on how I could contribute with my training and skills towards this goal.

I decided to be a scientist when I realised that **following a researcher academic career path was the best way to combine my motivations and strengths towards an objective which would make the world better** — through the generation of scientific knowledge and evidence towards developing preventive tools that would alleviate health problems and neglected diseases that affect the most vulnerable populations in the poorest countries.

From Training Abroad to Building a Research Group

For my postgraduate studies, I decided to specialize in tropical medicine and molecular biology. I had to go abroad as this subject was not available in my country at that time. I mapped the schools where I could acquire relevant training in the required disciplines, studied advanced English and started learning some French. I wrote to many research institutions and groups, and requested many scholarships. I ended up spending 9 years abroad: first in England (Master’s at the London School of Hygiene and Tropical Diseases), then in Scotland (doctorate in malaria immunology), with fieldwork stays in Malawi, and finally in the USA (postdoc in malaria vaccines). Even though it was hard to be away from family and beloved ones, I was very determined and **this was a period of tremendous personal and professional growth, international networking and opening to the world — an experience I recommend to all young people.**

I came back to my home in Barcelona to establish a laboratory and a group on Malaria Immunology at CRESIB in the Hospital Clinic (now ISGlobal), in which we investigate the immune response to malaria infection and immunization, to improve current first-generation vaccines.

My recommendation to girls who want to help others and make a better world by being a scientist is to follow their dream. This involves putting all their efforts into it, proactively and persistently. It requires understanding what the needs are, working hard to cover all angles—including mastering English—. Be resilient in the face of difficulties that would arise on the way, and always promote and respect teamwork and a good collaborative atmosphere.



Saba Mohamed

Investigadora postdoctoral |
Infeccions víriques i bacterianes al món



**“He trobat en la ciència un
espai on el coneixement,
la justícia social i l’activisme
caminen junts”**

Em dic Saba Mohamed, tinc 28 anys i actualment treballo com a investigadora postdoctoral al Public Health Liver Group (PHLG) de l’Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal). Vaig néixer a un petit poble del Pakistan i, amb tretze anys, vaig migrar a Catalunya amb la meva família a través del procés de reagrupació familiar per retrobar-nos amb el meu pare.

El meu viatge cap a la ciència és resultat de molts factors, però l’observació ha estat el principal. Quan **vaig entrar a la universitat per estudiar Nutrició Humana i Dietètica, vaig prendre consciència de la importància i l’impacte que tenen els nostres hàbits alimentaris sobre la salut**. Al mateix temps, vaig observar que la prevalença de moltes malalties metabòliques (com la diabetis i la obesitat), que es poden prevenir o gestionar millor mitjançant una alimentació saludable, és molt més elevada a la comunitat pakistanesa en comparació amb altres grups ètnics i amb la població autòctona. Així va ser com vaig començar a buscar respostes a través de la ciència.

La revisió de la literatura científica existent va confirmar que, a més dels factors genètics i metabòlics, els canvis en l’alimentació i en l’activitat física associats al procés migratori acceleren l’aparició d’aquestes malalties. A més, a causa de les barreres culturals i idiomàtiques, els programes estàndard de promoció de la salut no arriben de manera efectiva a aquesta comunitat. Addicionalment, els professionals sanitaris també afronten dificultats a l’hora de realitzar els consells alimentaris adaptats a aquest grup poblacional.

Les dones pakistaneses, en concret, presenten un perfil de major vulnerabilitat en comparació amb els homes del mateix origen. La gran majoria arriben a través de processos de reagrupació familiar iniciats per membres masculins de la família, sovint en un moment en què els homes ja han pogut consolidar la seva situació econòmica i social. Per a elles, però, l’arribada es tradueix en **xocs culturals i idiomàtics, interrupció de les trajectòries acadèmiques i laborals, dol migratori i, en molts casos, exclusió social**.

D’un programa comunitari a una línia de recerca

Davant d’aquesta realitat, sent del mateix origen i estudiant de nutrició, vaig iniciar una línia de recerca basada en el disseny d’un **programa d’educació alimentària cultural i lingüísticament adaptat a dones pakistaneses**, amb l’objectiu de millorar els seus hàbits alimentaris i convertir-les en ambaixadores d’hàbits saludables dins de la seva comunitat. Aquest treball, que va començar com un Treball de Fi de Grau, va acabar culminant en la meva tesi doctoral.

