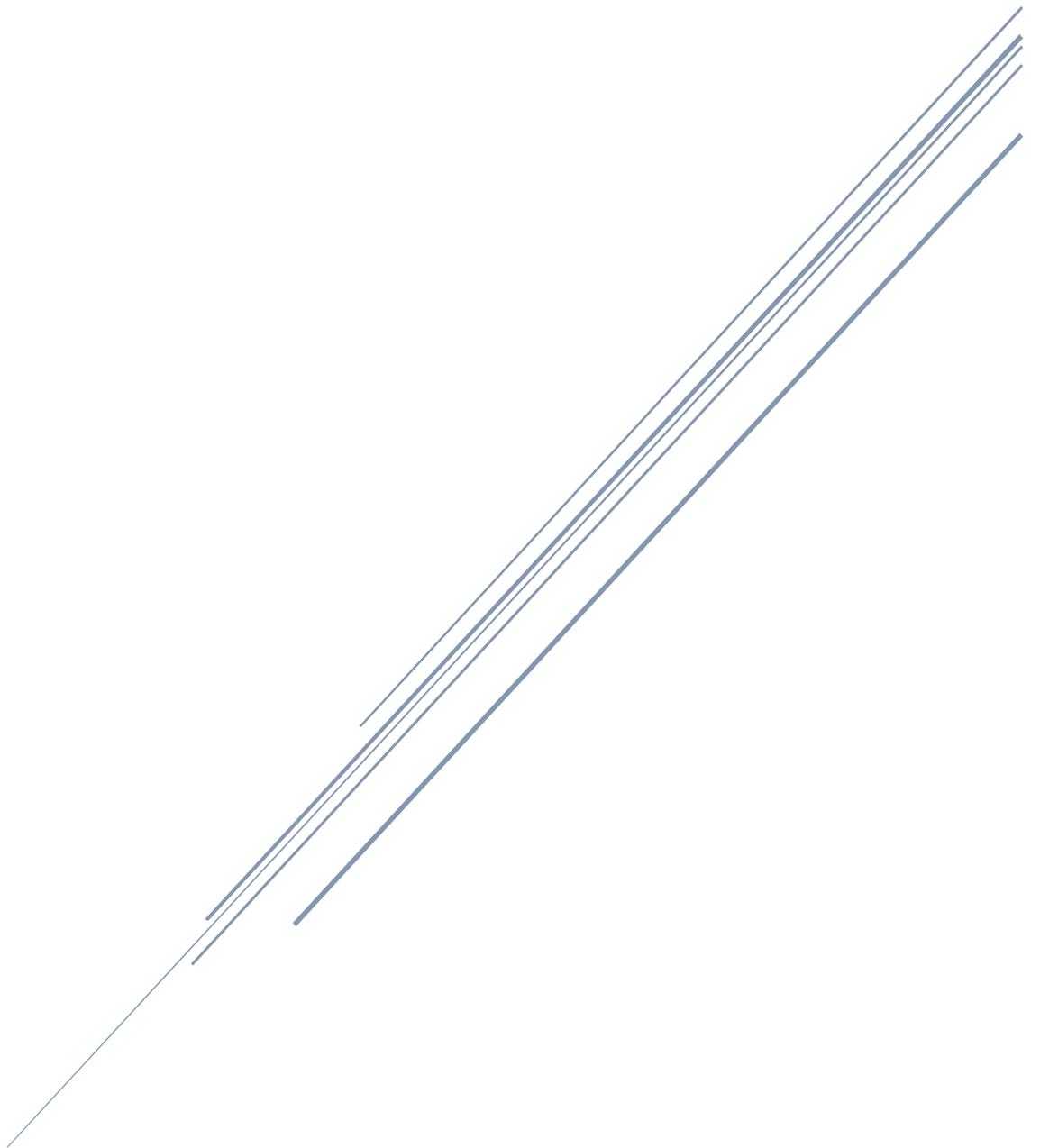


LIBRO DE RELATOS DE LA
II JORNADA INTERNACIONAL
DE MEDICINA NARRATIVA
EN EDUCACIÓN MÉDICA



UAM - UFV

 12 febrero 24
FACULTAD DE MEDICINA UAM. C/Arzobispo Morcillo 4 Madrid.

II Jornada Internacional de Medicina Narrativa en Educación Médica




Universidad Autónoma
de Madrid

 Universidad
Francisco de Vitoria
UFV Madrid

- 01 FRANCISCO ALEGRE Y MARIANO SAMPEDRO – ASUNCIÓN AGUILAR
- 02 UNA CARRASPERA EN LA GARGANTA - ALEXANDRA ALBARRACIN
- 03 DIARIO DE UNA LENTE – JULIA BELLIDO
- 04 CERTIFICANDO – AUGUSTO BLANCO ALFONSO
- 05 NO QUIERO MÁS BATIDOS – AUGUSTO BLANCO CALLEJO
- 06 ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN – MARÍA TERESA BLANCO RAMOS
- 07 QUIÉN CUIDA A LOS QUE CUIDAN – MARÍA VICTORIA BOVO
- 08 LOS MINUTOS DE ORO – FRANCISCO CAMARELLES
- 09 LOS PACOS – CRISTINA CASSINELLO
- 10 PIEL - PAULA CARRASCOSA
- 11 LOS REGALOS DE LOS PACIENTES – MARÍA SOLEDAD CASTAÑO
- 12 DE COMO EL CORONAVIRUS CAMBIÓ NUESTRAS VIDAS – MARÍA ISABEL GARCÍA LÁZARO
- 13 SIMBIONTES – BÁRBARA DIAZ
- 14 LENTEJAS O PASTA – MARÍA GARCÍA ARÉVALO
- 15 MI PRIMER DÍA – PILAR JIMÉNEZ NASCIMIENTO
- 16 ALGÚN DÍA SERÁ EL ÚLTIMO DÍA – SANDRA LÓPEZ
- 17 MI VIDA SIN TI – ROSA MAGALLÓN
- 18 QUÉ BIEN SE ESTÁ ESTA TARDE – JUAN CARLOS MUÑOZ
- 19 VOCACIÓN – CARMEN ORTEGA
- 20 DIFTERIA – ÁNGEL OTERO
- 21 LA HISTORIA DE C – NATIVIDAD PUCHE
- 22 DESPEDIDAS – IGNACIO REVUELTA
- 23 VAMOS JUNTOS. YO TE ACOMPAÑO – JORGE SÁNCHEZ-CALERO
- 24 MI EXPERIENCIA MÉDICA EN O.R.L. – EMANUELE ROSSI
- 25 QUIÉN SOY – BEGOÑA RIOS
- 26 FENOTIPO ANÓMALO – GABRIEL RUIZ
- 27 LA ÚLTIMA CLASE – ROGER RUIZ MORAL
- 28 LA DESPEDIDA – BLANCA SELLÉS
- 29 LA SEMILLA GERMINA – ANA SOBRINO
- 30 MIS INICIOS EN LAS DESPEDIDAS – SARA SOLER
- 31 LAS CINCO MENOS CINCO – JOSÉ IGNACIO TORRES
- 32 CLARA YA NO ESTÁ SOLA – JOSÉ VIZCAÍNO

01 FRANCISCO ALEGRE Y MARIANO SAMPEDRO¹

Aguilar, Asunción

TCAE – Hospital Ramón y Cajal (Madrid)

El área de críticos en un servicio de urgencias es pasar a otro nivel en el transcurso de un malestar. El paciente no sabe explicar muy bien que le pasa y nos enfrascamos en averiguar con preguntas que le ocurre, si es capaz de contestar solo dirá “no me encuentro bien” el resto del síntoma, lo averiguaremos con aparataje que nos chiva y mirándole a la cara.

Francisco con 80 años entró así en mi zona de trabajo, aquel día estaba en críticos y el estómago me daba la vuelta cuando el paciente no me hablaba. Afortunadamente no todos entraban tan mal, y él se dejaba llevar por el concierto de preguntas mientras le instalábamos en su nueva cama, conectábamos monitor y le ponía el camisón de lunares argumentando, que era el nuevo modelito del servicio de urgencias. Cuando el médico averiguó lo que le pasaba, procedimos a pelearnos con el mal de Francisco. Instaló un ecógrafo y sus palabras alteraron la tranquilidad de todos los que allí hacíamos el turno, “Taponamiento Cardíaco”.

El doctor comenzó la ecografía a la vez que me explicaba que era el dichoso Taponamiento, a mí esa palabra desde el inicio no me gusto, me puso muy nerviosa y me instalé a los pies de la cama de Francisco y a la vera del compañero. Comenzó a explicarme la ecografía a la par que se la explicaba a Francisco, a su mujer e hijo. Las palabras técnicas las utilizaba conmigo, con un tono más neutro y preocupado, cuando se dirigía a ellos más alto y relajado.

- ¿Qué me pasa Doctor?
- Nada que no se pueda arreglar. Su corazón no funciona bien, habrá que llevarle a la sala y hacerle una pequeña operación. Su corazón está desbordado, sus válvulas y ventrículos no están haciendo su trabajo.

La mirada de Francisco fluctuaba entre su hijo, su mujer, el adjunto y yo. Cambiaba en función de la sonoridad de las palabras. Mis manos enguantadas acariciaban por encima de las sábanas los pies y piernas de Francisco, mientras la melodía de frases salía de las cuatro bocas que habían formado ese concierto.

- “Francisco Alegre te vas a llamar. Aquí has pasado a otro nivel, entre el camisón de lunares y la musiquita del monitor, te tiene que salir la alegría por los poros”. -Fue lo que le dije-.

¹ Francisco Alegre en homenaje a la Copla y Mariano Sampedro a la película Mar Adentro

Benditas mascarillas y gafas para ver, bendito vaho que nubla la visión. Por lo menos no apreció mis ojos humedecidos cuando me respondió con una sonrisa.

- ¡Va a salir todo bien! Piensa en cosas buenas, en todo lo que quieres hacer en vacaciones, con tus nietos, tu familia. Piensa en la playa, en una paellita, en todo lo que te haga sentir muy bien. Cuando vuelvas de la sala, aquí estaré esperándote... -Ese era mi deseo-

Francisco no volvió. No superó el taponamiento.

Fue la primera vez en mi vida profesional, que he sentido que mentía a un paciente. No le alenté a despedirse de su familia, no fui capaz de pronunciar esas frases tan habituales en nuestra profesión: Esta mal... veremos si sale bien... veremos cómo evoluciona... hay que ser optimistas ... Frases que no nos olvidemos, la familia entiende, se ubica, se prepara para un fatal desenlace. Fue la primera vez que me arrepiento de no haber dado un abrazo, le esperaba y no fue así.

Mariano con 76 años llegó unos meses después y fue otra historia. Le conocí en la zona de observación/ingreso. Hacía 9 años que le había dado un Ictus, cuidado en casa, el motivo de llevarle a urgencias fue porque llevaba 72 h. sin comer, se había negado. Estaba con él una de sus hijas, que había pasado toda la noche. La invité a que fuera a desayunar mientras aseábamos a su padre. Me explicó el motivo por el cual habían llegado a urgencias, advirtiéndome de que su padre no estaba siendo colaborador, no se dejaba hacer nada y que probablemente me costara asearle. Procedí como siempre hago con los pacientes, que supuestamente no oyen, no entienden, no contestan... explicándole todos los pasos que iba realizando, no tenía ni una sola escara, si un brote inmenso de soriasis por todo el cuerpo. Mariano, fue colaborador, se dejó hacer, estuvo relajado y me sentí bien, me había dejado cuidarle. Cuando llegó el desayuno, su hija intentó dárselo sin ningún resultado. Me ofrecí a intentarlo, y conseguí la misma respuesta por su parte. Por la cabeza, se me pasó una pregunta demasiado directa para la hija y me lance a formularla.

- ¿Os habéis planteado la posibilidad de una PEG o Sonda Nasogástrica?
- No entra esa posibilidad. Ya hemos hablado con el médico y mi petición ha sido la de dormirle. Mi padre ha llegado hasta aquí, no quiere seguir. No vamos a alterar el curso de la naturaleza. Mi madre, mi hermana y yo, llevamos 9 años cuidándole y él ha querido, ahora ya no quiere. Solo le hemos traído por si había algo que le estuviera haciendo daño. Según los médicos solo tiene una infección, pero no entienden porque no come. Nosotras si, no quiere seguir viviendo.

- Sabes, sois unas valientes por acompañar así a vuestro padre y marido. Chapó, es lo que me sale. Pocas familias dejan aparte ese egoísmo por querer quedarse con su familiar.

La palabra egoísmo salió a coro de nuestras gargantas. Me contó todo lo que querían a su padre y hasta el final iban a estar con él.

Se intercambiaron como en los turnos, una hermana por otra para cuidar a su querido padre. Su madre vendría en el siguiente turno.

Los médicos, aceptaron la petición de Mariano. Le trasladaron a un box para sedarle. Allí fui a despedirme y decirle las mismas palabras a su otra hija. En camino hacia el hospital, venían su Mujer y la protagonista de la conversación.

A Mariano le cogí la mano mientras le besaba la mejilla.

02 UNA CARRASPERA EN LA GARGANTA

Albarracín Castillo MA.

Médica de Familia

Desde los inicios en mi andadura por el apasionante mundo de la medicina mis maestros nos inculcaban en la facultad de medicina la importancia de la semiología clínica, es verdad que mi escuela era modesta en ese entonces y por aquélla época años 90, no disponíamos de tantos medios diagnósticos y tecnológicos como los actuales, nos entrenaron con astucia en la adecuada observación e interpretación de los síntomas y signos que presentaban y narraban los pacientes así como en la importancia de realizar una buena anamnesis. Cuanto les agradezco a mis profesores su sabiduría y como me la transmitieron, ello ayudo a desarrollar lo mal llamado “*ojo clínico*”, término que realmente tiene un uso más coloquial que científico y que el Diccionario de la lengua española (23ª edición) define como la -*facilidad para captar una circunstancia o preverla*-.

Os quiero compartir una experiencia reciente con un familiar cercano en línea de sangre con el que comparto menos de lo que yo quisiera debido a la distancia y ocupaciones -mi madre-, después de al menos un año sin vernos y de hablar lo justo nos encontrábamos dando un paseo vespertino era pues una tarde de octubre; sin atisbo de la mínima preocupación disfrutábamos del paisaje, la bahía lucía en calma tan espléndida y brillante, el sol empezaba a ocultarse, la gente aprovechaba en las calles y terrazas los coletazos del buen tiempo que aun disfrutábamos para le época del año y en ese momento empecé a observar un tanto abrumada cómo mi madre cada cierto tiempo se detenía, tomaba aliento unos segundos y continuaba sin más. Proseguíamos ensimismadas en la conversación y fue al empezar a subir una cuesta con algo de pendiente cuando se detuvo, su rostro palideció e hizo el gesto de llevarse la mano al pecho. Sin darle ninguna importancia se repuso y continuo, fue en ese momento y no me digáis porque cuando todas las alarmas se encendieron en mí, en un minuto se me pasaron cualquier cantidad de ideas, razonamientos y hasta diagnóstico diferencial lo cual se agudizo cuando este episodio se repite a pocos metros en la misma cuesta, entonces pregunto:

- ¿mami te encuentras bien?
- Si, si no es nada, me dice...”*es una carraspera en la garganta*” y continua sin más...

Mi madre es una mujer recia como dirían en mi pueblo, nunca se queja y aunque los devenires de la vida la estén golpeando sin piedad ella permanece casi impecable, así que decidí observar y hacer algunas preguntas para

intentar manejar la incertidumbre de que algo no estaba bien en ella sin que sospechara mi preocupación.

Continuamos nuestro paseo sin más tropiezos y la vida continua, en ese momento estábamos todos concentrados en que mis padres disfrutaran de sus vacaciones, tranquilos, contentos y que gozaran de unos días de paz tras una temporada de grandes dificultades.

Sin embargo, esa no sé, si llamarla intuición, voz interior, corazonada que cuando aparece en mi práctica clínica generalmente si la atiengo reflexivamente acierto, me carcomía la conciencia cada día y aunque insistía en las preguntas de rigor y a las que a todas mi madre contestaba negativamente, tras consultar en el centro de salud siendo la exploración física y electrocardiográfica aparentemente normal, no quise preocuparla y la deje volar, para que continuara emocionada disfrutando de sabores, experiencias, lugares, personas que le estaban propiciando tanta felicidad...

Tras un corto viaje que realizó con mi padre y tíos decidí consultar a un amigo cardiólogo, que con la simpatía que le caracteriza me dijo: “tráela y le echo un vistazo, así nos quedamos más tranquilos”... y abusando de su confianza irrumpimos en su ajetreada agenda donde tras ecocardiograma y nueva exploración nada parecía ocurrir...comentando sus escasos antecedentes patológicos y teniendo en cuenta que fumo en alguna época de su vida y que 6 meses atrás subía cuestas sin apenas rechistar, decidimos realizar un eco de ejercicio donde a los 3 minutos de reloj la clínica apareció evidenciando unas ondas claramente isquémicas en todas las derivaciones cardiacas...

Como explicarlo... perplejidad puede ser, no hicieron falta palabras ni miradas entre colegas en ese momento... con cuidado y mucho mimo ya que mi madre se encontraba fatigada se comprueba en el ecocardiograma una clara obstrucción en territorio de la arteria Descendente Anterior (DA) también denominada “arteria de la vida” por ser la que irriga la mayor parte del ventrículo izquierdo del corazón.

De repente se plantean miles de incógnitas y decisiones que tomar ante una situación grave que requiere intervención inmediata en una persona relativamente joven y sana, se activan todas las habilidades que tanto intentamos trabajar en nuestro ámbito: como dar una mala noticia, toma de decisiones compartidas, etc... y lo que parecía con los tiempos que corren un problema grave con relativa fácil y rápida solución, durante el cateterismo irrumpió como una gran ola la sorpresa de que no solo estaba obstruida por completo la DA sino también la coronaria derecha y circunfleja, todas ellas componen los principales vasos del corazón y como si esto fuera poco aparecía tímidamente como destellos de un faro en la lejanía unos vasos en la aurícula izquierda que insinuaban lo que más tarde se comprobó era un mixoma.

Así pues, mi madre valiente, decidida, impoluta se abandonó en el buen hacer de sus médicos, confió sin apenas hacer preguntas y se sometió a una gran cirugía cardiovascular que restauró el riego de su corazón averiado y extirpó el tumor encontrado evitando un inminente infarto cardiaco y cerebral.

No os voy a mentir y podría extenderme, fue un camino difícil que recorrimos con incertidumbre y dolor con la satisfacción de los buenos resultados obtenidos.

Con este relato y desde la humildad quiero compartir con vosotros a manera de reflexión, pienso en la importancia de inculcar y potenciar una práctica reflexiva donde la medicina basada en la evidencia se apoye en intuición basada en la experiencia y en un futuro próximo logremos adentrarnos en la llamada medicina de precisión.

03 DIARIO DE UNA LENTE

Bellido, Julia; Xavier Cabiñano; Lucía Bescós

Estudiante de Medicina- Universidad de Zaragoza

Laura se está mirando al espejo preparándose para un día más de prácticas. Siempre he pensado que es una chica guapa con mucho potencial, pero claro que voy a decir yo, si soy solo su par de gafas. Sea dicho que estoy hecha de otra pasta. Cuando ya está lista, me coloca sutilmente apoyada en sus dos orejas y su estrecha nariz. Sonríe para sí misma.

Aparecemos en un edificio de luz tenue, donde curiosamente mucha gente de la que nos cruzamos va vestida igual (un atuendo verde horroroso, aunque con pinta de cómodo). Los pasillos parecen un laberinto interminable, hay un olor en el ambiente peculiar y los rostros de las personas ahí reflejan diferentes emociones que no sé identificar. Laura camina con cautela, pero ligera ya que no quiere llegar tarde a su primer día. Uy, este camino ya lo habíamos hecho. Creo que se ha perdido. Finalmente encontramos nuestro camino y se cambia de ropa a ese pijama verde horroroso. Cuando salimos de esa habitación, hay una persona que le indica una habitación. Laura parece nerviosa porque empieza a sudar un poquito (me lo dicen sus cejas que son muy majas).

Entramos en una sala que parece acorazada, donde el frío lo inunda todo y hay una luz fría intensa. Suena, continuamente, un pitido de una manera regular. Laura se acerca al centro de la sala, donde se está haciendo algo (pero no sé el qué). AHHH SANGRE. ¿Dios mío qué es esto? ¿Por qué hay un hombre desnudo mientras escuchamos Hombros G de fondo? Tres personas diferentes (vestidas con el atuendo mencionado) se encuentran sobre el hombre tendido inconsciente, y están metiendo las manos en un agujero en su vientre. Laura ha entrado y se ha presentado, pero no ha recibido contestación. No se ve mucho desde nuestra posición. En cierto momento, lo que parece un enfermero le pide que se aparte un poco para dejarles hacer su trabajo. La pobre de mí propietaria acaba sentada en una silla, fuera de lo que se vino a celebrar, escuchando los comentarios de los cirujanos.

Laura se está mirando al espejo preparándose para las clases de hoy. Parece algo más desanimada que ayer. Creo recordar que le toca atender a un par

de clases y finalmente un seminario antes de comer. Acaba con el último retoque y me posiciona donde siempre.

Salimos de casa e iniciamos un camino que ya conozco. Antes de llegar al edificio llamado facultad, Laura recibe un mensaje de sus amigos: no vienen a la primera clase.

Nos sentamos en segunda fila, saca su material de la mochila y se prepara para la inundación de teoría que seguramente se lleve a cabo. No soy un profesional en esto, pero veo muchas diapositivas pasar. Por fin acabamos dirigiéndonos a la salida de esta deshabitada aula, donde juraría que más de uno no se mueven, parecen momificados. Eh esas son las gafas de Enrique, cuantas dioptrías tiene este chico. Nos juntamos con un grupo de estudiantes (los cuales ninguno lleva unas lentes tan presumidas como yo) y caminamos hasta otra pequeña clase, más oscura con algo proyectado en una pantalla blanca, que sinceramente huele a cerrado. Javi se sienta a nuestro lado y le hace bromas a Laura. Es un compañero de su clase (que no lleva gafas) agradable y atento. Le comenta a mi patrona que tiene una idea para un proyecto, pero que no puede hacerlo solo. Javi también se gira hacia Julieta y la incluye en la conversación. Empieza el seminario. Un hombre mayor, algo soporífero, empieza a hablar acerca del cáncer de próstata sobre el cual parece apasionado. Nuevamente la mitad de los estudiantes en el aula parecen Tutankamon en sus últimos años, pero el docente sigue con su discurso. Por fin termina esta tediosa clase y nos dirigimos a la salida los tres mosqueteros de antes. Con lo que parecía la semilla de una idea, conseguimos montar toda una red de recursos e información para poder desarrollarla. Estaban los tres emocionados. Tenían los tres, brillo en sus miradas, esa motivación de un alma joven que cree que se puede comer el mundo. Se acabaron dando un abrazo donde Laura casi me deja caer por el camino, qué susto.

Los meses fueron pasando, la ilusión volvió a brotar en los días de mi querida propietaria. Poco a poco estos tres amigos fueron haciendo realidad todo lo que pensaron en ese primer día en la facultad. Material, recursos, lugar, gente fueron apareciendo en el proyecto. Llegó el día en el que fueron a entrevistar a un profesor con el que habían contactado previamente. Querían grabar ese primer episodio con él. Según lo que me he podido enterar, estos tres quieren hacer un podcast (No sé qué es eso) para contar información al mundo. No de una manera “tutankemonica” como ese pasado seminario, sino sencilla humana y con algo de humor. La entrevista fue todo un éxito y los motivó a seguir trabajando. Hablando con unos y otros profesores nos fueron ayudando poco a poco a conseguir más contactos y acabar viniendo a un congreso, donde con nuestra poca experiencia, pero mucha iniciativa, queremos dar a

conocer esta plataforma y de alguna manera que todo vosotros participéis.
Pero qué os voy a decir yo, al fin y al cabo, solo soy unas gafas.

04 CERTIFICANDO

Augusto Blanco Alfonso

Médico de Familia – Profesor de la UAM

Me llamaron a las 11.30 para hacer una suplencia, un médico se había puesto malo y necesitaban otro que pasara la consulta y allí me fui, lleno de buenas intenciones, pero con todos los miedos arremolinados y escondidos en la tripa. Era la primera vez que iba a pasar consulta yo solo, lejos de la protección del hospital o el cuartel (durante el servicio militar había pasado consulta en el botiquín del cuartel durante más de un año)

El tercer día tuve un aviso, me advirtieron de que era un óbito. Pregunté, muy profesional, si sabían si tenían el certificado, me contestaron que sí que el familiar lo había aclarado y me dispuse a cumplir con la obligación.

Era una zona en crecimiento, donde convivían casas bajas entre la chabola y la casa de pueblo más elemental, con urbanizaciones nuevecitas y elegantes. No estaba lejos, así que aproveché el recorrido para repasar los pasos a dar ante un certificado de defunción. Inspección completa del cadáver, para descartar muerte violenta, reflejos pupilares, auscultación cardiopulmonar, exhalación de vaho, por boca o nariz, pediría un espejito...Trataba de recordar todos los aspectos, con los que nos había sermoneado, en Medicina Legal. Tres días de médico de verdad y me tocaba un certificado, ya era mala suerte.

La dirección correspondía a una casa unifamiliar de pueblo con su patio, a la derecha de la cancela y adosada al murete una caseta de perro vacía montaba una falsa guardia. Un par de árboles daban sombra a una mesa y unas sillas desvencijadas. Varias personas, en su mayoría gitanos, fumaban nerviosos comentando sobre la muerta, imaginé. En cuanto me identifiqué, rápidamente uno de ellos se dirigió al interior de la casa a grandes zancadas y al llegar yo a la puerta ya me salía a recibir el hijo de la fallecida.

Los médicos a veces representamos, como actores, un papel y tratamos de transmitir confianza, tranquilidad y sabiduría, que no se nos note la falta de conocimientos o de experiencia.

La casa estaba llena de gente, había cierto bullicio quedo, recordé el Hospital cuando uno de los suyos ingresaba o acudía a urgencias. Una cohorte innumerable lo acompañaba. Si era en la urgencia, casi acampaban a la puerta, si estaba en planta, recurrían a toda trapacería, para llegar hasta la habitación, donde a veces se reunían tal cantidad de personas que costaba poner orden. Nunca estuve del todo seguro si los otros pacientes cuando protestaban lo hacían por envidia o por la algarabía concitada.

Me acompañaron a la habitación y en la cama, entre cuatro grandes hachones, uno en cada esquina del lecho, descansaba una anciana, perfectamente peinada, vestida de gala, esperando mi bendición para que la funeraria se acercara para el sepelio.

Todas mis ideas legales sobre lo que había que hacer se bloquearon en el oleaje de emociones del momento. ¿Cómo iba a pedir que la desnudaran? A la par recordaba El Clavo, una novela del Pedro Antonio de Alarcón, que había leído en el colegio y en la que se descubría un asesinato al sacar, de la fosa común, una calavera traspasada por un gran clavo. Bajo aquel pelo tirante y apagado ¿se escondería la cabeza de un gran clavo?

Me acercaron un montón de informes del hospital donde se explicaba la posible causa de la muerte. Bastante verosímil, lo que me permitió rellenar el certificado obviando las pesquisas sobre las que venía cavilando. No era tanto el convencimiento de hacer lo correcto, era la seguridad que haciéndolo así podría salir con bien de la vivienda, no quería ni pensar que pasaría si pedía hacer las cosas como decía mi libro.

¡Qué terrible! En ningún caso me planteé el dolor de la familia, solo los aspectos legales y los miedos estúpidos cargaditos de prejuicios.

Ausculté, sobre la ropa, no había ruidos cardiacos ni pulmonares, aunque si el frufú de la tela, descarté reflejo pupilar y, muy serio, pedí un espejo. Me acercaron uno de lupa, de los que usaban las señoras mayores, al menos mi abuela, para depilarse, los cañones de la barbilla, lo posicioné ante las fosas nasales y la boca y comprobé, casi satisfecho, que no existía exhalación.

Rellené pulcro cada cuadradito del certificado armado con el DNI de la difunta y procedí a transcribir lo que los informes me soplaban en las distintas causas: inmediata, intermedia y fundamental, así como di valor a la hora que me decía la familia había ocurrido el deceso.

Salí, si no orgulloso, si aliviado.

Le he dado muchas vueltas a mi actuación, creo que no había causa punible, pero yo no actué por justicia sino por miedo. Y sin un gramo de compasión o empatía. Tiempo después, en una conversación entre colegas, un compañero, con más experiencia, contaba un ardid: “si en alguna ocasión teméis por vuestra integridad, solo tenéis que hacer mal el papel o en su defecto salir y llamar a la policía para manifestar las dudas y o razones que os han llevado a la actuación”. Fácil.

Pero ¿qué queréis? ¡¡¡Eran mis inicios!!!

05 NO QUIERO MÁS BATIDOS

Augusto Blanco Callejo

Psicólogo (Grupo 5)

- ¡NO! ¡NO!, joder, no. ¡No tomes ese batido otra vez!, no ves que te va a matar Julián.

Julián no le hizo caso esta vez, y, desafiante, bebió con mucha ansia, casi atragantándose y manchándose su polo Lacoste amarillo. Tiró el batido al suelo y salió disparado arrastrando los pies por el pasillo hasta su cuarto.

- Te vas a poner enfermo con esas cosas, vas a enfermar como aquella vez con el “neuroma” de tu pie, ¡atontado!, ¿Por qué no me haces caso?, si siempre que te digo algo acierto, sabes que no miento, ¿Qué harías sin mí?
- Ahí tienes razón, la verdad, me dolían tanto los pies... ¿Te acuerdas? aún me duelen. –Dijo Julián con tristeza mientras se sentaba en su silla y se miraba los pies. –¡No quiero más batidos! ¡NUNCA MÁS! Aulló Julián. – Solo el de la merienda –Susurró seguidamente.
- ¿Cómo? ¿Cómo que el de la merienda gilipollas? ¡Ese es el peor! Encima, luego por la noche ya te tomas esas pastillas de mierda, ¡Seguro que hacen reacción con el batido!, no sé cómo no se te atragantan y te mueres, ojalá te pase un día, para que me hagas caso de verdad. ¡Pringado!

Julián saltó de la silla, con un brinco ágil, poco común en él en los últimos años y corrió por el pasillo gritando:

- ¡NO QUIERO MÁS PASTILLAS POR LA NOCHE!
- ¡Tranquilo, Julián!, ¿Ya estamos otra vez? –dijo su compañero de habitación.
- Tendrás que tomar tus pastillas como todos. –Sentenció.
- ¡NO! ¡Me voy a morir después de merendar! –Rebatió Julián.

Julián caminaba cabizbajo, casi doblado, hacia la puerta cinco. El mismo pasillo de siempre, mismas baldosas, mismos colores, mismos olores... Deslizaba

cansino sus zapatillas de felpa, las de estar en casa, no se había cambiado al salir.

- No entiendo para qué vas a ver a ese tío de mierda, lo único que hace es envenenarte, Julián. ¿eres tonto? ¿¡QUÉ SI ERES TONTO JULIÁN!?

Julián no contestaba, sentado al lado de la puerta cinco, se preguntaba si volvía a tener el neuroma en el pie.

- Me duelen los pies. –Susurró.

Entró mirando al suelo y de prisa, sentándose al borde de la silla sin perder de vista, en ningún momento, sus pies. Se quedó en silencio

- ¡Hombre, Don Julián!, ¿cómo estás? –Dijo el hombre tras la mesa.
- ¿Cómo van esos dolores? ¿estás comiendo mejor? ¿Te vienen bien los batidos? – preguntaba alegre, aquel hombre
- ¡Chissssss! Cállate, Julián, ¡ME CAGO EN TODO!, cómo le digas algo a este cabrón, te juro por dios que te atraganto con los putos batidos ¿eh?
- ¡No quiero más batidos!, –Imploró Julián al hombre. –Me voy a morir después de merendar!
- Bueno, bueno, ya será menos Julián, no te preocupes tanto.

El hombre intentó calmar a Julián hablando de cuando Julián trabajaba en la empresa de su padre.

- Haciendo números –terminaba contando Julián, cabizbajo como siempre, pero más tranquilo.
- Mira, creo que te voy a poner de nuevo el Zyprexa por la noche también ¿vale? –Informó el hombre, con una sonrisa tierna-
- ¡NO! ¡NO! ¡NO!, dile que no, Julián. ¡Que te vas a morir Julián, TE VAS A MORIR!, ¡si tomas eso otra vez te mueres seguro!, hazme caso, esta vez, maldito atontado, gilipollas de mierda, ¡HAZME CASO HOSTIA!
- ¡No quiero más pastillas! ¡Me duelen los pies! –Gritó Julián mientras le caían lágrimas por sus ojos de mirada perdida.
- No quiero más batidos –gimió Julián.

06 ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

María Teresa Blanco Ramos

Médica de Familia – Profesora de la UAM

En algún momento había que llevarlo a la práctica y esa semana apuntaba a la definitiva.

La canícula en Madrid había despejado la consulta lo suficiente como para ensayar un “estudio de investigación” que andaba revoloteando en mi cabeza desde hacía meses.

No era nada que no hubiera hecho en bastantes ocasiones, es más diría que forma parte de la manera de pasar consulta de la mayoría de nosotros cuando no nos fulmina el desajuste entre tiempo y pacientes, pacientes y tiempo

A modo de estudio piloto había constatado sus buenos resultados, pero ahora lo iba a llevar a cabo en los casos que más se ajustaran al estudio.

Allí estaba ella en la sala de espera, leyendo un libro, con mirada ansiosa cuando se abría la puerta de la consulta en el momento justo de salir el paciente precedente, creo incluso que entre las páginas del libro traía el “guion” de lo que tenía que contar y que de alguna manera repasaba una y otra vez haciéndome creer que estaba sumida en la lectura.

No era paciente habitual en consulta, apenas alguna anotación en la historia, pero le habían alertado bien.

- Los médicos ahora tienen unas prisas, uff, así es que ya puedes llevar bien claro lo que le tienes que decir, no te enrolles y vete al grano.

Al fin llegó su turno, no se sentó, haciendo caso omiso al gesto de señalamiento de mi mano hacia la silla, y señaló su dolor articular con precisión cirujana, el pronóstico- no es gran cosa dijo- y el tratamiento, para finalizar con un que por favor le pusiera el susodicho antiinflamatorio, del que aportaba la caja, en el recetario del ordenador que no se lo daban en farmacia de otra manera.

Acomodé mi cuerpo al respaldo del sillón

- Bien, pero cuéntame, desde cuando te duele, cómo te lo has hecho, en el trabajo, en casa y sobre todo cómo ese dolor influye en tu día a día, en tu vida.

Desconfía, me mira de reojo, ¿habrá truco?, con lo bien que ella tenía ensayada la escena para no interferir en nuestro quehacer tal como le habían dicho.

- Voy a explorarlo y me vas contando.

Se desaceleran sus pulsaciones, noto incluso que los hombros se le acomodan a una postura de menor tensión y lo que iba a ser un acto de prescripción de la receta se transforma en toda una historia, su historia de sobrecarga laboral, en donde no querían saber nada del mecanismo lesional en su horario laboral, si se hizo daño trabajando, que lo hubiera dicho en su momento y no dos días después...en fin desatenciones y desprecios.

No es el comportamiento habitual que se nos presenta en la consulta, querer ahorrarnos tiempo no es desde luego el principio por el que se rigen la mayoría de los consultantes.

Tanto la paciente como yo sentimos la conexión a través de la escucha.

La siguiente paciente si era bien conocida, durante muchas semanas estuvo asistiendo a los partes de confirmación de una baja tras fractura de húmero que me proporcionó la ocasión de ir conociendo su biopatografía al detalle. Trabajadora autónoma, siempre me pareció valiente, emprendedora y afrontaba su parón laboral y merma de ganancias con entereza y buena cara.

Después de aquella baja, nos pasó una pandemia por encima como una apisonadora, aplastó proyectos e ilusiones a unos y otros, ya no volvimos a ser los mismos y hoy viene contando sus ansiedades y desesperanzas, la valiente que es me cuenta que tira de recursos, algo de yoga, relajación, respiraciones... y ello me anima a proponerle escribir sobre sus avatares que tanto la están desmadejando, explico cómo le ayudaría el dejar en el papel parte de esa ansiedad, como auto escucharnos en el relato de lo que nos pasa ayuda a tomar conciencia de la dimensión del problema, reflexionar

Me mira, sonrío ante mis explicaciones y cómplice me confiesa que escribe, escribe todos los días en su diario donde plasma preocupaciones y pensamientos.

Me ofrezco para si en alguna ocasión considera de ayuda leamos algún pasaje juntas.

Y no es el primer paciente que me dice que escribe. En ocasiones los pacientes nos sorprenden y no sabemos, hasta que les preguntamos, que ya están usando la escritura para apagar los fuegos que a diario nos prende la vida alrededor, para no arder, para no quemarnos.

- Qué suerte, me digo al verla salir y aún me parece más valiente si cabe.

Concluí mi trabajo de investigación en esos días experimentando con algunos pacientes con motivos livianos de consulta el sustituir la entrevista con preguntas cerradas por la frase “A ver cuéntame mejor ... el dolor, el sucedido, ...” mientras los miro a los ojos.

Es impresionante observar cómo se relajan los músculos faciales, como les cambia el gesto.

A todos nos gusta contar historias, nuestra historia, casi se convirtió durante esos días en una adicción: aplicar la fórmula y obtener resultado. En ocasiones una sonrisa interior iluminaba mi cara al ser espectadora de los efectos conseguidos.

He descubierto, en el estudio de investigación de este verano, cual es el resorte que activa que el paciente entienda la consulta como un lugar seguro, donde contar no solo el motivo de consulta que trae, sino lo que ese día le trae verdaderamente, y no es otro que mirar al paciente y decirle: “soy tu médico, qué quieres que sepa de ti” y en ese momento se desbordan miedos, sospechas, incertidumbres que nos acercan de forma satisfactoria a la mejor herramienta diagnóstica y terapéutica: La escucha .

Es verdad que al iniciar aquellas mañanas con mi trabajo de investigación me planteé que, como tal estudio, a lo mejor tenía que plantearme su aspecto ético incluso precisaba para su puesta en marcha comunicarlo a algún comité, pero al finalizar sentí que nunca había trabajado con mayor rigor que en aquellas jornadas “experimentales”.

La disposición para que lo narrativo ocurra al pasar consulta sería lo deseable y con ese deseo me quedo.

¿QUIÉN CUIDA A LOS QUE CUIDAN?

María Victoria Bovo

Pediatra

Tras reincorporarme a mi trabajo como pediatra después de dos años de baja como paciente “COVID persistente”, no era capaz de gestionar el sufrimiento que despertaba en mí una paciente con una enfermedad severa. Al visitar a esta paciente, no podía no sufrir y esto estaba afectando mi vida diaria. Previamente no me había ocurrido nunca algo así y no podía comprender por qué ahora estaba siendo más vulnerable.

Durante su ingreso hospitalario estuve día a día, durante 60 días, a su lado, sin que ella respondiera al tratamiento médico. Me recordaba cuando estuve hospitalizada con infección aguda de SARS-CoV-2 y luego con COVID persistente, y viví en primera persona la pérdida de control, la incertidumbre, la falta de respuesta a los tratamientos, que todo lo que había aprendido hasta ese momento, era inútil... La pérdida de identidad. Por supuesto que la situación de mi paciente era de mayor gravedad que la que había vivido, pero me recordaba “haber estado ahí” como paciente. Y ahora, lo estaba como testigo. Observaba como todo lo que estábamos haciendo, no la curaba, no eliminaba su sufrimiento. Sentí que otra vez estaba fallando.

Me hizo ser consciente sobre todo el tiempo que necesité para recuperarme, dos años, y lo rápido que lo olvidé. Esta paciente, me estaba “abriendo los ojos” y mostrándome lo que estaba intentando dejar atrás: que soy un ser humano, vulnerable, que ninguna bata blanca me protegerá. Como dijo Susan Sontag en su libro, *La enfermedad y sus metáforas: "A todos, al nacer, nos otorgan una doble ciudadanía, la del reino de los sanos y la del reino de los enfermos. Y aunque preferimos usar el pasaporte bueno, tarde o temprano cada uno de nosotros se ve obligado a identificarse, al menos por un tiempo, como ciudadano de aquel otro lugar"*.

Me hizo reflexionar sobre mi vida, ¿acaso debo enfermar nuevamente para recordar lo esencial en mi vida? ¿qué debe ocurrir para que tome las decisiones que no estoy tomando?...