Vaig implementar aquest programa amb 140 dones d’origen pakistanès residents a Badalona i Santa Coloma de Gramenet. A partir d’aquest projecte se’n van derivar set més, replicant-ne el disseny tant en l’àmbit clínic com en altres grups poblacionals, com per exemple les dones d’origen xinès. Recentment, he defensat la meva tesi doctoral, demostrant l’impacte d’un programa comunitari en la millora dels hàbits alimentaris, amb sis publicacions científiques i dues guies d’educació alimentària que actualment estan sent utilitzades per professionals sanitaris. Paral·lelament, he realitzat formacions adreçades

a professionals de la salut i estudiants de nutrició per **sensibilitzar sobre els factors psicosocials que influeixen en la salut de les poblacions migrades**.

Avui continuo el meu camí com a investigadora, ampliant la meua recerca en l’àmbit de les malalties metabòliques i, ara, també investigo sobre les malalties hepàtiques. Encara em queda molt per aprendre, i això és precisament el que m’apassiona de **la ciència: és un camí que mai s’acaba**.

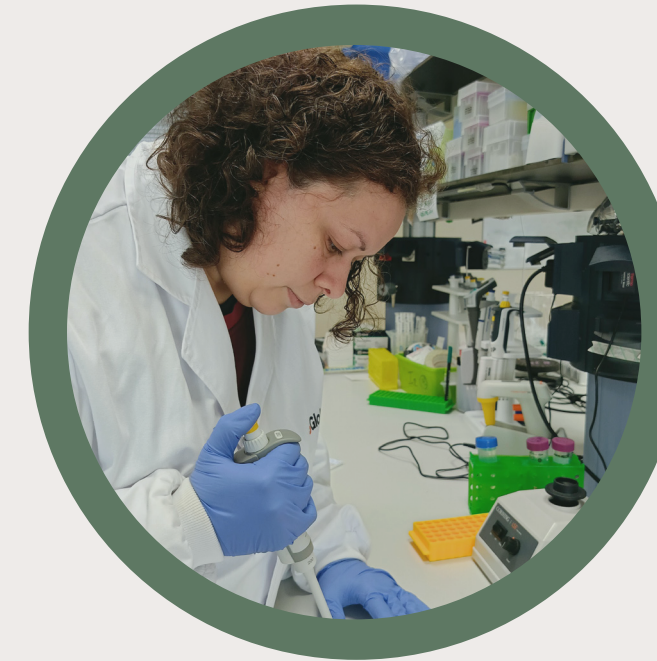
Per a mi, la ciència és una manera de contribuir a la societat i de fer que el món sigui un lloc millor per a tothom. De petita, mai havia somiat ser científica, però sí que sabia que volia ajudar les persones. He trobat en la ciència un espai on el coneixement, la justícia social i l’activisme caminen junts.

El meu missatge per a les noies és que la ciència és àmplia, inclusiva i oberta, que abraça les nostres curiositats i ens ajuda a trobar respostes. En especial, **a les noies migrades, voldria dir-vos que, tot i que sovint el nostre camí pot ser més difícil i ple d’obstacles, no deixeu mai de somiar**. Amb esforç i perseverança, els somnis es fan realitat. **La ciència necessita mirades diverses, històries diferents i persones valentes que vulguin fer del món un lloc millor**.



Lourdes Rivas

Investigadora postdoctoral |
Malaria y enfermedades parasitarias
desatendidas



“Si eres curiosa y te haces muchas preguntas, no tienes que convertirte en científica: ya tienes una mente científica”

Diría que, para mí, **la ciencia fue un camino natural**. De pequeña siempre fui curiosa y tenía bastante interés por leer textos científicos. De hecho, coleccionaba una revista de ciencia para público infantil cuando tenía 8-9 años. Para entonces, ya había leído un poco sobre algunos tópicos científicos, hasta que llegué a uno muy especial: **el ADN**. ¡Era fascinante! Tanto así, que un día en la escuela le pregunté a mi profesora: “¿Qué tengo que hacer para estudiar Ingeniería genética?” Ya de más grande, mi interés se fue volcando hacia la química, hasta que llegó el momento de ir a la Universidad y elegí Química como carrera.

Si bien tuve interés científico desde pequeña, siempre supe que quería hacer algo útil para los demás y, por suerte, podía lograrlo con algo que me gustaba: la ciencia. **Quería hacer ciencia con fines prácticos y cuyos resultados fueran realmente aprovechables por la sociedad**.