Durante su ingreso, al pasar visita cada día, me afectaba no poder expresar que sentía mucho todo lo que estaba sufriendo, que no respondiera al tratamiento. Un día tuve una conversación con su madre a solas. Al entrar ella en la consulta, me puse de pie, la miré a los ojos, y le dije: “Lo siento, siento mucho que tu hija no esté respondiendo”. Ella me miró y me respondió: “No es culpa tuya. No es

culpa de nadie. Es así.” Escuchar esas palabras produjo un alivio inmenso en mí. Me quitó la culpa que estaba sintiendo. Al terminar la visita y marchar, me pregunté: ¿Quién está cuidando a quién?

A los dos meses de ingreso, tuvo una complicación, y precisó ingresar en terapia intensiva y su vida estaba en riesgo. Yo sabía que eso podía pasar, pero no podía estar advirtiendo de todas las complicaciones que podían ocurrir. Y al ver a la madre le dije que sentía mucho que se haya complicado. Ella me respondió que era necesario que de otra manera no hubiera aceptado el único tratamiento que podía curarla que era quirúrgico. En ese momento nuevamente sentí que era ella quien cuidaba de mí, y la culpa que me impedía dormir se desvaneció.

Tras el alta, en una visita telefónica, me dijo que me agradecía por el acompañamiento durante el ingreso porque había “sufrido con ellos”. Esta es la primera vez que me di permiso para compartir mi vulnerabilidad, y expresar lo que sentía. No decirlo, no me estaba ayudando. Por supuesto que no estoy orgullosa de esto, al contrario, me hace cuestionarme: ¿soy capaz de ejercer mi profesión?, ¿lo estoy haciendo bien?... Sobre todo, porque no puedo hacerlo de otra manera, no tengo alternativa.

“Lo siento” ... qué poder tienen estas dos palabras. No hacen desaparecer el sufrimiento, pero permiten reconocerlo y pronunciarlo me ayudó a aceptarlo. Me di permiso para expresarme, esto nunca me lo enseñaron en la Facultad de Medicina. Porque me enseñaron a curar, a tratar. No mostrar sentimientos. Pero, ¿qué ocurre cuando eso no es posible? Cuando el dolor, el sufrimiento y la desesperación lo inundan todo. Me enseñaron que como médica no debo sufrir, ni mucho menos, compartir mi sufrimiento con los pacientes. Lo intenté, pero me estaba consumiendo. No podía elegir “sufrir o no sufrir”. Es algo que me estaba pasando. Ahora me pregunto si no existe otra manera de cuidarnos unos a otros. Una manera de cuidar a los demás. Porque si me atrevo a mostrarles mi vulnerabilidad, puedo estar a su lado, no frente a ellos. A su lado, compartir el sufrimiento, afrontarlo juntos, aceptarlo. Para mí, esta fue la única manera posible de seguir ejerciendo como médica... a su lado.

08 LOS DOS MINUTOS DE ORO EN AL CONSULTA, Y UNA PREGUNTA PODEROSA

Francisco Camarelles

Médico de Familia – Profesor de la UAM

Fue hace unos cuantos años. Volvía a citarse Carmen en mi consulta de médico de familia. La había atendido 5 días antes por un catarro de vías altas: tos, mocos, la garganta irritada, sin fiebre y poca cosa más. Era un día de enero con muchas gripes y catarros, muchos pacientes citados y yo con la “lengua fuera” para acabar dentro de mi horario laboral. Después de saludarla le hice una pregunta trampa: ¿Cómo va ese catarro Carmen?... efectivamente seguía con tos, sin fiebre pero la tuve que auscultar y verle la garganta. Todo estaba bien y le recomendé seguir mismo tratamiento.

La sorpresa fue cuando, al despedirse y con la puerta de la consulta entreabierta, Carmen me dijo: “Dr. Camarelles, en realidad hoy me he citado porque llevo 2 días haciendo la caca negra”. De repente sentí un shock mental con pensamientos y emociones que se sucedían en mi cerebro y una conclusión: “Paco no te has enterado de nada”. Dos posibilidades se abrían ante mi: la primera decirle que no era nada y que volviera si continuaba con las heces negras, y la segunda rebobinar y empezar como de nuevo la consulta. Opté por la segunda, le pregunté que le pasaba, le exploré con tacto rectal y le detecté unas melenas que implicaron una derivación al hospital donde, tras gastroscopia, se le detectó una hemorragia digestiva alta secundaria a una úlcera duodenal.

Y es que no dejé hablar a Carmen ni le hice la pregunta adecuada. Los dos primeros minutos de una entrevista clínica son fundamentales para saber que le pasa al paciente y porqué viene a nuestra consulta. En esos dos “minutos de oro”, seguro que el paciente es capaz de resumir y explicarnos porque solicita nuestra atención. El problema es que, por las prisas y otros condicionantes, no supe delimitar bien porque acudió la paciente a mi consulta y que quería o le preocupaba. Desde entonces, he optado por hacerles una pregunta poderosa que me clarifique porque acuden: **¿En qué le puedo ayudar?**

Los dos minutos de oro y hacer una pregunta poderosa pueden evitar que cometas errores.

09 LOS PACOS

Cristina Cassinello

Enfermera

Era una pareja peculiar. A ratos enternecía y a ratos desesperaba. La casa, un décimo piso, en una torre de esas que abundan en las ciudades dormitorio que circunvalan Madrid, como otras grandes ciudades, estaba limpia, arreglada sin lujos. Ellos, una pareja de edad indefinible, la ficha chivaba que ella ya había cumplido los noventa años y él, contra la norma, dos años menor.

La posguerra había sido con ellos generosa en hambre y frío, como buenos perdedores, por lo que ninguno sobrepasaba el metro y medio. Habían trabajado de todo, para conseguir sacar adelante una recua de niños que, en seguida, colaboró en el sustento familiar.

Eran los “Los Pacos”: Paco él, Paqui ella.

Paco: un fumador empedernido hasta que consiguió su bombona de oxígeno, que trasportaba en un carrito, que le seguía, incluso, por el pasillo de casa. Adornaba su cuerpo con una psoriasis de gran superficie, que no salvaguardaba ninguna región corporal: manos, codos, cuero cabelludo, mentón, piernas, abdomen y región lumbosacra, con mala respuesta a cualquier tratamiento y que brotaba al albur de dios sabe qué. Un manifiesto sobrepeso le daban una imagen de duende rechoncho y travieso.

Paqui: había parido siete ciudadanos, cuatro chicos y tres chicas, además de tres “alborotos”. Un cuerpo cilíndrico y obeso, con grandes rollos “lórzicos”, componían una figura de difícil descripción, que se remataba en una cabeza pequeña, de ojos “avizcados” y por una finísima coleta que arrejuntaba, malamente, los cuatro pelos en guerrilla que habían sobrevivido a los años. Los dolores artrósicos, la hipertensión y el azúcar eran todas sus cuitas.

- Me persigue, me persigue, -chillaba como una ratita asustada- por toda la casa -tampoco era tan difícil, pues no era precisamente un palacio- toda la vida igual y ya no aguanto más.
- Si yo solo quiero un besito -clamaba plañidero Paco-
- De eso nada, que luego quieres lo tuyo y lo del vecino. Nunca tiene bastante. -Se quejaba Paqui, enfadada y descriptiva-
- Es por el uso del matrimonio. -Se justificaba-

Cada visita comenzaba igual. Eran manifiestamente frágiles y tenían dificultades para acudir al centro o salir solos a la calle, por lo que los tenían incluidos en el programa de visita domiciliaria.

Cada visita, nada más franquearle la puerta, Paqui comenzaba su rosario de quejas y Paco trataba de justificar sus demandas desde el salón-comedor. Donde acabaríamos sentados alrededor de la mesa. Tratando, por enésima vez, de consensuar un acuerdo.

- No quiero que me toque, NO QUIERO QUE ME TOQUE. Ya me ha tocado mucho. -y cruzando, defensiva, los brazos, miraba desafiante a su Paco, con el que tan solo le separaba el deseo.
- Pero mujer, -clamaba quejumbroso- aunque no sea todos los días...
- Claro, como ya no puede... Antes, en la siesta si había y por la noche mientras fregaba los cacharros el me acompañaba con sus ronquidos, eso sí, por poco ruido que hiciera, que ya trataba yo de no "molestarlo", con el último plato abría los ojos y ya estaba preparado y listo para disparar.
- Porque siempre has estado muy guapa -susurraba zalamero-
- Y tú muy dispuesto, "oseso", que eso es lo que eres un "oseso".
- A ver -trataba de intermediar- tenemos que llegar a un acuerdo, que satisfaga a los dos. Paqui, a ti ¿hay algo que no te importe hacer?, ¿qué es lo que más te gusta?...
- Que se esté quitecito. Ese empeño de meter el badajo en la campana. Y sobetearme toda.

Como no tomar partido, con aquellas manos llenas de placas y escamas rubicundas. Claro que tan asombroso como el entusiasmo libidinoso.

- Si yo solo quiero cariño -y miraba como un cordero rumbo al matadero-

En otras ocasiones, admitiendo que empatizaba más con Paqui y que asociaba sus quejas a la sensación de haber estado siempre sometida al marido, con esa sumisión que reinaba en la sociedad en general y en las mujeres en particular, trataba de encontrar algún punto de encuentro. Aprovechaba para seguirla a la cocina con cualquier excusa:

- ¡Qué bien huele! ¿Qué estás haciendo de comida?...

Y a solas, le planteaba la pregunta del millón: ¿Qué podemos hacer para que estéis contentos los dos? Que solo conseguía, siempre, la misma respuesta:

- Yo solo quiero que me deje en paz.
- Lo entiendo, pero y si le propones un besito de buenas noches y ya está... -me comía la lengua para no decirle: "¡mándalo a la mierda!, y que no te toque si tu no quieres".

Acababa cediendo, resignada y a continuación nos acercábamos a proponérselo a Paco, que, por supuesto, se mostraba de acuerdo. Yo me mordía las ganas de decirle: "Paco, majo, alvíate tu solito, no la toques, no quiere". El acuerdo, duraba escasamente doce horas.

- Cristina, me persigueee

El recibimiento habitual...

- Ya sabes que tiene la cabeza un poco regular. -Contestaba yo, sin mucho convencimiento y ninguna gana-

Como tantas veces hacemos los sanitarios, da igual médicos que enfermeras, cuando no sabes que intentar, que hacer, recurre a la jugada de la derivación. El boomerang, que decía un amigo, siempre vuelven y normalmente peor. ¿Por qué derivamos?, pues no lo sé muy bien, si por quitarnos del medio el marrón o por intentar una nueva jugada: médico de cabecera, geriatra, neurólogo... No sea que se haya frontalizado, a ver si se me está escapando algo...

Cada vista tenía el mismo esquema, las quejas amorosas y la inutilidad de alcanzar acuerdos, había intentado más pactos que en el armisticio de las Coreas. Me enternecían a ratos y a ratos me desesperaban.

10 PIEL

Paula Carrascosa

Pediatra

“Gracias, Paula. Me quedo mucho más tranquila”

Me he ido acostumbrando a que me llamen por mi nombre. Antes me resultaba raro. Creo que es porque si me llaman doctora Carrascosa me colocan en un lugar lejano y pensaba que desde esa atalaya podría defenderme mejor, llegado el momento.

Hace quince años que comencé la carrera de medicina y es ahora cuando soy más capaz de entrar en sintonía con los demás. Precisamente en este trabajo en el que no puedo observar ni tocar. Aunque solo nos conecta la voz, percibo de cerca la angustia, la preocupación y la alegría de la persona con la que hablo. Entiendo mucho mejor el origen de sus emociones y he aprendido a gestionar las mías propias. ¿Es porque me esfuerzo en escuchar para no perderme nada del vínculo tan frágil, mantenido solo por una línea telefónica? ¿A lo mejor ser madre ha llevado mi sensibilidad al siguiente nivel? Quizá tiene que ver con el paso de los años, o algo relacionado con todo esto a la vez.

Cada cual lleva una historia tejida con la piel. Yo ahora no distingo si está roja o moteada, no palpo el edema, no me arde bajo los dedos salvo cuando mis hijas traen virus invernales a vivir con nosotros. Pero no necesito tocar para saber que el alma está ahí debajo.

11 LOS REGALOS DE LOS PACIENTES

María Soledad Castaño

Médica de Familia

El primer regalo siempre se recuerda. Unos bombones en una de esas cajas bonitas con letras en bajorrelieve que lucen en el escaparate de los gourmets. ¡Deliciosos!

Y ¿porque me los regalaban? ¿Por escucharlos, por acertar en el diagnostico, por buena médica?

¡Ni idea!

Hay regalos de todos tipos. Miles. Regalos alimenticios dulces: los bombones, pastas de te, turrón, bizcochos, torrijas, membrillos, mermelada casera, - Doctora, ¿a ver si sabe de qué es esta mermelada?--; comestibles salados: aceitunas hechas en casa, quesos, embutidos, jamones, huevos de las propias gallinas, incluso perdices, las que cazaba el marido de mi paciente, con plumas y todo; productos de sus huertas como tomates o cebollas, o como la caja de cerezas que me regalaron un viernes, la guardé en el armario, me olvidé y cuando las vi el lunes siguiente, ¡se habían puesto mohosas!, café molido, tortilla de patata del bar de enfrente.

Y mi favorito, el aceite. ¡Olvídense de la caja roja de Nestle! Una botellita de aceite, la más pequeña...

Me han regalado docenas de colonias, la mayoría regaladas a su vez. Libros, que eso si que los disfruto. Plantas... Iba el florista, por encargo del paciente, me la entregaba en mano y me explicaba cómo se cuidaba, la Kentia, la flor de Navidad en forma de árbol. Bisutería, un reloj poliédrico de cristal, precioso, de aquel paciente que había visto en una ocasión, - es que ha pasado Papa Noel y ha dejado esto para usted - fue su explicación. Unas bragas de encaje, en su cajita. Las guardé mucho tiempo y nunca las estrené. Una pareja de ancianos me regala por Navidad una lata de espárragos de su tierra, -los mejores dicen-, y la llevan en una bolsita de la farmacia. Me parece muy tierno.

Son muchos los regalos, pero pienso que muy pocos los motivos:

Uno es el agradecimiento por haberles dedicado tiempo, tiempo que entienden que es más de lo que dedicas a otros; ellos hacen la cuenta de que “con todos los pacientes que tiene y a mí me viene a ver a casa”, o “fíjese todo el rato que he estado en la consulta y todos las personas que hay ahí fuera ahora”... y no pretenden más; porque acaba su vida o termina su proceso. Esto es gratitud. Los pacientes con depresiones reales o procesos graves se sienten muy

agradecidos, sienten que les comprendes, te entretienes con ellos, se curan y no vuelven. No hay en sus regalos un objetivo de obtener beneficio futuro. Muestran su agradecimiento y aprecio.

Socialmente el regalo manifiesta atención hacia ti y deseo de cuidarte, como aquella señora que pasaba por delante del centro de salud a la hora de merendar y me llevó una tarta de queso pensando que tendría hambre.

O los pacientes que van de vacaciones y te traen un recuerdo, una ensaimada de Mallorca, un monedero de tela con el nombre de Matalascañas pintado, una tetera traída de China que al echar el agua hirviendo ¡se abren unas flores en el interior! Bien que el paciente hace un ejercicio de planificación para comprar y obsequiar, que es un ejercicio sano, pero estando de vacaciones, pensar en su médico, ¿no será demasiada dependencia, “mamitis” que decía mi tutora? Aunque me acuerdo de una paciente joven que traté en dos o tres ocasiones y que me trajo un tapiz de Australia, que le puse un marco y tengo colgado en una habitación. No la volví a ver. Quizá los regalos vacacionales son simplemente tradiciones culturales y no hay que dar más vueltas al porqué.

Pero no nos engañemos. La mayoría de los regalos no vienen solos, no cumplen la máxima de que un regalo es eso: nada a cambio. Vienen con expectativa de contrapartida o reciprocidad en forma de exigencia de una atención especial, de un trato preferencial. Incluso algunos pacientes lo dicen: “Es para que me trate usted bien”. Yo contestaría: “les trato por igual a todos ustedes, con y sin regalos”, pero creo que vale más el gesto de arquear las cejas y girar la cara - “¿cómo dice?-.

Y de verdad, ¿yo trato por igual a todos los pacientes?

Yo lo creía así hasta que una residente, no recuerdo como salió el tema me gritó “que yo trataba mejor a los que me regaban cosas”. Me lo gritó, y estoy segura de que lo oyó la compañera de la consulta de al lado. Reflexioné mucho y durante mucho tiempo. Reflexioné si a los “regaladores” oficiales les había beneficiado prolongándoles alguna baja, con medicaciones que a otros no les hubiera pasado, colándoles por delante de otros, dedicándoles más tiempo sin necesitarlo. Fue un estudio sobre todo “prospectivo”, porque yo tengo un problema, que es que no me acuerdo de quién me regala cosas y qué me han regalado. Así que después de aquel día reflexiono el porqué del regalo. No me parece que al resto de pacientes les trate de distinta manera.

Y tampoco creo que el no recordar qué me regalan sea caer en el lado contrario: en ser desagradecida. Yo les agradezco el regalo, les digo que NO me tienen que regalar nada, que sé que me aprecian, y aparto el regalo de delante de la mesa. Si, lo aparto. Esto es otro error, porque hay normas cuando se reciben regalos. Me lo dijo una amiga médica y me lo había dicho una paciente (en referencia a una especialista que la trataba de siempre, dijo, o quizá se refería a mí), que le parecía mal que no abriera el regalo delante de ella.

Los regalos pueden crearnos sentimientos de obligación. Y depende de nosotros tomar una actitud. Las Organizaciones Médicas no se ponen de acuerdo en si los médicos debemos aceptar todos los regalos, ninguno, o lo más admitido, bajo ciertas circunstancias.

Los que defienden no aceptar nunca, opinan que así se mantiene un trato justo y equitativo entre pacientes, se elude el riesgo de alterar el criterio médico, o se evita el resentimiento del paciente si no consigue lo que pretendía con el regalo. Oí a una médica decir una vez: “no me tiene que traer nada, ¡lléveselo!”.

Los regalos personales o íntimos deben rechazarse para mantener los límites del profesionalismo.

(¡¡Ay madre!!, que yo acepté las bragas de encaje... Recuerdo que primero miré con cariño a aquella señora, que me doblaba en edad, sin hijas a quien regalar, con el marido siempre fuera por trabajo, y luego lo comenté con mis compañeros, -que es lo que hay que hacer cuando uno tiene dudas de si rechazar o no un regalo-, y coincidieron en que no veían problema en aceptarlo). Tampoco se pueden aceptar regalos monetarios o los que se sabe que exceden las posibilidades del paciente. Algunos cifran en 50 e lo aceptable, o utilizan el “parámetro” de la comodidad o incomodidad si el recibo del regalo lo vieran otros compañeros.

Defienden que detrás de los regalos hay distintas motivaciones y si no se puede saber dicha motivación debe ser rechazado. O proponen analizar el comportamiento posterior al obsequio.

Los que argumentan a favor de aceptarlos, opinan que el regalo puede ser beneficioso para fortalecer confianza y la relación amistosa entre médico y paciente. Yo sin embargo estoy en contra de las relaciones de amistad entre médicos y pacientes. No iría a cenar o de compras con ninguno de mis pacientes, ni me ha ocurrido que tras los regalos alguien buscara mi amistad.

Sí se pueden aceptar los culturalmente apropiados, o los ofrecidos tras una actuación concreta.

Mi realidad es que todos los regalos me ocasionan incomodidad y desazón. La ansiedad ya la siento en cuanto veo que llegan con una bolsa, que agradezco dejen en el suelo y me permita concentrarme en el motivo de la consulta. Y no digamos lo que me irrita si un paciente aprovecha entre la salida y entrada de otro para darme un paquete. Lo veo como una falta de respeto a los demás.

Hace poco fui a un domicilio a ver a una anciana por mareo, le hice unas maniobras de giro de la cabeza y cuello y ¡¡magia!! ya no veía moverse la foto de su nieto colgada en la pared. ¿Qué mejor regalo puede haber?

12 DE COMO EL CORONAVIRUS CAMBIÓ NUESTRA VIDA PERSONAL Y PROFESIONAL

María Isabel García Lázaro

Médica de Familia – Profesora de la UAM

Echo la vista atrás y me cuesta creer que todo lo vivido es real. Sé que he olvidado gran parte de lo ocurrido. Lo sé porque mi memoria siempre fue frágil. También porque olvidar ha sido imprescindible para seguir adelante, para poder superar la incertidumbre, el miedo, la frustración, la indignación, la desesperanza. Lo que no se olvida es el dolor. El duelo aún no se ha resuelto. Marzo y abril serán para siempre una primavera fantasma; mayo, el inicio de un lento y esforzado camino hacia otra realidad que pensamos desconocida y, al final, no lo parece tanto.

Miedo. Las noticias no eran muy tranquilizadoras. Desde el mes de febrero temí que el virus llegaría a España y sentí miedo, miedo por mi familia, por mis amigos, por mis compañeros, por mi misma. Miedo al ver que este virus, a diferencia de los anteriores, viajaba decidido hacia nosotros, avanzando rápidamente de China a Irán y de allí a Italia. Miedo porque las imágenes y las noticias no dejaban lugar a dudas. El virus nos estaba ganando la partida como sociedad, y como sanitarios teníamos poco que ofrecer. Las escalofriantes imágenes de China me llevaron a pensar que estábamos viviendo una plaga bíblica.

Perplejidad. Por la falta de reflejos de nuestros dirigentes. Siempre he pensado que las decisiones políticas se tomaron, al menos, con una semana de retraso. Desconozco si los técnicos no asesoraron bien, o si fueron los políticos los que no estuvieron a la altura. Sólo sé que nuestro refranero ya contenía la respuesta adecuada: “cuando las barbas de tu vecino veas pelar...”

Frustración. La imprevisión y la incertidumbre alimentaron mi miedo y mi indignación como médico. Fue duro tomar conciencia de lo poco que podíamos ofrecer desde el punto de vista técnico: estábamos en el siglo XXI, pero no sabíamos cómo curar.

Indignación. Con nuestros equipos directivos y gerentes asistenciales de la tan cacareada magnífica-sanidad-pública-madrileña, que desaparecieron del mapa como por encanto y que tan sólo asomaban de vez en cuando alguna cabecita para recordarnos que “no podíamos negarnos a atender a los pacientes, en cualquier entorno”, sin importar el riesgo, pues ellos no nos podían asegurar las mínimas medidas de seguridad necesarias. Material y medios no había, “estaban en ello” o “no dependía de ellos”, pero nosotros teníamos que seguir en la

brecha, de cualquier manera. Ignorancia... No hacía falta que nos lo dijeren. Eso lo hacíamos sin dudar.

Tristeza. Constatar que los médicos de familia, ante el reto de describir y afrontar una nueva enfermedad, de atender a los pacientes a la vez que la enfermedad se estaba descubriendo y describiendo, dedicábamos más tiempo a papeleos administrativos que a tareas científico-técnicas.

Alegría. Al descubrir el poder sanador de nuestras palabras que, como un bálsamo, aliviaban el dolor de tantos pacientes que esperaban durante horas nuestra llamada de cinco minutos.

Dolor por el fallecimiento de pacientes y familiares....

Immensa emoción al descubrir y disfrutar del trabajo en equipo, porque sólo el trabajo codo con codo nos permitió salir de aquello; disfrutar de los compañeros, cuya parte más personal nos era desconocida; de los residentes, cuyas rotaciones fueron suspendidas, lo que nos permitió reunirnos en el centro de salud, que se convirtió en una segunda casa compartida con una segunda familia.

Estímulo profesional. El reto de afrontar una nueva forma de trabajar utilizando nuevas tecnologías, nuevas herramientas. Convicción de que la telemedicina de calidad es necesaria y es posible, aunque requiere un gran esfuerzo adicional.

Enfado, mucho enfado. Por la pésima gestión a cargo de la Consejería de Sanidad de Madrid. Por la falta de cooperación de la sanidad privada. Por la falta de solidaridad de los ciudadanos que olvidan tan pronto a los 30.000 muertos por la enfermedad y a otros tantos miles que sufren y sufrirán sus consecuencias sociales y económicas.

Disgusto. Por la ausencia de los estudiantes de medicina, necesaria al inicio por su propia seguridad (no podíamos ni afirmar la nuestra), pero excesiva desde junio. Tristeza, porque les hemos apartado, porque no les hemos dejado colaborar cuando nos habrían sido tan necesarios, porque no les hemos permitido aprender ni estar en primera línea creciendo como alevines de los profesionales que serán en breve, sin haberles dado la oportunidad de aprender en vivo y en directo sobre una enfermedad que sabemos será parte íntegra de su trabajo en los próximos años. Esperanza por tenerles de nuevo con nosotros y deseo de poder ayudarles a aprender y seguir aprendiendo con ellos.

Felicidad porque mis seres más queridos están razonablemente bien. Esperanza en que su situación, como la del mundo, mejore el año próximo.

Esperanza. Deseo tener esperanza. Aunque algunos días no resulta fácil.

13 SIMBIONTES²

Bárbara Díaz

Médica de Familia

Recuerdo la primera vez que fui al teatro con el colegio. No recuerdo la obra, pero sí la desmedida emoción con la que salí y que vuelve a brillar cada vez que lo traigo a mi memoria. Los actores eran humanos corrientes, que, gracias a su trabajo, podían vivir otras vidas, meterse en otras personas, otros tiempos, otros países. Como las siete vidas de un gato, pero muchas más. Aunque la profesión de actriz no me llamaba la atención como a mis compañeras, el hecho de poder tener otras vivencias distintas a mi existencia me parecía una experiencia valiosísima.

Jamás pensé que pudiera nutrirme de esto mismo con un fonendo al cuello.

Los primeros simbioses me mostraron en mi piel aun juvenil cómo pasaría el tiempo sobre ella. Cómo ese cuerpo que yo creía eterno iría colmándose de manchas y grumos, bultos y torceduras, dientes que caen, ojos que opacifigan, orejas que descuelgan. Disfuncionales, además. Primera lección. Esto no siempre será así, la vida evoluciona hacia la muerte. Pude ver también como abulta el vientre en el embarazo, cómo cambia cuerpo y alma para prepararse para lo impreparable. Cómo la mama se vuelve odre y rezuma. Cómo duelen las grietas. Cómo serena la conexión de la lactancia. Cómo hay cuerpos que parece que no quieren gestar, cómo ese dolor lo llena todo, la vida de esa paciente y el aire de toda la consulta. Cómo se puede formar una familia y cómo se puede perder. Cómo uno deja de ser uno para ser otra cosa en la que no se reconoce; cómo a veces puede la pena y la desidia. Cómo se van marchando los nuestros, algunos tras un árido camino, otros sin decir adiós. Cómo nos morimos un poco con cada pérdida. Toda esta información la recibí con veintipocos años, desde mi cómodo lado de la mesa, flotando sobre historias de gargantas que dolían o espaldas que no doblaban. Me invitaron a vivir sus vidas. Otros seres, otros mundos, otras edades. Experiencia vital. Me permitió entender cosas sin haberlas vivido en mi carne, pero sintiéndolas más en ese lugar

privilegiado en el que los médicos podemos estar como testigos activos y que permite captar múltiples matices del alma humana.

Ya tengo más años. Y más experiencias, de pacientes y propias. Fluyo con agilidad de bailarina entre sus edades, me muevo desde infancia a ancianidad,

² Simbiosis, RAE: f. Biol. Asociación de individuos animales o vegetales de diferentes especies, sobre todo si los simbioses sacan provecho de la vida en común.

en turnos de diez minutos. Los escucho y revivo mis momentos. Intento aportar algo a ese ser que tanta luz me trae, aunque él solo viene a consultar un dolorcillo. Me siento privilegiada.

Ahora he incorporado otros seres a mi vida. Esos simbioses jóvenes que tras años de carrera se sientan junto a ti con los ojos bien abiertos y el bolígrafo rápido en la mano. Que sonrían continuamente y para los que un paciente más no es un irresponsable sin cita, sino una oportunidad más. Me iluminan cuando decae la motivación. Y dan sentido y continuidad a este arte que practicamos, en el que el uso de los receptores adheridos bajo el temporal es mucho más terapéutico que el fonendo del bolsillo.

Aprendo y me nutro de los pacientes. Me lleno de ilusión y sentido con los jóvenes aprendices. Lo increíble de todo, es que algunos de ellos, tanto enfermos, como residentes, dicen que les ocurre lo mismo conmigo. No me puedo imaginar una simbiosis mejor.

14 ¿LENTEJAS O PASTA?

María García Arévalo

Médica residente de Medicina de Familia

Por fin el ajetreo de la consulta me daba una tregua. Las agujas del reloj amenazaban con llegar al fin de mi turno y solo podía pensar en qué hacer de comida, si lentejas o pasta. Entonces llegó otra urgencia “Agustina, 83 años. Cansancio, no admite demora”. “Yo si que estoy cansada” refunfuñaba antes de invitarla a pasar, como si su llegada inesperada fuera un obstáculo en mi camino hacia la salida.

“No puedo más, estoy muy cansada”, dijo mientras agarraba su bolso con aquellas

manos arrugadas y temblorosas. Me miró; todavía no sé si con cara de angustia o

de esperanza. “Bueno, en realidad lo que más tengo es miedo”. Nos miramos las dos entre un silencio que no tardó en interrumpir: “...de mi marido.”.

Aquellas palabras retumbaron en la consulta como si me estuviera gritando auxilio

entre susurros. El tictac del reloj se desvaneció, y la miré. De repente, sentí como la curva de su espalda no solo sostenía muchos años, sino también el dolor de una

vida sufriendo en silencio. Y de repente, el peso del tiempo y el cansancio se evaporaron ante aquella confesión.

Quizá ella no era consciente de la valentía de sus palabras y de que aquel día estaba construyendo una salida de la prisión invisible en la que había estado atrapada toda su vida. Una mujer a sus 83 años, luchando con esperanza y abrazando la promesa de un futuro sin miedo, alzando la voz en un mundo que tantas veces la había silenciado.

Y salió de allí, no sé si más recta o menos frágil, pero empezando a tejer un plan de acción. Unos minutos más tarde, salí yo, sin tantas ganas de irme a casa,

cerrando aquella consulta en la que aún no sé si pude salvarla o simplemente fui un puente para que ella se viera capaz de salvarse sola. Y me inundaron dos pensamientos: Hasta en los momentos más oscuros hay algo de luz. Y... ¡Qué más dará si hoy como lentejas o pasta!

15 MI PRIMER DÍA

Pilar Jiménez Nascimiento

Médica residente de Medicina de Familia

Mi primer día de residencia, me acercó a una experiencia que marcaría mi vida para siempre, un día tan especial, tan esperado, tan indescriptible, con esa mezcla de sentimientos y comienzo de lo que intuyo será el resto de la práctica, convivir con la incertidumbre.

La mañana comenzó conociendo a mi tutora, a los compañeros que se encontraban en el centro en ese momento. Me disponía a volver a casa cuando llegó aquel aviso, para atender un tráfico, cerca de donde estábamos, podía ser grave decían.

- ¡Pilar! móntate conmigo. Dijo mi tutora mientras abría su coche para rápidamente acudir al lugar.

Era un día oscuro, había llovido justo en el momento del accidente, al llegar al badén saltamos con nuestros zapatos no adecuados para aquel terreno mojado y embarrado, encontramos a la guardia civil, un compañero y dos vecinos:

-Está atrapada, no se puede hacer nada.

Solo veíamos un coche boca abajo en aquel margen del riachuelo cubierto de agua, no habían podido acceder

- Es una chica joven

Aparecieron dos bomberos con sus trajes de buzo.

-Cortaremos el coche

Y ahí comencé a ser consciente de lo que parecía una película.

- Venti pocos años. Dijo un compañero

-Es residente. Dijo otro

-Estaba saliente de guardia.

- Ha tenido mala suerte al coger esa curva y lloviendo resbaló el coche. Seguían diciendo

-Dios mío, sus padres.

Cada dato que daban era peor, y se clavaba en mi corazón incrédulo.

Me helé, había un silencio entre cada frase que infundía tanto respeto que no puedo expresarlo. Ver trabajar a los compañeros con esa coordinación, emocionaba.

Ella estaba ahí delante, parecía tan frágil, las personas que la estaban ayudando podía haber sido ella misma, terminando ya su residencia, no podía evitar también reflejarme, como mujer, como compañera, como residente, como persona.

Se la estaba tratando de reanimar, pero, no pasaba nada. Vamos..., pensabas desde lo más profundo como si por desearlo con fuerza fuese a ocurrir un milagro que no sucedió ni con el más realista de los esfuerzos y la adrenalina. Trataron de salvarla durante tres cuartos de hora, a pesar de todo. Y comenzó a llover. Solo se escuchaba la coordinación del 112

- Sujetad.

Tendimos una loneta transparente para aislarles de la lluvia mientras trabajaban, una residente que rotaba por el 112 estaba en mi otro extremo:

- Yo la conocía. Era compañera. No sabía que venía a esto.

Sentía tantas cosas. Impotencia por no haber podido hacer nada, si hubiera estado viva no hubiera podido hacer nada por ella, y allí estaba en esas circunstancias sujetando aquel aislante pensando debe tener frío, como si fuera a sentir lo que estábamos sintiendo los demás. A nivel profesional, tantos años, tanto esfuerzo, un camino tan largo, tan difícil... a nivel humano, esa vida ya perdida, alguien a quien ya no iban a poder abrazar, escuchar reír, compartir el tiempo, ver crecer en cualquier aspecto. Nadie merece ese final, nos enseñan en medicina que la muerte es parte de la vida, para morirnos solo hay que estar vivos me decían, pero, hay casos que se saltan la razón humana, que no entiendes cuando ocurren, y a veces no piensas en el sanitario como víctima, y menos de esa forma. Recuerdas que somos personas, es inevitable en el día a día que no la recuerde, que no sienta en los malos momentos de mi corta experiencia si merece la pena el esfuerzo, sabiendo que todo es tan efímero, que estamos aquí de paso y que no sabemos cuando será nuestro último día.

Me sentí vulnerable, el camino de vuelta fue con miedo, sintiendo que llevaba un arma entre mis manos, incrédula de lo que había vivido con ese desenlace tan catastrófico, y cuando abrí la puerta de mi casa me acosté, lloré, por ella, todo lo que no pude delante de ella, lloré por su familia, lloré por su esfuerzo, lloré de rabia, de pena por la injusticia, no hablé con mi familia, no compartí lo que viví porque no podía ese mismo día.

Hoy puedo sentir inseguridad por todo lo que no sé, pero puedo superarlo al pensar en disfrutar de un día más de esta vida que es un misterio y un regalo. Y estudiar, y hacer deporte, y descansar hasta levantarnos para ir a la consulta con el sabor de un café recién hecho, y prepararnos para una jornada donde entramos en las vidas de las personas que se ponen en nuestras manos, implicando una responsabilidad a la que hay que darle un valor infinito. Es tan

inabarcable lo que podemos asumir como seres humanos con el privilegio de habernos acercado a la medicina, para poder dar a los demás alguna respuesta que al menos pueda aliviar su sufrimiento desde cualquier ámbito.

Me gustaría que esto no hubiese ocurrido nunca, que se hubiera podido hacer algo por ella. Estamos acostumbrados a ver la medicina desde el punto de vista curativo, lo crónico a veces no se entiende, con que lo repentino deja infinidad de preguntas y un vacío difícil de llenar. Queda sobrevivir. La peor parte se la lleva quien se va, porqué ella, porqué ese día, de esa forma; pero, quien se queda no entiende porqué tampoco. Egoístamente me pregunté muchas veces cuantas casualidades se dieron a la vez para que estuviese presenciando ese momento, y hubiese cambiado el orden de cualquier cosa que me hubiera hecho no estar. Ahora, puedo decir que me hizo ser consciente de hasta que respiro.

Estará presente cada día de mi vida, el respeto que viví hacia ella aquel día siento que le daría consuelo a su familia. Me enseñó muchas cosas sin pretenderlo, así que no puedo y no quiero olvidarla, siempre estará en mi corazón y en mis pensamientos.

16 ALGÚN DÍA SERÁ EL ÚLTIMO

Sandra López Caballero

Médica residente de Medicina de Familia

Cada mañana realizaba el mismo ritual. Cuando sonó el despertador a las 5:30 a.m., se dirigió con paso lento hacia la cocina, puso el café en la cafetera y calentó dos panecillos en la tostadora. Colocó el desayuno en la bandeja y fue hacia el escritorio del salón. Mientras desayunaba, escribía en la vieja máquina de escribir que su padre le regaló cuando fue a la Universidad. Su mujer, desde la habitación, esbozaba una sonrisa al oír el ruido de las teclas, preguntándose si a partir de ese día continuaría con la misma rutina literaria.

A las 7:00 a.m. cogió el abrigo y el maletín, se montó en su coche y se dirigió hacia el trabajo. Al llegar al consultorio, se paró enfrente de la puerta durante unos segundos, queriendo guardar esa sensación en su memoria. Todo estaba en el mismo lugar de siempre, su bata colgada del perchero, sus plantas en la repisa de la ventana, las láminas de anatomía pegadas en las paredes, cientos de libros en las estanterías junto con las fotos de todos los enfermeros que habían trabajado con él; y en su cajonera más valiosa, el historial médico de los pacientes.

Al sentarse en su silla frente al ordenador, le inundaban una mezcla de sentimientos de nostalgia, tristeza y abismo. Durante más de 30 años había sido el médico de cabecera de un pequeño pueblo de Cantabria, y cuando terminase su jornada laboral, una nueva médico joven ocuparía su puesto. No se sentía preparado para la jubilación, vivía por y para cada uno de sus pacientes, e incluso en su tiempo libre, los aldeanos tocaban la puerta de su domicilio particular si ocurría una urgencia grave. –Soy de esos médicos de pueblo que se están extinguiendo–decía.

El sonido de la puerta le devolvió al presente.

–¡Buenos días, Alfredo!–dijo Lucía, la enfermera, como cada mañana–. Ya ha llegado el frío invierno a este pueblo.

–¡Buenos días, Lucía!, para entrar en calor voy a poner café y así poder deleitarnos con los dulces de María, que me dio ayer tras la visita de su marido.

–¡Estupendo!, ¿qué tal estás Alfredo?

–Bien, de momento todo parece como si fuese un día normal en consulta–dice mientras echa el agua en la cafetera italiana.

–Ah, antes de que se me olvide; me ha dicho Jesús, el panadero, si puedes pasarte luego a visitar a su madre, que le ha visto con más fatiga y con las piernas más hinchadas.

–Por supuesto, tomamos el café y voy ahora, que vive aquí al lado. ¡Qué voy a hacer yo sin los dulces de María...!

–No te preocupes, que seguro que te los hará llegar; sino ya me encargaré yo de que sigas visitándonos para compartir un café y unos dulces de vez en cuando—dijo mientras su expresión reflejaba la añoranza de quien sabe que esos momentos que habían compartido tantos años, llegaban a su fin.

Salió del consultorio en dirección a la casa de Josefa, la madre de Jesús. Las calles estaban desiertas, pero estaban inundadas del aroma a pan recién hecho y a café de puchero. Esbozó una pequeña sonrisa al recordar su primer día en el pueblo, pensando que había llegado al paraíso tras dejar atrás su Bilbao natal. Las prisas de la ciudad se habían convertido en el disfrute de la naturaleza hasta llegar a los domicilios de sus pacientes, de llamarle Dr. Bermúdez a ser Alfredo, el médico de cabecera.

Josefa le estaba esperando junto a la ventana de su salita de estar, sentada en su mecedora.

–¡Buenos días, Josefa! Vengo porque me ha dicho su hijo que tenía un poco peor las piernas, ¿puedo pasar?

–¡Buenos días nos de Dios por la mañana! Claro, pase Alfredo, la puerta está abierta.

Al entrar en la casa el olor a chimenea de leña prendida y a guiso casero, le dan la bienvenida. Josefa, tan risueña y afable como siempre, le observa al entrar.

–Alfredo... nos hemos enterado en el pueblo de que hoy es su último día en la consulta, ¡que tristeza más grande!

–Hay que dar paso a las nuevas generaciones, que uno ya no es el joven que llegó aquí con 30 años.

–Lucía, la enfermera, nos ha comentado que va a venir una doctora jovencita. Los jóvenes saben mucho de cosas que leen en los libros, ¿pero ya conocen bien a los pacientes y las cosas que tenemos cada uno? Usted sabe la enfermedad de cada miembro de nuestra familia y ahora tengo mucho miedo de lo que vaya a pasar.

–Tranquila, Josefa. La nueva doctora se llama Clara y es una médica excepcional. Ha trabajado mucho y muy duro en la ciudad, pero ahora quiere dedicar tiempo de calidad a cada uno de vosotros. Los primeros días le

acompañaré para guiarle por los caminos y las aldeas... Bueno, no nos desviemos de lo importante que nos conocemos; si no es por Jesús, no me dice nada de sus piernas y la fatiga.