Después de estudiar la carrera, comencé a trabajar en una de las compañías farmacéuticas más grandes de mi país natal (Venezuela), pero mi espíritu investigador me llevó a buscar más retos profesionales. Así que hice maletas y me vine a estudiar a la URV (Tarragona) e hice un Máster en Catálisis, que iba en línea con mis objetivos de aquella época. Luego comencé el Doctorado en Química en la UAB y cuando había cumplido mi primer año como doctoranda, tuve que cambiar de línea de investigación porque mi grupo se había quedado sin recursos. Por lo que comencé desde cero, en el área de biosensores, en el ICN2 y en uno de los grupos de mayor prestigio en el área. Como

todo cuando es nuevo, me tomó un tiempo aprender la nueva área de investigación, aunque conservaba aún un elemento en común desde la Licenciatura.

Una vez terminado el Doctorado (*cum laude*), conseguí mi primer postdoc en Estocolmo. Así que volví a hacer maletas y me mudé al frío nórdico. Fue justamente en esta estancia postdoctoral en la que tuve la certeza sobre lo que quería hacer si seguía en investigación. Unos meses antes de terminar el contrato, me gané una beca Marie Curie-COFUND para desarrollar biosensores con aplicación en medicina fetal en el IBEC.

Luego vino el trabajo realmente más importante de mi vida: ser madre. Después me incorporé como postdoc en el grupo donde hice la tesis doctoral. Motivada por nuevos aires y nuevas oportunidades, hice un cambio al sector privado como Investigadora en la *spin-off* de mi grupo del doctorado, haciendo pruebas de diagnóstico rápido. Los cambios existen para todos y surgía la necesidad de volver a conectar con lo que me gustaba: investigar. Así que apareció una gran oportunidad de unirme al equipo de ISGlobal y, desde entonces, contribuyo al mundo desde mi rincón en el laboratorio.

La investigación, una parte de quién soy

Durante mi camino profesional, he tenido increíbles y memorables momentos de felicidad, pero también he tenido momentos de duda que me han hecho reflexionar no solo sobre mis elecciones, sino también sobre mi identidad. Sin embargo, fueron estos últimos los que me ayudaron a

comprender que **la pasión por entender, investigar, observar con lupa y cuestionar la realidad siempre ha sido (y seguirá siendo) parte de quien soy**, no importa a lo que me dedique.

Tuve muy claro a quién quería llegar con lo que investigase, solo que no supe cómo llegaría a ello. Fue precisamente una trayectoria profesional no lineal la que me hizo llegar a lo que realmente quería hacer y aportar. Así que diría que el área de diagnóstico, que es a la que me dedico ahora, “me escogió a mí” y no al revés.

Hoy día, sin forzarlo de ninguna manera, trabajo en el **desarrollo de test rápidos basados en ADN**. ¡Pude conectar mi fascinación científica de la infancia con mi profesión! Un momento clave para mí fue un viaje de trabajo a Uganda, donde presencié de primera mano la necesidad de hacer pruebas de diagnóstico rápido que fueran realmente accesibles y robustas. En ese viaje, comprendí que haciendo eso mi contribución sería realmente valiosa al mundo.

Si eres curiosa y te haces muchas preguntas, no tienes que convertirte en científica: ya tienes una mente científica.

La mía nació siendo niña, cuando descubrí el ADN y quise entender cómo funcionaba la vida. Años después, esa misma curiosidad me llevó a desarrollar pruebas rápidas basadas en ADN.



Mònica Ubalde

Científica sènior | Clima, contaminació atmosfèrica, natura i salut urbana

No recordo un moment concret en què decidís ser científica. El que sí que sé és que sempre he estat una nena profundament curiosa. **Volia entendre el perquè de les coses: d'on venen, com funcionen, per a què serveixen.**

Sempre m'ha fascinat com funciona la natura, els éssers vius i la vida que omple el planeta, i també la manera com els humans ens relacionem amb aquest entorn. Aquesta curiositat es nodria de tot allò que vivia: els estius al Pirineu o a la Costa Brava, on sovint pescava i bussejava amb el meu pare. Gaudia mirant els documentals de natura del Félix Rodríguez de la Fuente o Jacques Cousteau, així com sèries de dibuixos animats sobre el cos humà. Entre les meves joguines mai no hi faltaven petits laboratoris o maquetes anatòmiques. Al mateix temps l'art també ocupava un lloc central a la meua vida. La dansa, el cant i la música m'oferien una altra manera d'explorar el món: a través del cos, del moviment i de l'expressió. Amb els anys he entès que aquesta sensibilitat artística i la mirada científica no s'oposen, sinó que es reforcen mútuament, perquè totes dues parteixen de la mateixa atenció al que passa dins i fora nostre.