–Es que es lo de siempre... están un poco más hinchadas, tengo un poco más de fatiga al ir a la cocina y orino menos, pero yo creo que es normal... la cadera no me permite salir a la calle, y como me muevo menos, pues todo empeora.

–Claro, todo influye. Pero como ya dijimos, si nota esos síntomas podemos subir un poco la pastillita de orinar.

–Bueno, pues como vea. Ahora toca escuchar los pulmones, ponerme el aparato ese del oxígeno en la uña y ver si el dedo deja marca en las piernas. ¿Ve Alfredo? Cuando venga la nueva doctora ya le digo lo que hay que mirar, por si se despista–dijo con cara orgullosa al saber la rutina que tenía que seguir.

–¡Ay estás en todo! Vamos a ver esos pulmones, coge aire fuerte, muy bien. El oxígeno está estupendo al 98%, pero las piernas están más hinchadas. La buena noticia es que no tienes líquido en el pulmón. Tomando una pastilla a la mañana y al mediodía durante 5 días, creo que va a ir bien. Ya se lo dejaré por escrito a la nueva doctora, no se preocupe.

–Gracias Alfredo. Escríbalo con letra grande y déjelo en la mesa de la cocina como siempre, para que lo vea mi hijo.

–Hecho–dejó la nota sobre la mesa y se volvió hacia ella pensando en despedirse–. Ha sido un placer ser su médico Josefa. Espero que siga haciendo esas chaquetas de punto tan bonitas, aún conservo la que me hizo hace tantos años, en aquel invierno en el que la nieve nos cubría hasta las rodillas, ¿se acuerda?

–Cómo olvidarlo, estuve varios días sin poder salir de casa, y usted fue el único que vino hasta aquí; lo menos que podía hacer era darle un detalle... Ha sido un gusto tenerle de médico todos estos años. Dígale a su mujer que en esta aldea hemos estado muy bien cuidados gracias a su dedicación. ¡Hasta pronto! Ya sabe que puede volver cuando quiera.

–Y así lo haré, ¡Hasta pronto Josefa!

Cabizbajo y con los ojos aguados abandonó la casa inundado por los recuerdos y las buenas conversaciones que tuvo con Josefa.

Al llegar a la consulta tenía 10 pacientes esperándole en la sala de espera, algo fuera de lo común.

–¡Buenos días a todos! ¡Pero qué ha pasado aquí! ¿Han echado una bacteria por el aire y ha enfermado todo el pueblo?–dijo mientras esbozaba una sonrisa de agradecimiento.

–¡Hola Alfredo!–responden todos. –Julián el paciente más anciano toma la palabra.

–Verá Alfredo, ya sabe que el año que viene cumpla los 99...y sabiendo que se jubila, he querido que me haga un último chequeo, ya sabe, pasar la ITV hasta el próximo invierno–dice bromeando.

–De acuerdo, pues entrad por orden de llegada y con gusto os atiendo a todos.

Tras ver al último paciente, Lucía tocó la puerta y entró en su consulta:

–Alfredo, Clara ha llegado, ¿le digo que pase?

–Sí, por supuesto.

Y al instante, entró en su despacho una doctora pelirroja, que rondaría los 40 años, inundando el espacio con una sonrisa llena de amabilidad e ilusión, propia de quién comienza una nueva y emocionante etapa en su vida. En ese mismo instante, se dio cuenta que dejaba a las aldeas y a sus queridos pacientes de tantos años en sus manos. Nunca imaginó que el último día llegaría tan rápido–pensó mientras recordaba la cara de gozo de su padre al decirle que había sido admitido en la Facultad de Medicina.

17 MI VIDA SIN TI³

Rosa Magallón

Médica de Familia – Profesora de la Universidad de Zaragoza

Me enfrento de nuevo a este papel en blanco. Escribe algo, me dice mi amigo Augusto. Pero lo dice en realidad mi conciencia que ha tomado la forma de Augusto. Y escribo, porque mis sensaciones van, de entre un compromiso a un deseo, no se definirlo, bien, de entre la pereza a la catarsis necesaria.

Me apunto a tertulias literarias en las que no consigo terminar los libros recomendados por la malnacida y odiada falta de tiempo. Esta falta de tiempo, constante, abrumadora, que va diezmando poco a poco y sin remedio el tiempo vital que te queda por vivir. Esa falta de tiempo en la que lo prioritario no es lo importante, pero ¡ay! te diste cuenta tarde, lo siento muchacha no hay vuelta atrás. Es lo que has gastado para bien o para mal y con lo que te queda, apechuga.

La falta de tiempo que me obliga a iniciar estas líneas, ya tarde, en modo copiloto por la autovía, camino de una visita a amigos, a los que no he visto hace años, curiosamente por... falta de tiempo o tiempo no priorizado no lo sé, pero ausencia de contacto en cualquier caso.

Echo la vista atrás. ¿he empleado bien mi tiempo?, me voy a limitar a lo estrictamente profesional, no leo esto ante un confesor personal, aunque pienso que me gustaría, nuestra educación nos hace pasar evaluaciones y exámenes y tribunales continuamente. Y quizá perciba este foro como un tribunal más, ¿les gustarán mis reflexiones? ¿me gustará escucharme a mí?

Allá van...

Todo empezó aquel día en Madrid, 1983, cuando tuve que elegir plaza. Recuerdo los nervios de antes, pero lo que más recuerdo era un compañero desconocido ¿Qué habrá sido de él? Era de Valladolid y lo que más le importaba era irse lejos de su tierra, "ábrete tía" fue su expresión... y eligió Granada, a ese mozo no le importaba el qué sino el dónde.....Yo quería ser Médico de Familia o Preventiva (quedaba Cádiz,...) al final me quedé en casa y en familia. No le hice caso pues, no ejerció lo suficiente de "influencer" sobre mi casi firme decisión previa.

Una de las cosas de echar la vista atrás, es que no puedes comparar como te hubieran ido las cosas con la opción no elegida, las puertas de las oportunidades se van cerrando inexorablemente ante ti y no puedes abarcar en una vida todo lo que te gustaría. Sobre todo, en mentes curiosas como la mía. Hay un refrán

³ A todos y cada una de las personas que han formado parte de mi vida en el barrio del Arrabal de Zaragoza

que define parcialmente mi obsesión por no perderme nada; un refrán que relaciona el ilustre final de la espalda con el deseo...

Han pasado 33 años desde aquel día. Hablamos del pleistoceno, no existían los ordenadores, la caligrafía ejercitaba nuestra imaginación y nuestros dedos, se gastaba más tinta y papel, pero eso es otra historia...

No puedo recordar todo lo vivido desde entonces, y bien que me arrepiento de no haber guardado todos esos recuerdos importantes en un diario, en un "bolsiplan" (descubrí tarde este concepto). Y cuando pongo el apelativo de "importantes" a mis recuerdos, lo que menos aparece en mis emociones son: las concentraciones en el ministerio, la lucha de los pata negra contra los que querían ser especialistas sin la vía mir (que ingenuidad y que sonrojo me produce aquella intolerancia,...), los protocolos, la medicina basada en la evidencia y todas las posteriores denominaciones para decir lo mismo, las unidades docentes, la historia clínica electrónica, el aumento de recursos y de acceso a pruebas, la siempre asignatura pendiente de la atención a la comunidad, la tímida entrada en la universidad, la lucha contra la constante infravaloración de nuestra labor entre muchos de nuestros colegas? hospitalarios, que desconocen el mantra de Amando ("hay vida inteligente más allá de vuestras narices, perdón vuestros hospitales,....")

Y llegados a este punto, 40 años más tarde, ¿qué me queda de todo esto?: la satisfacción de muchos avances y logros, la incredulidad de tanto estancamiento y retroceso, la percepción real y dolorosa de que la vida y la medicina de familia va a continuar contigo y también sin ti, el orgullo de haber luchado tanto y de seguir en la primera línea de batalla, y por otra parte la decepción de tener que seguir peleando por lo nuestro tantos años después. ¡!!! Si yo lo veo tan claro, como no lo ven los demás, los que mandan!!!!!! Bendita ingenuidad.....

Todas estas vivencias pesan y duelen. Este es un duelo que arrastraré siempre: estar al final de mi vida profesional y comprobar que, en algunas cosas, volvemos a la casilla de salida. Siempre me recordaré joven y entusiasta cuando leí el manifiesto de Alma Ata de 1978 por primera vez: Salud para todos en el año 2000... Ahí seguimos.

En lo asistencial, el contacto con los pacientes me ha hecho ser, sin duda, mejor persona. Pienso muchas veces en como hubiera sido mi vida sin la relatividad del conocimiento de las vidas de otros, ese cuarto mundo invisible y tan cercano. Esa dignidad que he visto en tantas personas, en tantos hogares insalubres, en tanta desgracia social y de salud acumulada. Es la dignidad del que no tiene nada que perder. En este aspecto, no me he sentido tan impotente como en la reivindicación política de la medicina de familia. La recompensa con las personas a las que he atendido ha sido inmediata. Por varios motivos:

El aprendizaje interno para mi propia vida que me han dado los pacientes y sus propias vidas, a las que he ido acompañando durante más de 33 años. He sido

una auténtica privilegiada al ser receptora de tantas confidencias, tanta confianza depositada en mí. Como digo a mis alumnos, he sido una “voyeur” de la vida de los demás.

La sensación de sentirme útil: pequeños logros, pequeñas victorias, a veces grandes fracasos, y alguna que otra vida salvada... Esa sensación de que no vas a trabajar en vano, que tu trabajo es valioso para los demás también y eso también a pesar de la maldición de la falta de tiempo que no me he impedido disfrutar de la inigualable experiencia de ser la médica de mis familias durante más de 33 años.

Pero si tuviera que elegir de entre la gran variedad que ha supuesto mi tarea asistencial, sin duda, acompañar a morir a mis queridos pacientes ha sido la experiencia más dura y a la vez gratificante que he vivido. Y doy las gracias a todos los que me han dejado entrar en sus vidas y en la recta final de las misma.

No hubiera sido lo que soy sin estas vivencias.

Y finalmente la despedida. Un año largo ya sin mis pacientes, que ya no son míos: abrazos, cafés de despedida, visitas a las casas (¡“Ay Doña Rosa no se nos vaya!”), “lloricos”, promesas de quedadas que sabes que no vas a cumplir, sertralina autorecetada.

Y de repente, un día te encuentras a una paciente de las que tu consideras que no podría pasar sin ti, y va y te felicita por haber cambiado de aires y te dice que qué contenta está con su nueva médica de familia.

Baño de realidad. Nadie somos imprescindible. He sido muy feliz y, una vez hecho el duelo y el efecto de la sertralina, sigo feliz y luchadora. Sin mis queridos pacientes, que en realidad no han sido nunca míos. Formaban parte de una maravillosa etapa de mi vida, nada más.

18 ¡QUÉBIEN SE ESTÁ ESTA TARDE!

Juan Carlos Muñoz García

Médico de Familia

Estaba siendo agradable aquella tarde de enero en el jardín sentado al sol. Casi hacía calor. Estos dieciocho grados en enero no son normales. ¿Será el cambio climático? ¡Anda, una pregunta! Ahí y por eso empezó todo. Me empecé a preguntar cosas. Primero los por qué, que no tienen respuesta y como a los niños se les acaba diciendo: “por qué sí”. ¿Por qué el ser humano envejece? ¿por qué envejecer significa deterioro? Es producto del estado de bienestar, el malestar de los viejos. Antes había muy pocos viejos y los que llegaban a cumplir muchos años, no lo parecían. Antes no se envejecía, se moría en la juventud o al inicio de la adultez. El mundo está y cada vez más lleno de viejos y muchos improductivos (casi mejor, pues la mayor parte de lo que producimos está destruyendo el planeta). En poco tiempo necesitaremos más trabajadores en los cuidados que en el campo. Y muchos viejos son gordos: “de viejo, o te ajamonas o te amojamas”. Hay más ajamonados. ¿Por qué es esto? Tenemos un organismo perfecto y no es capaz de conseguir que no tengas apetito (por suerte en este lado del mundo llevamos muchos años sin hambre) o que si comes por gula o como acto social no es capaz de eliminar el sobrante. Tenemos todavía información genética de la edad media y todo lo que no utilizamos lo guardamos en lorzcas de grasa por aquello del “¡y si sí...! ¿Por qué la ingeniería genética no ha dado con el gen del apetito o el del “to pa mí, a la saca”? Y, gordos o flacos, jamones o mojamás, ¿un día “vas y la roscas? ¿por qué nos morimos? Además, y, fuera de la fe que no exige demostración, el cuerpo sin circulación sanguínea, ni estímulos nerviosos, se para y, como decía aquel: la vida es movimiento (y no me refiero al Dr. Parkinson), pues eso, que si se paran los suministros las células dejan de funcionar y se van deshaciendo (“polvo eres y en polvo...”); pero los pensamientos que no paran en todo el día y dejan el relevo a los sueños de noche. ¿Qué pasa con los sueños y los pensamientos y los sentimientos y las sensaciones y las emociones y.....qué pasa con todo lo que no es físico? ¿Nos reencarnamos? ¿Desaparece en La Nada de la Historia Interminable? Y, digo yo, ¿por qué me da por pensar estas cosas y hacerme mil preguntas? Con lo bien que se está al sol en enero después de cambio climático. Nada, que no puedo conmigo, necesito seguir con el por qué. Manda hue... ¿Por qué nacemos? Sabiendo ya la inmensidad, lo infinito del universo, ¿por qué estamos en este pequeño planeta? Yo creo que nada tiene sentido; pero es tan triste esa conclusión que es más poético eso de que somos hijos de un Dios eterno y bueno (a ver si aprendemos de lo segundo, que lo primero parece que no está en nuestra mano) que es capaz de crear, esto es hacer algo de la nada, que nos

cuida, aunque, a veces se descuida, que nos acompaña y nos espera en su eternidad. ¡Ay! ¿qué habrá de verdad en eso? Si como humanos matamos, esclavizamos, torturamos y todo lo terrible que se te ocurra, a nuestros iguales, a otros humanos por la excusa que sea: poder, tierra, religión, color o porque sí, sin más; me vuelvo a preguntar ¿por qué? ¿por qué la esclavitud, por qué las guerras, por qué la venganza, por qué la crueldad, por qué la mentira? No hay ningún otro animal que haga lo que el ser humano y tenemos los santos coj...de considerarnos el ser superior. Desde luego, superior en la capacidad de destrucción. ¿Por qué me hago estas preguntas? Si no tienen respuesta salvo la que le damos al niño: “porque sí”.

Ya está cayendo el sol, es lo que tiene el invierno, que dura poco el día. Bueno, realmente no es el sol el que se esconde, es la tierra que es más pequeña y gira más rápido la que lo tapa. O eso creo. El razonamiento científico alivia mucho; pero es más bello lo de la puesta del sol...me gusta ese momento del día.

Mira, por fin nos traen la merienda. Ya empezaba a tener apetito. ¿Me traerán las pastillas? Quiero pasar buena noche. Con los años, otra cosa que ocurre, es que se duerme menos. ¿Será porque se quiere vivir más? Seguro que es otro fallo de alguna sinapsis y no hay nada de poesía.

¡Qué bien, mi enfermera favorita! Es una gran profesional y... es muy guapa (creo que ahora no es correcto este lenguaje, en la siguiente copia lo borro). Me trae las pastillas del azúcar, de la tensión, del colesterol... Sí, me trae el “Sinpreguntil forte”. Me lo voy a tomar y así, además de quedarme sin respuestas me quedaré sin preguntas (como tanta gente) y en ese estado tipo brócoli, aunque no soy feliz, al menos no sufro, igual que con el analgésico.

Me jubilé a los sesenta y cinco después de cuarenta años trabajando en lo mío y muy a gusto. A los noventa ingresé en esta residencia, he perdido a casi todos mis amigos de siempre, llevo aquí treinta años. Antes de que me haga efecto la medicación una última pregunta: ¿Necesito saber si mi vida ha tenido y todavía sigue teniendo sentido y quiero saber cuál ha sido?... ..

Qué bien se está esta tarde de enero en el jardín a dieciocho grados disfrutando de la puesta del sol y sin nada por lo que preocuparse...

19 LA VOCACIÓN

Carmen Ortega

Médica de Familia

Nunca quise ser médico. Siempre pensé que a los 50 años estaría en una radio con mi programa nocturno, hablando para oyentes enamorados, o sobre un escenario representando a los grandes clásicos..., en cualquier lugar menos en una consulta médica escuchando, tratando, consolando.

La vida, como un tiovivo, se fue gestando sin que yo tomara muchas decisiones. En el instituto, la opción de coger ciencias sanitarias fue lo lógico, porque a letras solo iban los torpes, y yo, no lo era, y la física y las matemáticas no eran lo mío. En la elección de carrera, dada que mi trayectoria iba por ahí, intervinieron las notas, claro. Fui rechazada en enfermería y fisioterapia, carreras cortas que yo quería estudiar para luego hacer arte dramático (mi sueño por aquel entonces). Así que, caí en Medicina. Allí me arrastró la bola de los padres (“haz algo que te dé de comer”), la bola de los amigos (“menudas fiestas hay en medicina”, “¡tenemos que continuar juntas!”), un hermano cargado con su razón y su decisión (“si tampoco es para tanto...seis años pasan volando”). Pero realmente, ¿yo quería estar ahí? No sabía de asignaturas, de MIR, no sabía de la residencia y del sacrificio, pero caí ahí porque la bola me arrastró.

Comenzaron años duros. Años de suspender asignaturas que no me interesaban. Años de horas en biblioteca. Horas sin dormir. Yo no tenía vocación de nada, pero seguí ahí. La elección del MIR fue complicada. ¿Cómo yo, sin vocación, iba a elegir nada? El hospital se me hacía complicado, inmenso, intenso y pensé que la tranquilidad de un centro de salud me ayudaría a amar lo que acabó siendo mi profesión.

La elección de una zona deprimida para trabajar hizo que me sintiera más útil de lo que nunca pensé. La gente agradecía la ilusión y el tesón de una médica jovencita. Y fue el transcurrir del tiempo lo que me dio la razón en algo. Mi vocación se fue forjando a medida que el trato con la gente se hizo más potente. Problemas, penas, desilusiones frente a los que luchaba con pico y pala, hicieron de mi actividad laboral mi forma de vida, mi necesidad. Con el paso de los meses me afianzaba en esa vocación traída a trompicones a mi vida y comencé a sentirme pez en la pecera de la seguridad y la tranquilidad. Siempre están los pacientes que se atragantan y que dejan ese regusto en tu garganta, pero la puerta de la consulta deja paso, la mayoría de las veces, a la gratitud y al cariño.

Y, de repente, un día el paciente es conocido, es tan cercano que dudas en qué lado te encuentras. Enero 2017, mi padre enferma. Desde hacía mucho lo había

estado, pero hizo poco caso de advertencias de nadie. Su cigarro. Sus vinos con los amigos. Nunca perdonó nada. Así que nos encontramos ahí, en un año duro, en donde se alternaba el ejercer de hija y de médica. Confundía la línea en la que me movía, sintiendo la presión de mi madre, de mis hermanas por saber cómo actuar y qué decisiones tomar. Toda esa vocación, en ese instante, me vino grande y renegaba del lugar que elegí en algún momento de mi vida. Solo quería cuidarle, abrazarle y que fuera otra persona la que tomara las decisiones por mí. Recuerdo empujar una silla de ruedas por el parque. Sábados por la mañana en donde solo nos importaba que ya habían empezado a brotar

las flores de la rotonda o que ya se estuvieran cayendo las hojas de los árboles, lo que significaba coger una chaqueta un poco más gorda porque nos pelábamos de frío, aunque estuviéramos al solete. Unos callos con garbanzos en el “Felipe”, un café con leche y a casa con pocas ganas de comer porque el pincho se había multiplicado por tres.

Octubre 2017. La cosa se empezaba a poner farragosa y las decisiones eran cada vez más complicadas de tomar. Estaba mi hermano, también médico, sobre el que me apoyaba como creo que él se apoyaba en mí, pero sentir la mirada de mi madre, de mis hermanas, buscando la respuesta de todo, se convertía en una losa difícil de sostener. ¿Dónde estaba entonces la bendita vocación, esa de la que me sentía tan orgullosa y llenaba parte de mi estar? En esos momentos solo quería meter la cabeza debajo de la tierra para no sentir las miradas de nadie. Pasamos días muy duros, con curas que se hacían dolorosas y costaban la vida ponerse a ellas. Noches sin dormir. Confusiones nocturnas. Para acabar en el maldito ingreso donde ya nada tuvo sentido.

Mi hermano y yo nos empeñamos que la situación no podía seguir así. Había que deshacerse de aquello y forzamos un ingreso que nunca tuvo que ser... o sí. Médicos endiosados no se sabe bien por qué extraña religión. Palabras susurradas en los pasillos. Nunca quedó claro si él se enteró de lo que le hicieron, pero volvió del quirófano sin una pierna, que creo, nunca echó de menos. Agitación nocturna. Me arranco las vías. Me tiro de la cama. Una lucha sin cuartel que pudo conmigo hasta dejarme triste, muy triste. Una noche, en donde debía velar su sueño, fui yo la que caí dormida. Desmadejada como estaba y cansada de pegarme con lo que no podía ser, me hundí en ese terrible sofá de escay y dejé de pensar. Al despertarme aquello era un caos, aunque aún recuerdo la cara de mi padre sonriéndome, feliz, como hacía días no le veía. Entró la bruja de la enfermera gritándome que si era así como cuidaba yo a un enfermo, que si no me daba vergüenza, que no le estaba pasando la medicación, que si el pañal, que si el muñón... y todo se diluyó en una nebulosa en donde me disolví. Mi padre no entendía nada, pero seguía sonriendo y apareció mi hermana para darme el relevo. Yo salí corriendo de aquel lugar que me ahogaba, en donde no quería, en donde nunca quise estar. Pensé en escenarios, en micrófonos, en personajes por crear. Y la vocación me estranguló como una boa saliendo por

mi garganta muda, cambiando la piel para dejar tras de sí años de dedicación
construidos a golpe de azar.

Ahora, desde la parte de atrás de un teatrillo para niños, tengo en mis manos el
títere del doctor. Función tras función, como una pierna a un niño hecho de trapo,
que un lobo desalmado le comió de un bocado.

20 DIFTERIA

Ángel Otero

Medicina Preventiva – profesor de la UAM

Tenía difteria y recuerdo cómo me cuidada.

Tenía ocho o nueve años y me aislaron en lo que usábamos como cocina en aquella casa tan pequeña, que habíamos alquilado al llegar a la nueva ciudad, a comienzo de los años 50.

Era un antiguo lavadero colectivo en la azotea de una casa antigua de cuatro pisos, que habían mal acondicionado como vivienda con dos espacios y un retrete, justo tras la puerta de entrada. La cocina era pequeña, con dos grandes pilas para lavar ropa, antiguas que ocupaban la mayor parte del espacio. La otra estancia, separada por una media pared y una cortina era más grande, con una pequeña ventana que abría hacia la azotea y el tendedero. Allí dormíamos todos, mi madre, mis dos hermanas y mi padre cuando volvía después de cada marea, dos o tres días cada mes.

Me habían diagnosticado difteria y la cocina era el único sitio de la casa en que podía estar un poco aislado. Venía el médico y me inyectaban, con una jeringa grande, suero en la barriga.

Mis hermanas me hablaban desde dos metros de distancia, desde la cortina. Mi madre desafiaba el riesgo y se sentaba mucho tiempo conmigo, tanto de día como de noche.

Hablábamos de muchas cosas, con mucha ternura, uno enfrente del otro. Me hacía la comida y me preparaba leche caliente con miel para calmar el dolor de garganta y aliviar los ruidos y las dificultades para respirar. Me cogía las manos y me tocaba la cara y a veces la veía llorar.

Decía que me estaba haciendo mayor.

Pasaron los días, no sé cuántos, y acabé recuperándome. Mis hermanas volvieron a sentarse en la mesa y a jugar conmigo.

21 HISTORIA DE C

Natividad Puche

Médica de Familia – Profesora de la UAM

C. era un chico de 38 años, al que conocía desde hacía más de 10 por ser paciente mío, y siempre había sido una persona amable, correcta y muy educada. En su historia no había antecedentes de interés salvo varios episodios de infecciones de transmisión sexual, habiendo referido mantener relaciones HSH aunque por lo general usaba protección (no siempre).

Un día acudió a solicitar una analítica rutinaria con serologías, como había hecho otras veces en años anteriores. Se le realizó la petición y se le indicó que pidiese la cita. Varias semanas después observé que estaba citado en mi agenda mediante cita telefónica para los resultados de la analítica. Como hago siempre antes de llamar, primero miré dichos resultados, y me encontré con la sorpresa de que la serología mostraba que era VIH positivo.

Era evidente que era una mala noticia para comunicar al paciente y pensé detenidamente en la forma de decírselo, y que desde luego en ningún caso sería por teléfono. Así que le llamé con calma y le dije que los análisis presentaban una alteración que debía explicarle en persona y que si podía venir al día siguiente a última hora para darle los resultados. Estuvo de acuerdo.

Al día siguiente llegó el último de todos los citados para no tener prisa, y le comuniqué que había dado como resultado de la serología VIH +; la verdad es que no se lo esperaba para nada, lo cual me sorprendió mucho, y fue muy duro para él, se puso a llorar e incluso me pidió permiso para tumbarse en la camilla unos momentos hasta recuperarse un poco.

Cuando estuvo más calmado le expliqué lo que significaba, el pronóstico de esta infección en la actualidad, las pruebas y tratamiento que tendría que realizar, medidas preventivas, y necesidad de comunicárselo a su posible pareja, también me ofrecí para ayudarlo a decírselo a su familia. Le derivé a la consulta de Medicina interna de Enfermedades Infecciosas y le indiqué que volviese si necesitaba alguna ayuda para algo.

Pasadas varias semanas se volvió a citar conmigo. Ya estaba más tranquilo, había ido asumiendo la situación y lo había hablado con su familia, también había ido a la consulta de Infecciosas y le habían pedido pruebas e iniciado tratamiento. Pero el motivo de ir a consulta fue sobre todo darme las gracias por la forma en que le había tratado, comunicado la mala noticia e intentado ayudarlo.

Dentro de la situación fue una gran satisfacción para mí que hiciera algo así ya que es poco habitual que un paciente vaya a consulta para darte las gracias, y es algo que te alegra el día y te hace sentir útil y que en ocasiones cuando tratas de hacer las cosas lo mejor posible lo consigues, y logras ayudar a alguien en los peores momentos.

Con frecuencia pensamos que dar malas noticias se refiere por lo general a comunicar la existencia de un proceso maligno, pero hay muchos tipos de malas noticias en relación con la salud, todas aquellas que te pueden cambiar la vida en un sentido negativo, y el saber de pronto que eres seropositivo es una de ellas, aunque no signifique como hace muchos años un probable pronóstico mortal sino una enfermedad y un tratamiento crónicos, pero que condiciona tu vida por todo lo que conlleva de seguimiento, y en ocasiones estigmatización y limitaciones. A algunas personas les marca más que a otras, pero en general es algo duro de asumir y asimilar, así como también el pensar en cómo decírselo a sus seres queridos, pareja, familia, y en cómo va a repercutir en su trabajo, bienestar, relaciones sociales, etc.

En estos casos no podemos evitar el diagnóstico, pero sí hacerlo menos duro de asumir y acompañar al paciente en su proceso, además la información es esencial para que se tranquilice y no vea solo los aspectos negativos de lo que le puede esperar. De todas formas, también pensé en cómo han cambiado las cosas y lo distinto que resulta dar este diagnóstico ahora a lo que era hace 30 años, cuando ya dabas por sentado que surgirían antes o después complicaciones, que el tratamiento retrasaba tan solo lo inevitable y la persona probablemente no viviría mucho tiempo. Ahora no deja de ser difícil y un cambio en la vida del paciente en muchos sentidos, pero que le permite llevar una existencia normal con una enfermedad crónica, con lo que ello supone pero no una sentencia como antes.

Solo espero que C. y todos los pacientes a los que les he tenido que dar esta noticia lo hayan normalizado, con la ayuda de sus familiares y amigos, vivan muchos años lo mejor posible, y quizá algún día lleguen a curarse con los avances y descubrimientos de las investigaciones médicas.

22 DESPEDIDAS

Ignacio Revuelta Lucas

Médico de Familia

Isidora acudió a la consulta acompañada de su hija. Hacia pocos días que Antonio había fallecido. Como siempre, vestía su bata marrón de tela gruesa, ceñida con un cinturón de cuero, que se asemejaba más a un hábito monacal que a un vestido para salir a la calle. Su ropa hablaba de ella, de una persona sencilla y buena, como Antonio, que había luchado lo indecible en la posguerra por sacar adelante a las hijas. Isidora no sabía leer ni escribir, pero su mirada limpia no necesitaba traducción.

Ese día Isidora vino a despedirse, ya no vendría más a la consulta porque se trasladaba a vivir fuera del barrio, a la casa de una hija que acogió con cariño la tarea de cuidarla. Yo también me despedía, me trasladaba. Había pasado 8 años en un centro donde aprendí más de los pacientes que de los libros, y donde descubrí el significado de ser médico de familia.

Siempre he intentado acercarme con respeto a las pérdidas de las parejas mayores. Se le niega el derecho al duelo porque, a cierta edad, morir es lo que toca. Y a la vez son pérdidas que cambian de forma radical su mundo conocido. Es como empezar de nuevo un relato cuando sólo quedan por escribir los últimos renglones.

Por eso me gusta preguntarles por su historia, reconocer el vacío que deja la ausencia de quien acompañó durante tantos años el devenir una vida. Le pregunté a Isidora por el tiempo que hacía que se conocían. Isidora me contó que llevaban más de 60 años juntos, pero, en gran medida, porque Antonio se empeñó en que fueran novios. “Usted me ve así ahora, pero yo era bien guapa”.

Isidora me contó que eran de un pequeño pueblo de Toledo, y al poco de empezar la relación ella se trasladó a servir a una casa de familia bien en la ciudad de Toledo. En aquel entonces servir era una de las pocas salidas que les quedaban a las jóvenes de unos pueblos en los que apretaba el hambre. Pero Antonio no estaba dispuesto a dejar escapar esa buena moza de ojos claros. De modo que Antonio comenzó a ir los domingos a cortejar a Isidora, levantándose a las 4 de la mañana y recorriendo a golpe de alpargata los 30 kilómetros que separaban su pueblo de la capital. Antonio llegaba cansado y lleno del polvo del camino. A Isidora le daba vergüenza verle con ese aspecto, y, además, ella no tenía ropa para salir de paseo, por lo que solo se veían unos minutos, antes que Antonio emprendiese el camino de regreso.

Después de unos cuantos domingos consideraron los dueños de la casa que aquello no podía seguir así. Que a tanto esfuerzo y tesón habría que darle mejor

respuesta. Así que le compraron una falda y una blusa a Isidora, y hablaron con D. Juan el farmacéutico quien facilitó un sitio en la trastienda a Antonio para afeitarse, y le regaló una de sus camisas. Isidora recordaba aún lo guapo que estaba Antonio, afeitado y con su camisa blanca, y lo felices que fueron aquel domingo de paseo, el primero de otros muchos durante 60 años.

23 VAMOS JUNTOS. YO TE ACOMPAÑO

Jorge Sánchez-Calero

Hematólogo

La biopsia

“El hueso es muy duro a la punción y en la aspiración medular no se obtienen grumos”. Esto es lo que se dice en referencia al llamado “aspirado seco” que habitualmente observamos cuando se realiza una biopsia de médula ósea a un paciente con mielofibrosis. Sin embargo, y en contra de lo que pudiera esperarse, se pudo aspirar sin dificultad una muestra con buen grumo. -“Aún fluye bastante agua desde esta médula”. Estas fueron mis palabras aquella mañana mientras observaba como la sangre medular iba llenando poco a poco la jeringa.

El río de la vida.

Ella es una mujer joven. Antes proceder a la realización de la biopsia, y con la intención de conocer lo que sabe acerca de su enfermedad, le hice una pregunta: -“¿Que idea tiene de lo que le pasa?”. Me describió entonces la imagen que utiliza para explicar la enfermedad: -“Lo imagino como un río sobre el que caen una serie de árboles que tejen una red que va tapando el cauce y no deja fluir el agua...hasta que se seca”. Imagen que parece bastante adecuada en este contexto, no sólo por su fuerza descriptiva, sino porque se acerca a lo que en la realidad sucede. En la mielofibrosis el “microcosmos” –también llamado “nicho” hematopoyético- que debe sostener la vida se ve modificado como consecuencia de las lesiones que afectan a las células madre de la hematopoyesis. Esa compleja red de vasos, nervios y delicadas células se verá progresivamente anegada por una malla de fibras. De forma que lo que se observa al microscopio en la médula ósea de estos pacientes no difiere de esa imaginaria red de árboles que, a medida que progresa, va tapando el río de la vida que hasta entonces fluía con normalidad. Más tarde empezó a relatar el contenido de la propia vivencia de la enfermedad, incluyendo los cambios experimentados por su cuerpo. Los ha llegado a tener recogidos por escrito “en cinco capítulos”.

Mientras hablaba, lo natural era escucharla con atención, como quien se encuentra con un texto que promete no dejar de interesarle nunca. Como si la enfermedad que ha hecho carne en un ser humano no encuentre mejores vías de expresión que lo que este mismo nos cuenta:

“El paciente puede ser entendido como un texto, como un libro abierto, del que el médico puede y necesita aprender”⁴.

¿Qué quiere decir hablar?

Para el paciente supone de entrada una vía imprescindible para comunicar sus dolencias y la vivencia que hace de las mismas. Además, hablar ofrece el acceso a un conocimiento de sí. Permite expresar algo que inclusive permanecía oculto a uno mismo. Una reflexión interior que sólo se da frente a un otro que –a modo de espejo- nos devuelve la impresión que en ese mismo instante creamos en referencia a la propia vivencia.

“...el relato mismo se vuelve terapéutico:...ayuda al paciente a auto percibirse en cuanto personaje de su historia, a apropiarse así de las vivencias de la enfermedad, haciéndola suya y no siendo mera víctima de hechos adversos”⁵

El otro yo.

La catarata inicial de síntomas terminó por converger en una apreciación global de haber sufrido cambios profundos como consecuencia de la irrupción de la enfermedad. Cambios que llegan a afectar al mismo núcleo de lo propio de sí, puesto que la vivencia de la nueva situación incluía una especie de alejamiento de cómo se reconocía a si misma antes de ser sorprendida por la enfermedad: “no soy la misma” desde entonces. Esta referencia explícita a la existencia de “otro yo” –ajeno al de antes de la enfermedad-, en la se pierde el reconocimiento del cuerpo vivido como propio es una forma de alejamiento que precisará a su vez ser comprendido, puesto que contribuye al dolor por la enfermedad y compromete la aceptación a la misma:

Ello revierte en una falta de reconocimiento y de identificación con el propio cuerpo, que se llega a experimentar como un extraño, se trata de la experiencia de la “alienación” u “otredad del cuerpo”⁶.

Esta extrañeza hacia el ser-propio se extiende al ser-hacia-afuera. Es algo que afecta a la totalidad del ser. En la enfermedad se pierde la familiaridad con la

⁴ ROSAS JIMENEZ C.A. Medicina narrativa: el paciente como texto, objeto y sujeto de la compasión. Acta Bioethica 2017; 23 (2): 351-359

⁵ LOVECCHIO Ch. Etica y Medicina Narrativa: una perspectiva filosófica. TD. Salamanca 2009

⁶ ESCRIBANO X. Poética del movimiento corporal y vulnerabilidad: una reflexión desde la fenomenología de la enfermedad. Revista Co-herencia Vol. 12, No 23 Julio - Diciembre 2015, pp. 71-88. Medellín, Colombia

que hasta entonces había experimentado el ser-en-el-mundo.⁷ Pérdidas que no se quedan ahí, puesto que suponen una amenaza al propio sentido de la existencia.

La vida no ha dejado de fluir.

Hacia el final de aquel encuentro, pensé que esta mujer está menos enferma de lo que la llegada del diagnóstico de mielofibrosis le ha hecho creer. Quizás por ello me asaltó un pensar en voz alta: “Estás más cerca de lo que imaginas de ese “yo” que añoras”.

El paciente como texto.

En las semanas y meses que siguieron a aquello la paciente comenzó a tolerar mejor el tratamiento. Asistimos entonces a una disminución de la esplenomegalia y una reducción de la carga de síntomas asociados a la enfermedad. Fue por aquel entonces cuando me envió alguno de los “capítulos” en los que tenía recogida la vivencia de la enfermedad:

Tu otro cuerpo.

Un día te levantas y ves que no es un día igual que los anteriores, que tus fuerzas no son las mismas, que por más esfuerzo que haces no eres capaz de levantarte. Pones todas tus ganas, aprietas bien fuerte, pero no eres capaz y piensas.... que me pasa? ¿por qué me pasa esto? qué tengo? abría los ojos. Y mi pregunta era la misma. ¿Por qué? por qué no puedo levantarme? porque no tengo fuerzas? ¿Qué le pasa a mi cuerpo? ¿Por qué no responde? Te invade el miedo, lloras, te escondes para que no te vean hacerlo. Porque realmente tú sabes que algo va mal Quieres que tu cuerpo vuelva a ser el que era, que tus ganas vuelvan a ser las mismas, que tu fuerza vuelva a ser la misma. ¡Pero no! Algo le ha invadido, algo hace que no seas tú. Es el momento más duro, por qué no quieres aceptar lo que te pasa, quieres estar bien quieres seguir con tu vida y quieres que todo sea un sueño Para mí ese capítulo fue de los más impactantes porque aceptar que no puedes hacer algo es lo más difícil. Este capítulo solo afecta a mi pareja porque es el principio de todo. Encontrarse mal, la incertidumbre y el principio de un largo camino. Me dio la mano y me dijo: vamos juntos que yo te acompaño

⁷ SVENAEUS F. Illness as unhomelike being-in-the-world: Heidegger and the Phenomenology of Medicine. Med Health Care and Philos (2011) 14:333–343.

Escuchar el relato de la vivencia de la enfermedad es una fuente esencial de aprendizaje. Además de recuperar una cierta cercanía –siempre incompleta– para con el paciente, facilita el regreso del paciente al encuentro consigo mismo:

Lo que escuchamos en estas historias no es el crecimiento del paciente por encima de su sufrimiento. Escuchamos más bien el crecimiento del paciente dentro de su sufrimiento. Un proceso que enseña al resto de la sociedad el lugar necesario que el sufrimiento ocupa en la vida⁸.

Supone una invitación a regresar al mundo de la vida. El mundo real en el que se juega la verdadera cuestión de lo que significa estar enfermo. Cuando esta supone un alejamiento de sí –“algo que hace que no seas tú”- puede que en el camino de adaptación a esta nueva situación que la enfermedad impone, no quede más remedio que aceptarla como “pareja”.

“Vamos juntos que yo te acompaño”.

⁸ Frank AV. Op cit

24 MIS EXPERIENCIAS MÉDICAS CON LA ORL

Emanuele Rossi

Tecnólogo de alimentos

¿Narrativa medica? ¿Y qué es esto? ¿Será que ahora también los médicos escriben libros para todos? En verdad mi tío Alfonso, médico, ya lo hacía desde los años setenta y siguió hasta el día de su muerte, hace quince años. Así que no veo mucha novedad, sin embargo, como no soy del sector puedo solo aprender y es por esto que me he apuntado a este curso. Siempre hay que aprender y relacionarse. Bien, con el apuntarme he pactado que escribiera algo sobre este tema, ¿entonces? Podría empezar con el contar quien soy y que hago en mi vida, por ejemplo. Mi nombre es Emanuele, que en italiano es nombre masculino y sin dobles consonantes, como lo veis lo pronunciáis. Así que por favor olvidar aquella categoría de películas de los años setenta u ochenta, donde se trataba de la caliente actividad de la versión femenina de mi nombre, en francés Emmanuelle. Tampoco os esforcéis en construcciones gramaticales o traducciones a vuestro idioma con uniones iniciales impronunciables de n con m y cortes al final de la palabra, o añadiendo dobles cuando no hay que poner como en este caso. Emanuele es mi nombre. Muy sencillo y fin. Soy tecnólogo de alimentos, profesional colegiado en Italia desde enero 2004. Trabajo entonces, en un área contigua y en parte compartida con la vuestra, el sector alimentario, proporcionando mi contribución a la seguridad alimentaria con mi consultoría. Esta condición, la seguridad alimentaria, es un tema al que todos prestamos atención porque al final todos somos consumidores. Bien y dicho eso ¿que os puedo decir? De médico en sentido estricto y técnico nada porque no lo soy, aunque todos los días me tomo una pequeña dosis de vuestros EPOC, Sintrom, RCP, tensión doce con ocho (que en italiano sería ciento veinte con ochenta) etc. Sabéis, soy pareja de una doctora y que quiera o no, estos temas salen con frecuencia en cuanto ella habla o se encuentra con sus colegas. No hay escape de esto. De todas formas, siempre he frecuentado el área médica, no solo como paciente, también como sobrino de médico. ¿Os acordáis de que arriba lo escribí? Tuve un tío medico con muchas especializaciones. Entonces la narración podría ser sobre algunos episodios vividos en persona, porque tengo muchos para contarlos. Por ejemplo, lo que viví con una intoxicación por reacción a fármacos para curarme una gripe y en aquella ocasión mi tío me salvó la vida a través de un tratamiento relacionado con la hemoglobina o así me han contado. Como era muy pequeño, tres años y medio, mis recuerdos van solo a la cotidiana operación de sacarme la sangre por el brazo y su llorar siempre menos cada día porque todo estaba mejorando después el grande susto inicial.