No tenia del tot clar què volia estudiar, però sí que sabia que havia d'estar relacionat amb la natura, la salut i les persones. Vaig acabar triant Biologia i em vaig especialitzar en microbiologia, tot i que també m'atreia infermeria. Durant anys vaig treballar en un laboratori d'anàlisis clíniques analitzant mostres humanes. **Aquella experiència em va donar una base sòlida sobre el funcionament del cos, però també em va despertar una inquietud que anava més enllà dels**



“El que més m'agrada és poder traduir els resultats científics en solucions reals: eines, recomanacions i accions concretes que ajudin a millorar la vida de les persones”

tubs de mostres. Cada dia veia valors, resultats i diagnòstics, però darrere de cada dada intuïa una història. Volia entendre no només què passava, sinó per què passava i com millorar-ho.

La ciència, una eina poderosa per comprendre el món i construir una societat més saludable

Aquella inquietud em va portar, gairebé de manera natural, cap a la recerca. Vaig decidir fer el màster en biomedicina i el doctorat en salut pública, i vaig comprendre que la ciència és una eina poderosa per comprendre el món i contribuir a construir una societat més saludable, més justa i més segura per a tothom. Vaig descobrir que les malalties no són només degudes a bacteris i virus, sinó també a factors socials i ambientals, i que l'entorn on vivim influeix profundament en la nostra salut. Aquell va ser el moment en què tot va començar a encaixar.

El meu recorregut professional ha estat una evolució des de la biologia microscòpica fins a la salut de les persones i dels entorns on viuen. **De la microbiologia i el laboratori clínic vaig passar a la salut pública i l'epidemiologia ambiental, on he pogut connectar el que passa dins del cos amb el que passa fora:** l'aire que respirem, com són els barris on vivim, o el contacte i connexió amb els espais naturals verds i blaus. Actualment treballo en projectes de salut urbana sobre qualitat de l'aire, natura i salut, canvi climàtic i ciència ciutadana. Alhora, m'he format com a guia professional de banys de bosc i intervencions basades en la natura, una manera d'unir tot el que sóc: la científica que mesura i analitza, i la persona que creu en el poder del contacte i la connexió amb l'entorn com a part essencial de la salut i el benestar.

Vaig triar el binomi natura-salut perquè és aquí on es creuen moltes de les grans preguntes actuals. Treballar en aquest àmbit permet generar un impacte real fora del sistema sanitari: millorar un pati d'escola, un parc o un barri pot afavorir la salut mental, incrementar l'activitat física, millorar la cohesió social i el benestar de moltes persones alhora. La natura, integrada en la vida quotidiana, és un recurs molt potent per generar salut. **El que més m'agrada de la meua feina és poder traduir els resultats científics en solucions reals:** eines concretes que ajudin a millorar el benestar i la vida de les persones, perquè la recerca no es quedi en articles científics, sinó que es converteixi en canvis tangibles.

A la nena que es vol dedicar a la ciència, li diria que la ciència no és només per a genis solitaris, sinó per a persones que fan preguntes, que dubten i que volen entendre millor el món treballant en equip. Que dubtar no és un defecte: és una eina. I sobretot li diria que no ha de demanar permís per fer-se preguntes grans.

Li diria també que la seva mirada és necessària. Que **el món necessita més ciència feta des de la diversitat, la sensibilitat i l'empatia**, que s'atreveixi a imaginar formes diferents de viure i de cuidar el planeta i les persones que hi vivim. Perquè la ciència, al final, comença exactament així: amb algú que s'atreveix a preguntar-se un “per què” i voler canviar les coses.





Carmen Fernández

Associate Research Professor |
Malaria y enfermedades parasitarias
desatendidas



“Estudiar biología me pareció la opción más natural. Sentía que, si quería entender la enfermedad, primero tenía que entender la vida”

Desde muy pequeña me sentí muy atraída por todo lo relacionado con la naturaleza y las ciencias de la vida. Podía pasar horas viendo documentales como los de Jacques Cousteau, alucinando con la diversidad del planeta, pero al mismo tiempo me despertaban mucha curiosidad por entender **por qué enfermamos y cómo se pueden curar las enfermedades**. En ese momento no sabía que acabaría dedicándome a la investigación, pero cuando llegó la hora de elegir carrera, Biología me pareció la opción más natural. Sentía que, si quería entender la enfermedad, primero tenía que entender la vida.

El punto de inflexión llegó en el último año de la carrera, cuando escogí la asignatura de Parasitología. En parte fue gracias al profesor, que nos enseñó que la ciencia no es algo estático como aparece en los libros, sino un proceso vivo, lleno de preguntas y descubrimientos. Nos mostró el laboratorio y nos hizo ver que detrás de cada dato hay personas pensando y probando nuevas hipótesis. Ahí entendí que yo quería estar en ese lado, en el de crear conocimiento, y no solo en el de estudiarlo. Fue cuando nació mi interés real por las enfermedades parasitarias.

Desde entonces, mi camino fue claramente hacia la investigación. Hice el máster y el doctorado trabajando con parásitos unicelulares que infectan plantas. Y, viniendo de Almería, una tierra muy ligada a la agricultura, me resultó natural trabajar en algo que uniera biología y entorno. Sentía que, de alguna manera, mi historia personal también estaba conectada con esos organismos microscópicos.

Durante el doctorado tuve la oportunidad de irme unos meses a Bélgica. Fue una experiencia muy enriquecedora, tanto a nivel científi-

co como personal. Descubrí otra forma de trabajar, y entendí que la ciencia es algo global. **Compartir ideas con personas de otros países te hace crecer muchísimo, y ahí supe que quería seguir formándome fuera.**

Y así llegué a Brasil, donde empecé a trabajar con la malaria durante mi primera estancia postdoctoral. Lo que iba a ser una etapa corta se convirtió en casi diez años de mi vida. Allí entendí de verdad el impacto real de la investigación, en parte gracias a mi mentor científico durante este periodo. Pude trabajar en zonas del Amazonas donde la malaria forma parte del día a día de muchas personas, ver pacientes y comprender la dimensión humana de la enfermedad. Esa etapa marcó profundamente mi forma de ver la ciencia y reforzó mi compromiso con ella.

Después volví y empecé a trabajar en ISGlobal, donde estoy ahora como Profesora Asociada de Investigación. Volver fue traer conmigo todo lo aprendido fuera y seguir haciendo ciencia con una mirada más amplia y más conectada con la realidad. Aquí he podido seguir trabajando en malaria y en otras enfermedades parasitarias olvidadas, combinando ciencia básica y aplicada.

El gran reto de investigar la malaria

Mi trabajo se centra especialmente en *Plasmodium vivax*, el parásito que causa una de las formas más extendidas de malaria. Es un organismo muy complejo y todavía no se puede cultivar de forma continua en el laboratorio, lo que hace que investigarlo sea un reto constante. Pero

precisamente por eso me motiva tanto: porque obliga a ser creativa, paciente y perseverante.

Mirando atrás, siento que mi camino ha estado guiado por la curiosidad y por las ganas de que la ciencia tenga un impacto real. He pasado de la biología básica a la parasitología, de trabajar con parásitos de plantas y humanos a centrarme en la malaria, y de una visión más de laboratorio a una más global de la salud.

Algo que siempre me ha motivado mucho es la formación de otras personas. Acompañar a estudiantes, y especialmente a chicas jóvenes, en su camino para convertirse en científicas es de las partes más bonitas de mi trabajo. Ver cómo ganan seguridad y construyen su propia identidad científica es muy gratificante.

Si tuviera que explicar por qué elegí este campo, diría que **la malaria lo tiene todo: una biología fascinante, un reto científico enorme y una necesidad social muy urgente**. Saber que tu trabajo puede ayudar, aunque sea un poco, a mejorar la vida de otras personas da sentido a todo el esfuerzo.

Y si una niña me preguntara por qué hacer ciencia, le diría que lo más importante es tener curiosidad y atreverse a seguirla. **La ciencia no va de saberlo todo, sino de hacer preguntas y no tener miedo a equivocarse**. Es un camino largo, pero muy emocionante. Solo hace falta constancia, valentía y no perder nunca las ganas de aprender.