O podría contar de la experiencia inmediatamente siguiente en mi niñez: la cirugía de amígdalas y adenoides. Esa fue una moda en los primeros años

setenta, en mi visión de paciente. Casi todos mis amigos tuvieron esta experiencia, muchos de ellos después de mi pidiéndome contarles lo que pasó. Yo les contaba que no me parecía muy lógico que tuviese que dormirme en algunos segundos con una mascarilla puesta de modelo buceador, para después encontrarme con tampones en la nariz que para sacarlos tuvieron que sujetarme entre tres personas más el otorrino ocupado en mi nariz. Lo único bueno fue el poder comer helado en cantidad sin que mis padres se quejaran. ¿No era más sencillo salir de casa e ir a comprarlo y comerlo? Mah... Y siempre en tema de ORL (la sigla oficial para vosotros médicos aquí en España para la medicina otorrinolaringología, ¿o me equivoco?) Digo, siempre en aquellos años se manifestó el creciente interés médico de poner mano, y bisturí, a mi dantesca nariz. (Dantesco en italiano es algo relacionado a Dante Alighieri, en este caso su nariz) Bueno, tuve que batallar por eso, porque el tío Alfonso y sus colegas cuando me veían ya hacían proyectos de quirófano, soltando siglas médicas como en una venta a granel. Así que me resistí yendo por heladerías (y no solo) sin necesitar la parafernalia susodicha hasta los cuarenta y siete años, cuando me animé a otro encuentro cercano con esta disciplina médica. Era una necesidad. Tengo que decir que fue una óptima experiencia, y el principal miedo relacionado con la extracción de los tampones nasales, mal recuerdo de niñez fue solo un ligero fastidio de algunos segundos. Creo que mi tío Alfonso si hubiese estado todavía vivo, se hubiera reído de mi como le pasaba dándose cuenta de mis miedos y dejando caer una bofetada merecida por animarme. ¿Cuántas veces me animó a esa intervención? ¿Qué puedo hacer? Parece que sobre el tema cirugía sea como Don Abbondio de los Promessi Sposi: “Si uno no tiene ánimo, no puede dárselo.” También porque bajo el bisturí va uno mismo y no otros... Por el resto de vuestras disciplinas todo bien, tocando madera, y hierro como se hace en Italia. Si, hay aquel tema llamado HDL, LDL y triglicéridos. Una pastillita de complemento alimenticio con Berberis Aristata más Arroz Rojo y Q10 suelo tomarla. Hay que tener bajo control este aspecto, es importante. Sin embargo ¿cómo puede hacer un paciente de mediana edad, apenas por arriba de su normopeso a olvidarse de su origen alimenticio constituido por pasta rellena como tortellini condimentados con ragú *alla bolognese*, o lasaña *alla bolognese*, pasando por embutidos de vario tipo como el *Culatello* y fiambres como la *mortadella di Bologna* DOP cuyo perfume ya se huele al llegar al aeropuerto de *Bologna* y que después de catarla, convierte casi todos a su consumo y a reconsiderar el fantástico complejo sensorial que la caracteriza? Bien, ¿parece que haya trabajo para todas las disciplinas medicas en este relato eh? Entonces, mientras os consultáis y elaboráis vuestras anamnesis y diagnosis os esperaré en una heladería italiana cerca de casa, no hay que perder las buenas costumbres, tampoco en el extranjero.

25 ¿QUIÉN SOY?

Begoña Ríos

Pediatra

La pandemia ha cambiado nuestra percepción de la vida, del mundo, de las cosas, y también, en nuestro ámbito, de la forma de pasar consulta. Ahora, parte de ella es telefónica, y lo era en su totalidad durante los meses de confinamiento, por lo menos en pediatría. Muy pocos niños venían de forma presencial, aunque muchos padres se citaban telefónicamente para dudas.

Eso nos convirtió a los pediatras de primaria en médicos teleoperadores, y como debíamos estar prevenidos por si venía alguno con amenaza de poder contagiar (comúnmente llamado “sucio”), llamábamos por teléfono vestidos con el EPI, llevando la mascarilla, a veces las gafas, el fonendo colgado, el auricular...

En estas circunstancias y quizá también por el estrés de la situación, mi despiste congénito, el número de llamadas seguidas, la edad que va dejando de perdonar., empecé a notar en mí misma con preocupación numerosos errores de identidad telefónica. Me explico con un par de ejemplos.

-Buenos días le llamo del Centro de Salud V Centenario, por la cita telefónica de Daniel Pérez. Soy su padre.

-Ah si, buenos días doctora, que curioso, yo también soy su padre.

-Ay, si, perdone, quería decir que soy su pediatra.

0 esta vez:

-Buenos días llamo del Centro de Salud V centenario por la cita telefónica de Daniel Pérez, ¿es usted su pediatra?

-Hola buenos días soy su madre, espero que su pediatra sea usted.

-Ay si, perdone

Tras varias equivocaciones similares, y sin saber si debería hablar con mi médico para derivación al neurólogo, se lo comenté a mi hermana, que con toda lógica y víctima también del despiste congénito familiar me dijo, hija, antes de llamar apúntate en un papel quién eres. Eso hice.

Pero la vez más increíble aún estaba por llegar. Se dieron unas curiosas variables, que todas juntas resultaron terminar en una de las conversaciones más surrealistas que he mantenido nunca.

A saber. Niña de dos años y medio llamada África, teléfono del padre mal recogido en la historia clínica, casualmente correspondiente a medico cooperante. La conversación fue más o menos:

-Buenos días, soy Begoña, la pediatra de África (ahora sí, gracias a mi hermana), Llamo para ver cómo va.

-¿África?' Pues fatal, imagínate

-¿¿¿¿FATAL???? ¿Qué ha pasado? Contesto tragando saliva por África, mi África, que había consultado la última vez por mocos y febrícula imaginándome una sepsis de las malas, un accidente grave, un tumor...

-Pues imagínate, con lo que tenía encima, solo nos faltaba la pandemia...

-Ya... ... -digo mirando compulsivamente en la historia y preguntándome a mí misma a toda velocidad si era cardiópata, gran prematura, algún síndrome, cómo puede ser que no haya nada en la historia, si además la conozco desde que nació y me suena a sana...

-Ya te digo, peor que nunca, es una situación desesperada, continua la madre, en realidad doctora cooperante. Y tú ¿qué tal estas?

-Yo bien. -respondo, asombrada por la atención y educación exquisita de esta madre en una situación límite, nunca nos preguntan a los médicos cómo estamos, y menos una madre con una niña tan mala- Bueno, agobiada por la situación, como todos...y tu otro hijo, ¿Martín, como está? Pregunto con angustia.

-¿Martín? ¿Qué hijo? Yo no tengo hijos...perdona, ¿¿quién eres??

-Soy Begoña, la pediatra de Martín y de África, de V Centenario, ¿y tú? - Contesto pensando que para una vez que digo bien mi nombre está mal al teléfono, de verdad...-

-Soy la Dra. X, cooperante, este verano estuve en África con una pediatra, creía que eras tu...

-Nunca pensé que me alegraría tanto de que las penurias de todo un Continente no me afectaran en ese momento, está mal decirlo, pero es así. Que alivio

-

Y ya, para terminar. Los padres en pandemia se han dado cuenta de muchas peculiaridades de sus hijos, gracias a la convivencia estrecha. Esta duda telefónica de la madre de Carla, de cinco años es un ejemplo.

-Buenos días, Begoña, soy la madre de Carla, estoy preocupada

-Si, hola, dime ¿qué le pasa?

-Es normal que a su edad ya tenga clítoris?

En fin....

26 FENOTIPO ANÓMALO

Gabriel Ruiz Soler

Pediatra

I

Entras en la consulta con tu hija en brazos, sujetando con delicadeza su cabeza; y la miras con ternura y asombro. La niña tiene apenas 3 meses y aún no es capaz de sostener la cabeza, demasiado grande y alargada.

Lucía, así habías decidido llamarla desde que estaba en tu barriga, ha nacido con una malformación cerebral, y una cara peculiar. Tiene una frente prominente, la nariz pequeña y picuda, los ojos más separados de lo normal, unas orejas bajas y el mentón retraído.

“Fenotipo anómalo” es el diagnóstico que te dieron a falta de encontrar otro más preciso.

Aquí estáis, tres meses después, con tres diagnósticos más, y ninguno bueno. Habéis pasado por las consultas de la neuropediatra, del oftalmólogo, del neurocirujano, del cardiólogo, de la nefróloga; y por sesiones varias de rehabilitación, logopedia neonatal, atención temprana... Entre estos profesionales te has encontrado con actitudes que van desde la empatía fingida a la verdadera compasión, aunque la mayoría se conforman con una fría eficiencia técnica.

Pero sigues queriendo a tu hija con más fuerzas de las que creías tener; y das las gracias de tener al padre como el contrafuerte del muro de una catedral, soportando todos tus abatimientos.

Así van pasando los días y las semanas, y ves que Lucía va haciendo sus pequeños, pero significativos progresos. Tu vida ahora está pendiente de esos limitados avances.

II

Cuando ves a la madre con esa sonrisa luminosa, y con esa mirada de cariño, te das cuenta de que Lucía tiene algo más; algo que trasciende lo puramente médico, -o quizá no. Eres consciente que Lucía induce emociones: compasión y amor.

La primera vez que vinieron a la consulta, a los 7 días de vida, ya te llamó la atención el embeleso y el enorme cariño con que el que estos padres cuidaban a Lucía.

Cuando la posaron en la camilla esa primera vez, su postura inerte y desmadejada, su cara peculiar, con su mirada naturalmente imprecisa de recién nacida, inmediatamente os provocó a ti, como pediatra, y también a la enfermera un fuerte sentimiento de compasión.

Experimentas una emoción similar siempre que atiendes en la consulta a familias que tienen hijos con problemas neurológicos serios.

III

—Lucía ha mejorado mucho su tono y su fuerza muscular. Veo que está más activa y su mirada es más viva. Es muy curiosa, quiere verlo todo. Mira como intenta girar la cabeza...— Comentas mientras vas explorando de forma sistemática a la niña. Piensas que sus conexiones neuronales se están formando, a pesar de todo. Veo que te alegras, y te sale una sonrisa.

—Esta semana ha empezado a deglutir bien la leche. No te imaginas que gran alivio. La logopeda neonatal nos ha felicitado por lo bien que hemos colaborado. — Añado con gran satisfacción, para complementar las observaciones del pediatra.

De verdad, cuando tu hija recién nacida no es capaz de hacer un gesto tan simple como tragar la leche, te sientes muy impotente, y culpable. Sí, esa culpabilidad que siempre pende sobre la cabeza de cualquier madre.

Agradezco mucho que este pediatra, desde la primera vez que vinimos a la consulta, ha mostrado una gran naturalidad en el trato con nosotros y con la niña. De hecho, visto lo visto, me sorprende como, sabiendo muy bien las perspectivas de Lucía, es capaz de acompañarnos en esos pequeños progresos, en esas pequeñas semillas de esperanza, y hacerme sentir bien.

IV

Hoy ves a los padres algo más cansados que en anteriores consultas, pero la madre sigue mirando a Lucía con la misma sonrisa luminosa del primer día, y el padre, siempre un poco por detrás, como en un segundo plano, sigue mirando a ambas como si estuviera encantado.

Lucía tiene muchas incertidumbres por delante, es difícil predecir la evolución cuándo hay una malformación cerebral importante, y un “fenotipo anómalo”. Pero tiene suerte. Estos padres la van a proteger y ayudar todo lo posible y más. Por encima de todo, de sus dificultades, de las múltiples consultas con especialistas, de las cansadas y repetitivas sesiones de estimulación, estás convencido de que, por encima de todo, a Lucía la van a querer mucho.

27 LA ÚLTIMA CLASE

Roger Ruiz Moral

Médico de Familia – Profesor de la UFV

Dicen que los que van a morir rememoran su vida en un breve instante, es el momento donde afloran recuerdos perdidos que podrían dar sentido a una vida...Afortunadamente aún no me encuentro en ese trance, pero hoy tengo una sensación extraña, desde que salí de mi despacho para dar una clase a los alumnos internos de 6º. Al principio era como una sensación de irrealidad, algo así como si no fuese yo el que estaba dirigiéndose para dar esa clase, casi como si no fuese conmigo y eso que, habitualmente soy muy tiquismiquis con las clases y les doy muchas vueltas...Al entrar en el aula recuperé la “compostura”, la realidad...allí estaban (pues todas son mujeres excepto un varón), jaleosas, hablando de sus cosas, ajenas a mi persona y a mi clase, también ajenas a los estudios, alegres, despreocupadas, discuten se ríen incluso carcajean ¿de qué están hablando? Anécdotas de sus vidas, que tal vez no sean tan anécdotas, aunque a mí me lo parezcan. En la espera inicial breve, preparando la proyección primero, vuelve esa sensación que me difumina los comentarios de los alumnos, incluso sus presencias allí mismo se convierten en lejanos ruidos de fondo, entonces me doy cuenta, y es que hoy es mi última clase como profesor titular a alumnos de medicina. Ciertamente es un final, estoy ante un cierre de parte de mi vida que tal vez quería conscientemente omitir, pero que ahora ya no puedo, tampoco lo quiero, aunque, súbitamente esta consciencia me sobrecoge, y me aislo un poco más... Entonces, oigo el retumbar de mis pasos en la tarima mientras deambulo ensimismado, como esperando esa riada de recuerdos que van a pasar por mi mente en breves segundos trayéndome toda una vida docente en la universidad,...inútilmente, sólo veo el polvo blanco ausente de las tizas, algún proyector de diapos tragándose una, incluso el tomo de las “transparencias” que se te pegan en las manos y el enorme aparato para proyectarlas...parece gracioso y me rio solo, aun cuando ya muchos me miran como diciendo...¿y este? ¿a qué espera para empezar la clase?... pero yo no estoy, no quiero aún estar...

- *¿Qué os parece si esperamos cinco minutos a que terminen de llegar los que faltan?*

Es mi coartada para seguir buscando, esperando que esa película atrape mi mente y me revele algo. Sin embargo, mi hemisferio izquierdo me bombardea ¿qué he hecho? ¿para qué? ¿ha merecido la pena? ¿He sido coherente? ¿en qué me equivoqué? ¿obtuve algún logro? ¿influí en alguien? ¿pretencioso maestro? ¿profesor plasta? Pero es absurdo, no hay respuestas, tampoco imágenes de mi vida, más allá de esos relámpagos ,...aunque poco a poco me doy cuenta, que no solo siento ese polvo blanco, sino que huelo el aula, ese

retumbar en mis oídos de sus voces, el escalofrío del deslizarse una tiza que te rechina en los dientes,...entonces me veo desde arriba a mi mismo ahora en el frontal de la clase ante ellos y veo mi cuerpo, mi postura y enfoco a mi cara, parece tranquila y esto... me gusta, me relaja, ya está sólo eso...un hombre que parece estar delante de unos chicos para hablarles de algo, para compartir con ellos algo,...todo muy natural,...no hay más pero con eso me basta y me sobra.

Vamos a la última.

28 DESPEDIDAS

Blanca Sellés

Enfermera

Tenía 14 años cuando me lo ofrecieron por primera vez: Mira Lourdes, se coge así, ahora acerco el mechero y tú, chupa para dentro, es fácil...

Unas cuantas toses iniciales lograron lo que yo quería; pertenecer al grupo. ¡El sarampión de la adolescencia!

Casi 40 años fumando y que orgullosa estoy de haberlo dejado hace ya 3 meses, así, decidiéndolo de repente, sin ayudas especiales, solo porque he decidido que lo quiero dejar... y con la certeza, de que me he librado de poder tener “algo gordo”.

Al acabar la tarde el golpe de tos, tos que no había tenido siendo fumadora, fue altamente sorpresivo y atemorizador: ¡Estoy tosiendo sangre!

Tenía la sensación de que todo lo que me rodeaba estaba extrañamente alejado de mí. No encontraba en mi memoria ningún momento de la vida en la que el tiempo hubiera dejado de existir para, cuando te fijabas en él, comprobar que solo habían pasado minutos, horas, algún día quizá... Aunque mi sensación, desde el lunes, era que llevaba en mi cuerpo, en mi mente, y grabado en mis ojos, solo aquellas dos únicas palabras que el miedo o la propia negación me había permitido leer en ese informe tan altamente descriptivo y que tan cariñosamente me había dado la médica, que sin conocerme de nada tuvo el valor de darme la mala noticia con abrazo acogedor incluido: Carcinoma broncogénico .

¡Bendito abrazo!

Hay que quitar el pulmón entero, me soltó a boca jarro la neumóloga, no tan empática como la radióloga que me dio el diagnóstico; luego quimioterapia ,y controles posteriores hasta que pasen cinco años que serán espaciados.

¿Perdón, dice usted que me van a quitar el pulmón?

Sí, respondió ella. No hay otra opción.

Solo me quedé con una información: Me quitaban el pulmón. No había, discusión o alternativa... y me quedé tan asustada que dejé de respirar, por similitud orgánica con la situación.

No voy a darte un tratamiento que te haga sentirte honorable, ni Don ni Sr, solo tumor es tu nombre. Eres y estás en mí, pero no voy a alimentarte y dejar que

crezcas. No puedo, no quiero ni imaginarte, porque al hacerlo, siento que puedes sentirte más dueño de mi ser y aunque asumo que eres producto de mí, no quiero que estés.

Cuantas veces me había dicho a mí misma: “me ahogo”, “me ahogo”, sin saber que estabas hablando desde otros planos de mi cuerpo y de mi mente y yo no te escuchaba. No quería escuchar. No sabía escuchar.

Y comenzó el recorrido preoperatorio: pet-tac, análisis, broncoscopia, mediatinoscopia... pruebas que permitían saber si alguna parte de ti había comenzado algún recorrido por caminos no autorizados. Anestésias, despertares, sanitarios amables, empáticos y también antipáticos, tiesos, de todo ha habido, como las incontinencias urinarias en el sopor, de las que nadie te advierte y ante las cuales te sorprendes pidiendo que alguien te ayude a lavarte y poner ropa seca.

Empezando a aprender a pedir ayuda.

Seguí durante este tiempo intentando no alimentarte, escudriñe hasta la última célula buscando el significado de tu presencia, hasta llegar a razonamientos cuasi esotéricos que me permitían abordar mi preparación a tu despedida.

Dejaré que te vayas con la que ha sido tu casa hasta ahora, mi pulmón, desde el que yo inhalaba parte de mi vida y cantaba mi propia canción con las distintas notas que me fue enseñando: más graves, más agudos, con melodías mejor o peor entonadas, pero al fin y al cabo mías.

Habían pasado 3 meses desde el diagnóstico y te habías quedado estancado: ni un solo mm habías crecido. ¿Habrían sido todos los días trabajados, volcados en no alimentarte, los que habían logrado detener tu crecimiento?

Cuantas conversaciones conmigo misma, meditaciones, respiraciones, relajaciones; sin olvidar esos días, aislados, donde me tape la cabeza con la sábana mientras las lágrimas brotaban sin control al tiempo que surgía el NO en forma de grito queriendo que al gritarlo salieras por mi boca, queriendo que ese tiempo que dejó de existir al inicio de la historia, lo hiciera de forma definitiva y al hacerlo, me llevara con él...

Logré llegar a la antesala del quirófano con dignidad torera, como diría un amigo. Confiaba en el cirujano. Habíamos hablado y había respondido en las distintas consultas a todas las preguntas y dudas que tenía y cuando, en mi necesidad de controlar, preguntaba más allá de lo razonable, supo responder con un: ¡jeso déjame a mí, es mi trabajo!

Todo ha salido bien oí que me decía alguien, no sé quién fue. Note la presencia de mi querido compañero, mi amor de tantos años y de mi hijo. Cuanto amor y cuidado sentí desde el inicio cuando les dije a los dos: siento que todo irá bien

pero vuestro miedo y malos rollos os los tendréis que gestionar vosotros. Buscar ayuda si lo necesitáis, porque yo voy a dedicarme a mí misma.

¡Y vaya si lo hicieron!

Me habían puesto un catéter en la espalda a través del cual me administraban calmantes. Pensé que era lo más razonable del mundo. No tener dolor o al menos que este fuera tolerable era lo esperado por alguien que pasa por semejante experiencia traumática.

Tras la retirada del catéter comenzó el horror:

Yo ponía en práctica mis conocimientos de control de dolor, respiraciones, relajaciones, visualizaciones, pero el lobo mordía y rasgaba sin piedad. De 0 a 10, no lograba bajar de 7/8.

No puede ser, estoy en un hospital, seguro que algo pueden hacer, ¿no?

Si intentaba levantarme me surgía tal dolor, sudoración que no podía dar más de cuatro pasos...

-¡Dios mío! -le dejé a mi compañero de vida, que se mantenía noche tras noche a la cabecera de mi cama- abre la ventana. Me tiro, no será peor que el dolor que estoy teniendo.

Por la mañana agotada ya, se abrió la puerta entrando en la habitación el residente médico con el jefe de servicio, que había acompañado en la cirugía a mi cirujano principal.

-Esta paciente –comenzó el residente- colabora poco, no quiere andar.

No sé de dónde saqué las fuerzas, pero exploté: -Perdone. Esta paciente colaborará cuando usted o a quien le corresponda ejerza de médico y me ayude a controlar este dolor insoportable. Esa es su obligación. Y luego, hablamos de mi colaboración.

Intuyo los hilos que se movieron. Por la tarde, pude caminar por el pasillo, cruzándome por cierto con el médico residente al cual miré y con una sonrisa le dije: -Doctor mire como colaboro ...

El resto de los días no fueron mucho mejores, eso quedará para otro momento.

Feliz cuando llegué a casa y mi médico de familia me pautó una analgesia sensata, razonable, que me permitió empezar a pensar en el tratamiento y la recuperación. Así sí.

Soy enfermera.

29 CUANDO LA SEMILLA GERMINA. LOS REGALOS DE MI HIJA. “UNA HISTORIA VERDADERA”

Ana Sobrino

Médica de Familia

“Cuando hablo de mi hablo de todos” F Fellini

Cuando naciste, me pareciste el ser más bello del Universo, y no era pasión de madre, era esa intoxicación oxitocínica que tiñe nuestra mirada con la “objetividad” de observar a alguien único, resultado de un azar tan inquietante, que asusta a la vez que atrae, con un magnetismo más fuerte que cualquier fuerza gravitatoria existente en la naturaleza.

Creciste, disfruté de ti como mejor supe, todo lo que pude, entre momentos de ternura infinita, como cuando te aferrabas a mi pecho para succionar ese líquido blanco que salía de mí y te alimentaba, instantes que aprovechaba para olerte, mirarte, decirte cosas, cantarte las bellas canciones, algunas nuevas, inventadas sobre la marcha, otras, aquellas que había escuchado a mis padres y abuelos susurrar a su hijos, y momentos en que absorta por las responsabilidades familiares y las de mi trabajo como médico sentía que defraudaba tus anhelos de estar conmigo.

Ser madre...Que reto tan difícil...que apasionante...si, porque sin pasión, sin arriesgarse, sin lanzarse a la incertidumbre vital, sin un trance amoroso, sin un secuestro erótico intenso, desde luego, yo no lo habría sido nunca, sin embargo ganaron las ganas de conocer, sentir, hacer vida, cuidar, amar, comprometerse con las personitas que salen de ti y de quien con su semilla te ayuda a conseguirlo, de seguir en esta vida, con los pies en la tierra, porque, hija ...si yo no hubiera tenido hijos, ten por seguro que ahora estaría flotando en la inmensidad de disquisiciones filosófico- intelectuales que, seamos sinceros, me tendrían en la luna...bueno un poco más, creo yo, de lo que ya estoy ahora...

Varias experiencias de muerte y enfermedades graves de la familia afianzaron nuestra creencia de que la muerte nos acompaña cada día, va con nosotros, con todos, sabes que creo que hay que tenerla presente, sin morbo, para poder disfrutar de cada instante que nos brinda la vida, lo habíamos aprendido de la sabiduría de los seres que perdimos y a los que cuidamos y del pueblo de donde procedíamos, en el que se trataba a la muerte y el duelo como parte de la propia existencia, sin alejar a los niños de la naturalidad de su presencia como parte de la vida y que esto, con el debido apoyo, lo sabes bien, genera personas más alegres, compasivas y fuertes.

Recuerdo vivamente cuando estaba inmersa en un proyecto docente, un curso de Comunicación Clínica, me encargaron redactar un montón de preguntas de evaluación en español, tenía que ver repetidamente los videos del Dr Buckman, uno de los grandes referentes mundiales en enseñar a los médicos a dar Malas Noticias, tu hermano y tu merodeabais a mi alrededor, erais pequeños, me persuadíais para que lo dejara con un: “ Mamá, deja ya a ese señor tan raro” y me fuera a jugar con vosotros, cosa que hacía rápidamente sin rechistar, así, junto a los encuentros y sobremesas con Roger, Juanjo, Francesc, Marta, Mercedes, Ronald... “mamaste” la comunicación clínica

Al terminar tu carrera de Medicina, tuve el placer de disfrutar de ti como alumna, en un seminario sobre malas noticias y relaciones difíciles, mis temas, supuso el primero de los muchos regalos profesionales que me hiciste.

Después elegiste en el MIR un gran hospital para hacer la especialidad de Cardiología, durante el primer año de residencia, cuando me pediste un curso básico de comunicación clínica, con tus compañeros R1, así lo hice, el segundo regalo para mí.

Más tarde, ya adjunta en tu Unidad, insistías, cuando te visitaba, en que te acompañara a tus guardias: “mamá, como me gustaría que me vieras trabajar, aproveché el mes de formación de que disponíamos los tutores, pase allí una semana observándolo todo, tu entorno laboral, tu hacer, tus relaciones, disfrutando de ver a mi “pequeña” desenvolverse con soltura en aquél mundo tan complejo para mí, el tercer regalo.

Como tu trabajabas en una UCI, te encargaron coordinarla para Covid19 en tu hospital, mientras yo peleaba con mis operaciones y quimioterapia confinada acompañada de toda la humanidad, tuviste que enfrentarte como el resto de nuestros colegas sanitarios, con el miedo, el estudio voraz contra reloj, el aislamiento, la escasez de medios, la reorganización de los servicios y la lejanía de tu familia en estas circunstancias personales, muchas horas de insomnio y angustia te acompañaron.

Nos llamabas por la mañana para contarnos, a veces llorando, lo que estaba suponiendo todo esto para ti, como los pacientes morían sin que sus familiares les consolaran y despidieran, como teníais que suplir eso con vuestra humanidad, en tu caso sumado al no poder estar conmigo durante mi tratamiento. ¡Cuánto debiste sufrir! ¡Con qué coraje lo asumisteis todos!

Pero hija, para nosotros era un privilegio poder escucharte, aliviarte, preocupados de que claudicarás debido a la exigencia de la situación, te recomendábamos consultar con las Unidades de Salud Mental, que por aquel entonces se focalizaron en el apoyo a los equipos de primera línea, pero, nos

decías: “mamá, a mi lo que más me consuela y ayuda es hablar con vosotros”, tu cuarto regalo.

Volvimos a vernos y llegó el quinto regalo, a raíz de un caso que atendiste en la UCI, tu forma de abordar la comunicación durante el proceso de limitación del esfuerzo terapéutico llamó la atención de tus superiores que preguntaron preguntarte: ¿dónde habías aprendido todo eso?,: “Lo aprendí de mi madre y de su grupo”, respondiste, esto hizo que me invitaran a dar una sesión sobre comunicación a vuestro Instituto, acepté, porque tu querías que lo hiciera.

Entre los asistentes había médicos de otros países, me invitaron después a realizar allí un curso de comunicación. El sexto regalo...y continuas ahora con el desarrollo de un proyecto de comunicación clínica, con nuestro grupo en tu ciudad para la formación de cardiólogos, el octavo.

Es un Honor hija. Muchas Gracias por darme lo mejor de mi vida, el mejor regalo... Tú.

30 MIS INICIOS EN LAS DESPEDIDAS

Sara Pascual

Médica residente de Medicina de Familia

El primer adiós consciente y doloroso me pilló en plena adolescencia. Lejos de pensar en un futuro como médica y lejos de pensar en que la muerte podía suceder cerca de mí.

Comenzó con mucho dolor, sin comprender ninguna de las señales de mi alrededor y sin poder responderlas con la tranquilidad y la reflexión que me hubiese gustado.

Recuerdo esa noche, en que te apagabas y el dolor te agarraba a la vida. Recuerdo esas escaleras y tus gritos abajo, tu mirada perdida, tu mirada incomprendida más lejos que cerca, pero abrazando mi mano. Esa mandíbula caída, como tu cama, en la planta baja. Y tu mirada hacia arriba, hacia donde yo también miraba, pensando en las posibilidades del futuro y del amor.

Idealizaba un amor que no existía, mientras perdía uno de los más reales de mi vida.

Despedir con calma, no supe hacerlo.

Era adolescente y mi egocentrismo no me permitía orientarme sin nebulosas.

Ante tu silencio, tu calma, tu falta de fuerzas, tu tranquilidad y tu ausencia, no se me ocurrió otra cosa que preguntarte si me querías.

Tu ausencia progresiva me hacía necesitar reafirmar tu amor. Ese que he buscado en los momentos que más me arrastraba al fondo y me hacía sentir a salvo.

Me contestaste que más que a tu vida.

Esa que se terminaba en esa cama, en ese cuarto con esa ventana hacia un árbol frondoso, donde se apoyaban las aves con sus trinos mañaneros que te despertaron a ti y a tu madre, a ti y al abuelo, a ti y a tus hijos, a ti y a tus nietos.

En esa casa en la que debiste sufrir en silencio y soledad. En la que nunca te vi, sufrir en silencio y soledad.

Te pensé a muchos km, mientras miraba la luz de la luna, sola. Sin atreverme a llorar con nadie, más que conmigo misma.

El dolor de la muerte me produjo soledad.

La luna tan sola, pero tan brillante, tan constante, mirándome solo a mí, me recordó a ti.

Tenía que ubicarte en algún sitio, no nos habíamos dicho adiós. Te ubiqué en la luna.

Y te mandaba preguntas sobre la vida y la muerte: ¿Qué se siente cuando llega el final? ¿Salen lágrimas? ¿Salen suspiros? Te sentiste ¿bien? ¿Se espera como se esperan al resto de etapas de la vida?

En ese momento no lo sabía, pero fue la primera experiencia que después me serviría en situaciones similares en las que en vez de ser la que lloraba y se hacía preguntas, era la que acompañaba e intentaba resolver las dudas.

Aprendí sobre qué eran los cuidados paliativos a domicilio, sobre la importancia y la tranquilidad de mi abuela al ser su médica “de toda la vida” la que le acompañó y le resolvió las dudas.

Aprendí sobre la importancia del acompañamiento, aunque sea en silencio; la importancia de las despedidas y la de despedirse sin dolor.

Supongo que en ocasiones lo académico se queda corto, y surgen nuestras experiencias (incluidas de la infancia) para darnos herramientas que nos ayuden a acompañar y dar una mejor atención a nuestras pacientes.

Aquellas reflexiones al inicio de la adolescencia cargadas de emoción me siguen apareciendo en ocasiones. Se me plantean dudas similares, que sigo buscando dónde resolver.

Pero el tiempo y la práctica médica me están enseñando que la incertidumbre nunca abandona pero que la comunicación y la empatía muchas veces la diluyen.

31 LAS CINCO MENOS CINCO

José Ignacio Torres

Médico de Familia

Común a todos los hombres es el equivocarse; pero una vez cometido el error, no es irreflexivo ni infeliz aquel varón que, habiendo caído en el mal, lo remedia y no es inconvencible.

Antígona. Sófocles

Equivocarse es humano. Los médicos sabemos mucho de eso, especialmente los médicos de familia que siempre estamos rodeados de incertidumbre.

Pero a veces, los errores pueden tener consecuencias graves para la vida y la salud de los demás. Y también para nosotros mismos.

En aquellos tiempos, cuando llevaba pocos años en la ciudad de Burgos nuestro Centro de Salud cerraba a las cinco y sólo quedaban hasta esa hora un profesional administrativo y un médico.

Aquel día, a las cinco menos cinco, cuando ya estábamos preparándonos para marcharnos y con el abrigo puesto sonó el teléfono de un modo insistente y prolongado de manera que no hubo más remedio que descolgarlo y asumir una posible visita a domicilio.

Expectante ante la conversación que el celador mantenía con el interlocutor y viendo que se estaba prolongando más de lo deseable puse cara de querer saber lo que estaba pasando.

Con un gesto aburrido y huraño a la vez, Antonio depositó el papel en mi mano mientras me comentaba que se trataba de un tipo joven mareado. Y, en un tono airado como si fuese el quien tuviese que caminar hasta esa casa un poco lejana del Centro de Salud se quejó:

-Mira tú, a estas horas, tienen que tocarnos las narices por un mareo. Además, parecía de fuera. Se le entendía bastante mal. ¡Hasta esta ciudad de provincias donde siempre hace frío han llegado los extranjeros! –

Quitando importancia a los comentarios de Antonio tomé el papel manuscrito con la dirección y me encaminé hacia la calle de donde provenía el problema de salud.

Entonces no había móviles y Antonio había cerrado a toda prisa la puerta sin preguntar nada más, así que en casa no sabrían que iba a llegar tarde y que no podría pasarme por el colegio de los niños como otros jueves. Confiaba en que su madre se diera cuenta de que estaba de guardia hasta las cinco.

Las personas tomamos decisiones en función de nuestras emociones. Y yo, por las circunstancias me sentía contrariado, e incluso, un poco enfadado porque mis planes se habían frustrado.

No podía quitarme de la cabeza las palabras de Antonio. Tenía razón. Ya era mala suerte una llamada a esa hora cuando cinco minutos después no hubiésemos respondido.

Mientras recorría las calles me iba atrapando una sensación de malestar en espiral hasta que de pronto me di cuenta de que acababa de llegar a la puerta del domicilio.

Escruté el aspecto de la casa, fijándome en la puerta oxidada de aquel lugar. Allí estaba por fin. Comprobaría de que tipo de mareo me hablaba Antonio.

Pulsé el timbre del telefonillo y contestó un sonido gutural que me abrió la puerta metálica del portal.

Arriba, en el cuarto piso, letra B, la puerta estaba abierta. Lo recuerdo como si fuese ayer.

Confundido, llamé por su nombre al paciente desde el descansillo y una voz de ultratumba me invitó a pasar y cerrar la puerta.

Tras recorrer un breve pasillo desnudo, llegué por fin a un dormitorio con los muebles justos y en desorden, en el que el paciente “extranjero” estaba en la cama tumbado.

Lanzando una mirada rápida pero atenta, con la intención de registrar en mi mente todos los datos en el menor tiempo posible, tomé conciencia de que aquel que me había llamado estaba solo, en un piso medio vacío, muy posiblemente de alquiler, y sin capacidad para ponerse en pie.

Intenté interrogarle sobre sus síntomas, pero sus respuestas en un perfecto inglés eran confusas hasta el punto de que solo pude entender que era chipriota y que se encontraba fatal.

Probé a tomarle el pulso y conocer la cifra de su tensión arterial, pero todo fue en vano.

Estaba ante un hombre joven, pálido, algo sudoroso, con dificultades para hablar y moverse al que no era capaz de encontrarle el pulso ni la tensión arterial.

Me dije, mientras el miedo se apoderaba progresivamente de mí, que era necesario llamar a una ambulancia rápidamente porque la vida de ese hombre corría peligro.

Fueron minutos angustiosos, eternos, porque no podía hacer nada más hasta que llegaron ellos, siempre seguros de sí mismos, le pusieron una vía intravenosa y se llevaron al enfermo al hospital a toda prisa.

Bajé las escaleras con una parsimonia impropia en mí y caminé despacio hasta mi casa, porque el coche estaba en el taller, con una sensación de borrachera, como si me hubieran golpeado una y otra vez en un ring al que nunca me había subido.

El temor de haber llegado tarde me acompañó hasta el día siguiente, cuando de labios de la médico residente supe que le habían operado de un aneurisma de aorta abdominal que se había roto y que estaba fuera de peligro. Le habían salvado la vida. La cirugía otra vez salió triunfadora ante una muerte segura.

En ese momento sentí un gran alivio y me alegré de que el teléfono hubiese sonado ayer en nuestro Centro de Salud cinco minutos antes de que dieran las cinco.

Le dije a Irene, la médico residente mirándole fijamente con la intención de captar toda su atención:

-Sabes. Prejuizar lo que puede suceder es la principal fuente de error de los médicos. Nunca debemos fiarnos de los comentarios de los demás y de las emociones que nos generan. Hacernos conscientes de nuestros propios sentimientos es imprescindible antes de tomar decisiones con los pacientes. Hoy lo he aprendido gracias a un joven chipriota-

32 CLARA YA NO ESTÁ SOLA

José Vizcaíno

Médico de Familia - Profesor de la UAM

Fernando, ¿cómo vas a querer la tortilla, de uno o de dos huevos?... Fernando por favor, que te estoy preguntando... ¿Tanto te costaría echarme una mano? No, si ya me lo temía, te lo hago de dos huevos y que sea lo que Dios quiera. Al fin y al cabo, desde que has vuelto no entiendo tu actitud, sentado en el sillón, sin decir palabra, como un pasmarote, como si no fuera contigo. Pues que sepas que tu hijo Alfonso está en la cárcel, si, en la cárcel de Aranjuez... los porros, los malditos porros que nos han quitado a nuestro hijo... Pobrecito Alfonso. Y tú, ¿qué tienes que decir? Ya, ya sé que lo sabes, y... ¿Nada? ¡¡¡Pero por favor, Fernando que es tu hijo!!! Reacciona. El otro día hablé con él por tño. y me dijo que le mandara dinero, no sé yo... dice que ya lo ha dejado todo, que es otra persona, pero no me fío. Allí hay muy mala gente, y Alfonso, ya lo conoces, se deja llevar por cualquiera. Por cierto, le dije que habías vuelto y se quedó callado... le dije ¡¡¡PERO HIJO MÍO QUE ES TU PADRE!!!! Otro que tal baila, pues tampoco me dijo nada, aunque creo que se emocionó porque me pareció escuchar un sollozo, Mi Alfonso, que buen hijo. En un rato nos llama y te vas a poner, tienes que hablar con él. Por cierto, esta mañana me cruce por la escalera con Auri, la del cuarto, ya sabes lo cotilla que es. Me paró y me comentaba no sé qué cosa del hijo de la Juana, yo le dije que tenía prisa porque me estabas esperando para comer y me preguntó si habías vuelto, como sorprendida. Pues claro, yo sabía que ibas a volver, si es que no era normal la manera en la que te habías ido, no era normal. Mira, ya suena el teléfono, es Alfonso, te lo dije Fernando, ¡¡¡Alfonso hijo de mi vida!!!!, ¿cómo estás hijo mío?, ¿te estás portando bien?, si, ya lo sé, bueno no sé yo, algo te mandaré, pero... ¿seguro que no es para porros verdad? Mira Alfonso, te voy a pasar a tu padre que lo tengo aquí en la sala, ¿qué? Pero no digas tonterías hijo mío, ¿Cómo va a ser?, no digas tonterías, si te está escuchando, anda calla y calla de una vez que de verdad... Fernando, ¿te lo vas a creer?, que dice tu hijo que no puedes estar ahí, porque estás muerto. Si es que los porros son muy malos, o sea que los habías dejado ¿no?, como que tu madre es tonta, bueno pues nada, otro día hablas con él. Adiós, adiós, Fernando a cenar que se enfría la tortilla y después no vale nada...