Anna Roca

ICREA Research Professor |
Infeccions víriques i bacterianes al món



“Va començar a créixer dins meu un somni: “Un dia viuré i treballaré en un país africà”

Quan era petita, l'únic que volia era jugar a bàsquet. M'agradava molt entrenar i m'hi passava moltes hores. M'agradava formar part d'un grup i competir junts. Tenia esperit d'equip i una sensació molt forta del que era just i del que no. Però ja de ben petita a vegades pensava i somiava en un futur que veia molt llunyà i em deia a mi mateixa: **“Quan sigui gran, viatjaré pel món.”**

Àfrica era un continent que em fascinava. Les postes de sol imponents, els paisatges infinits, els animals salvatges, els infants corrent lliurement sobre la sorra calenta. A través dels llibres il·lustrats que fullejava, Àfrica semblava pura aventura. És clar que aquella era una visió molt simplista i equivocada del continent, però jo era jove i ingènua, i no coneixia res més enllà del meu país. En aquella època ja va començar a créixer dins meu un altre somni: “Un dia viuré i treballaré en un país africà.”

Com passa a molts adolescents, als 18 anys em sentia perduda. No sabia què volia estudiar ni qui volia ser. Durant molt de temps havia imaginat que seria metgessa, però quan va arribar el moment de decidir, la carrera de medicina se'm feia massa llarga. Vaig acabar escollint Química, sobretot perquè eren menys anys, tot i que hauria pogut triar qualsevol altra ciència. **M'ajudaven a entendre el món que m'envoltava i donaven resposta a moltes preguntes quotidianes.** A més a més, les ciències són una bona barreja entre creativitat i mètode.

Tot i això, la universitat no va complir les meves expectatives. Les classes eren avorrides i el fet de no estar obligada a assistir-hi em feia sentir encara més perduda. Malgrat la desil·lusió de la universitat,

aquell desig infantil d'aventura mai no va desaparèixer del tot. Fins que un dia d'estiu, quan tenia uns 20 anys, tot va canviar.

Quan la ciència es converteix en propòsit

Durant les meves vacances vaig veure un documental a la televisió sobre la malària. Els científics explicaven la necessitat urgent d'una vacuna contra aquesta malaltia per reduir la mortalitat infantil a molts països africans. Parlaven d'injustícia, de com les infeccions que afecten les poblacions més pobres no reben el finançament necessari per poder fer recerca i així aconseguir vacunes i tractament eficaços. El missatge del documental em va impactar molt. **Per primera vegada, vaig entendre que la recerca pot ser una arma poderosa contra la injustícia i les desigualtats.**

Amb aquesta nova visió, tots els punts es van connectar. Treball en equip. Ciència. Aventura. Viatges. Justícia. Tot just es convertia en Propòsit.

A partir d'aquell dia, vaig treballar de valent per fer realitat el meu propòsit. Fins i tot abans d'acabar la universitat, vaig començar a col·laborar com a voluntària en un laboratori de recerca. Poc després, em vaig trobar treballant a Tanzània, participant en el mateix assaig de la vacuna contra la malària que havia vist a la televisió.

Durant més de 30 anys, la meva feina m'ha portat a viure i treballar a diferents països i continents, principalment a l'Àfrica occidental. Com que vaig continuar estudiant, em vaig convertir en epidemiòloga, i vaig trobar un nou camí. L'epidemiologia és una disciplina científica

que reuneix tots els aspectes que em motiven en una feina: la visió global, el pensament analític, la interpretació de dades i, una vegada més, l'aventura. L'**epidemiologia** estudia les malalties des de la perspectiva de la població, en comptes de la perspectiva de l'individu, la qual li dona un **gran potencial d'impacte en salut global**.

Tot i que vaig començar treballant amb la malària, durant els meus primers anys fent recerca ja vaig canviar a estudiar les infeccions respiratòries. Un cop vaig ser mare, però, vaig tornar a canviar el focus de la meva recerca. Encara com a epidemiòloga, aquest cop em vaig posar a treballar en salut materno-infantil. **Com a mare, vaig entendre en primera persona els reptes que afronten les dones després del part i això em va motivar a treballar en aquesta àrea.** Una altra experiència clau a la meva vida de científica va ser participar en la resposta epidemiològica a la pandèmia de la COVID-19. Participar en un esforç global en el moment en què el món necessitava epidemiòlegs va ser, alhora, un gran repte i una recompensa extraordinària.

Quan vaig començar el meu camí dins de la recerca biomèdica, treballar a l'Àfrica no semblava una opció viable. Però quan creus en el que fas, trobes la manera de fer possible el que vols. Així que no tingueu por de cometre errors en les decisions que aneu prenent a la vida i no deixeu que els errors que pugueu cometre a l'hora de prendre decisions us aturin. Exploreu i trobeu el vostre propòsit. La vostra història no ha de ser perfecta, però ha de ser viscuda de la manera que vosaltres escolliu.

Nika Stastny

Predoctoral Researcher | Malaria and Neglected Parasitic Diseases



“It’s funny how sometimes you have to try many different things just to find your way back to what you wanted as a child”

This story might feel a bit backwards, but as a little girl I never thought I could be a scientist. In my chemistry and biology books, the names attached to discoveries were almost always male. You start to think that the title of “scientist” belongs only to geniuses and serious men—and I felt I was neither.

So when I was asked what I wanted to be when I grew up for my elementary school yearbook, I left the space blank.

I always kept my eyes open for direction, and my upbringing was filled with immense support to develop myself in whatever ways I wanted. My mother also taught me that we should always give back to others, and to recognize how lucky we are for what we have. I would go to bed wondering why I was sleeping in a cozy bed while someone else had none, and why we ever refer to a certain group of people as “others.”

Unfair was a word that circled my mind long before I learned the word inequality.

So I thought, okay, I will dedicate my career to helping people who have less than me. How? I had no idea. That calling was put aside (I had no idea how one even makes it to the UN), and it became time to make concrete choices for university.

I chose what fascinated me most: biology, the human body, and mathematics—tools that help make a complex world a little clearer.

At university, I felt lucky. Access to endless reading materials was never the problem; it was fulfillment. Writing scientific papers wasn’t a chore, it was creation. I found so much joy in my studies, yet I strug-

gled to see a clear final goalpost that would make sense of it all for my future.

It’s funny how sometimes you have to try many different things just to find your way back to what you wanted as a child. For me, that moment came when—after many unsuccessful choices—I landed my first internship in global health, and I never looked back.

Finding Joy in Creating a Healthier World

My research focused on the burden of respiratory infections in children on a small Caribbean island, and on better understanding the seasonality of viruses that make babies severely ill. I felt an incredible pull toward working with vulnerable populations, particularly young children and pregnant mothers. This is how I ended up pursuing a PhD on a project aiming to improve the diagnosis and prognosis of infectious diseases in mothers and babies at ISGlobal.

This was also when I slowly began letting go of the idea that there are things I am simply not capable of.

I realized that **everyone is kind of winging it—in research and in life. But if you put in a lot of hard and honest work, you can become very good at winging it.** So somewhere around the age of 22, I said to my mum, “*Mum, I might want to be a scientist.*”

I want to be a scientist because it is beautiful—creative, and a never-ending exploration.

Because I still remember the excitement of drawing a human cell in biology class, labeling all its components, and imagining a world within our own world.

I want to be a scientist because it is endless wonder that connects us all.

I want to be a scientist because — how lucky am I that something I find fun can also help create a healthier world!

“How lovely it is to be a scientist”, I thought.

The obstacles in science are too numerous to even begin naming, but they make it all worth it. In the end, science is for the truly passionate.

I would advise every girl to believe that if they see a problem they want to solve, they have just as many tools in their pockets as anyone else in the world.

I would tell every girl that if every answer leads to another question—and that excites rather than demotivates them—science will constantly feed their minds.

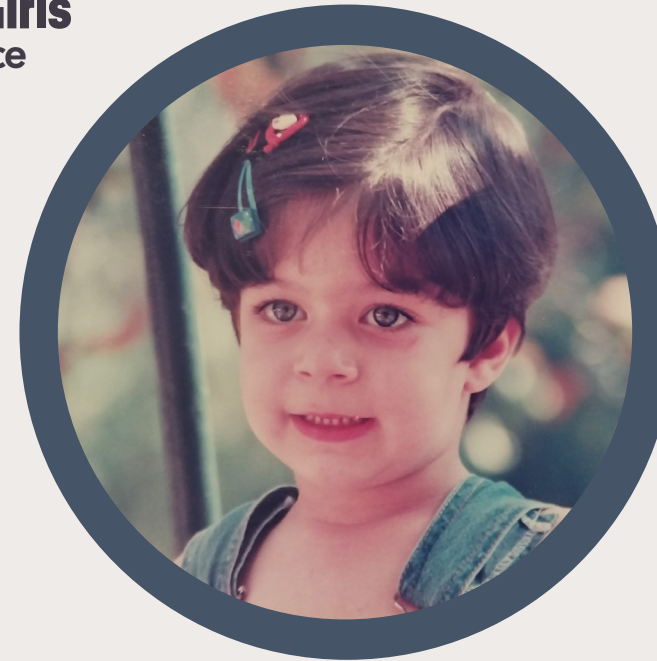
I would tell little girls that even if their grades are not all A’s, science is broad, and there is a place for everyone who wants to be part of it.

I would tell them to go for it, be a scientist, and have so much fun doing it.



Ana Chopo

Investigadora predoctoral | Infeccions víriques i bacterianes al món



“Decidir dedicar-me a la ciència ha estat gràcies a bones mestres i referents femenins que m’han transmès la seva passió per la recerca”

Des de ben petita he sigut una persona molt curiosa. Sempre m’ha agradat fer preguntes i entendre el perquè de les coses. Recordo amb molta il·lusió les visites al CosmoCaixa, on podia tocar, provar i experimentar, i on aprenia gairebé sense adonar-me’n (i, òbviament, també jugant amb tot). Aquells moments em van fer veure que la ciència no era només llibres i fórmules, sinó una manera divertida i apassionant de mirar el món. Quan vaig créixer una mica més, vaig voler ser arqueòloga. Em fascinava la idea que, a partir d’objectes aparentment senzills com una gerra o una eina, es pogués reconstruir com vivien les persones fa milers d’anys. Entendre el passat a través de petites pistes em semblava gairebé màgic. Amb el temps, aquell interès es va anar transformant, però **la curiositat per entendre com funcionen les coses mai va desaparèixer**.

Durant l’institut vaig tenir la sort de trobar professores de biologia que no només explicaven la matèria, sinó que transmetien una passió real per la ciència. Gràcies a elles vaig començar a imaginar-me un futur relacionat amb aquest món, i finalment vaig decidir estudiar Ciències Biomèdiques a la Universitat de Barcelona. En aquell moment encara no tenia clar si volia ser científica, ni quina sortida professional escolliria, però sí que sabia que allò que estudiava m’interessava i em motivava.

Un punt molt important del meu recorregut va ser fer unes pràctiques durant la carrera. Vaig entrar a un grup de recerca que estudiava el paràsit responsable de la malària, una malaltia que afecta milions de persones arreu del món. Aquella experiència em va marcar profundament. El grup estava liderat per dues científiques que es van convertir

en grans referents per a mi, tant a nivell professional com personal. Em van ensenyar què vol dir fer recerca amb rigor, passió i compromís. Va ser allà on vaig sentir, per primera vegada amb claredat, que volia dedicar-me a la ciència i que volia contribuir a l’estudi de les malalties tropicals.

A partir d’aquell moment vaig decidir seguir formant-me. Vaig marxar a Bèlgica durant un any per participar en un projecte de recerca sobre la malària, on estudiàvem les resistències del paràsit als medicaments a partir de l’anàlisi dels seus gens. Viure i treballar a l’estranger va ser un repte, però també una experiència molt enriquidora, tant a nivell científic com personal. Amb ganes d’aprendre encara més, vaig començar un màster d’Immunologia de les Malalties Infeccioses a Londres. Va ser una etapa intensa, exigent i molt estimulante. Em va agradar tant l’experiència que m’hi vaig quedar quatre anys, treballant en recerca sobre la malària des de diferents punts de vista: epidemiològic, immunològic i genètic. **Treballar en equips internacionals i en entorns diversos em va ajudar a créixer i a guanyar confiança en mi mateixa.**

Totes aquestes experiències em van donar les eines i la seguretat necessàries per començar el doctorat a Barcelona, on actualment estudio el risc de reintroducció del dengue a la zona del Mediterrani.

El valor dels referents femenins

Quan miro enrere, m’adono que no hi ha hagut un únic moment clau que expliqui per què em dedico a les malalties infeccioses. Ha estat la

suma de moltes vivències, de **bones mestres, de referents femenins i d’equips humans excel·lents que m’han transmès la passió per la recerca**.

Si hagués de donar un missatge a una nena o una noia que vol ser científica, li diria que, tot i que de vegades el camí pot ser difícil i fins i tot frustrant, és una professió molt bonica i gratificant. Que no tingui por d’equivocar-se, que demani ajuda quan la necessiti i que confiï en el treball en equip, perquè la ciència no es fa sola. També li diria que és molt important cuidar-se, tenir aficions i desconnectar. En el meu cas, m’encanta escapar-me a la muntanya per recarregar les piles. La ciència pot ser apassionant, però gaudir dels petits plaers de la vida és essencial per seguir avançant amb il·lusió.



International
**Day of Women
11F and Girls**
in Science
2026

ISGlobal