

### Te puede tocar a ti

Albert Jovell

Presidente del Foro Español de Pacientes

■ Hay quien dice que las enfermedades no hablan. Es posible que sea así, pero lo que sí es cierto es que sentirse, se sienten. ¡Vaya si se sienten! En todas las enfermedades, uno de los principales sentimientos es el miedo. Es pegajoso. Es una especie de tortura que hace que uno esté en un estado de permanente inquietud. Igual que estaban los prisioneros en los campos de concentración nazis. Con la diferencia de que los prisioneros solían estar con otros prisioneros. En cambio, el enfermo está solo. Los hay que tras la inquietud sienten la derrota. Incluso hay personas que en esa inmensa soledad que supone la enfermedad llegan a pensar que están penando por alguna mala acción o pensamiento. Llegan a aceptarla como algo merecido. Y es que al miedo –quizá sería mejor llamarlo pánico– se unen la inseguridad y la pérdida de confianza en uno mismo.

Así, aparte de lo que se puede apreciar en un escáner, una resonancia o cualquier otra prueba diagnóstica, ese paciente que entre en la consulta, después de esperar un buen rato en una sala de espera con otros pacientes como él, padece soledad, miedo, pánico, autoestima baja, ansiedad y depresión. Es obvio que tanta complejidad no se puede lidiar en una visita de 10 minutos. Entre otras cosas, porque los síntomas que he descrito no se pueden percibir a simple vista. Ese paciente es prisionero de su enfermedad. Y, como todos los prisioneros, se siente derrotado. Aunque lo veas vestido, está desnudo. Simplemente, a fuerza de fingir lo que no es fácil de medir, se presenta delante de ti vestido con pulcritud. Si está incómodo, es que aún mantiene el espíritu de lucha. Si está con la cabeza gacha y poco hablador, ya ha tirado la toalla. Si quieras saber qué necesita, sólo has de preguntarte a ti mismo qué es lo que necesitarías tú si estuvieras en su lugar. Porque la profesión médica consiste en eso: en ver reflejado en tu paciente un estado que el azar o la genética te ha librado momentáneamente de padecer. Pero, tarde o temprano, los seres humanos vivos se tienen que enfrentar a ese estado, y el hecho de ser médico debería proporcionar un mayor conocimiento de lo que esa persona necesita de ti. Lamentablemente, no

tienes solución para todos sus males, pero, y así son las cosas, los enfermos se suelen conformar con muy poco. La sensación de fragilidad y vulnerabilidad es tan grande, que una mirada amable, una cierta serenidad, un gesto cariñoso y una esperanza razonable, le pueden ser de gran ayuda. No se trata de darle falsas esperanzas ni de abrazarle como si fuera un ser querido; simplemente, se trata de que le mires a los ojos, le escuches atentamente, no expreses sensación de prisa, le expliques bien las cosas y te vea sereno. Llámale por su nombre. Has de trascender a la bata blanca que llevas puesta. ¿Sabes que hay oncólogos que cuando pasan visita se quitan la bata y ponen la mesa a un lado? Quieren que el paciente los perciba como uno de los suyos.

*«A esta profesión hay que entrar con entusiasmo, y para ello se necesitan profesionales que transmitan ilusión, compartan valores y sean buenos mentores o tutores»*

Ya sé que es duro ver enfermos graves todos los días, pero aún es más duro padecer la enfermedad. Estás ejerciendo la profesión que has elegido, y mejorarla está más en tus manos y en la de tus colegas que en las de los propios enfermos. Bastante tienen ellos con soportar el peso de la enfermedad. También

comprendo que sea frustrante no poder ofrecerles soluciones terapéuticas, pero piensa que estar contigo puede ser para ellos la «solución terapéutica del día». Si te es difícil estar con ellos, si no eres capaz de ser amable, si no transmites serenidad, si te pesa la situación, quizás no estás en buena forma y deberías dejarlo una temporada. La medicina siempre ha sido una profesión dura, que exige dedicación y sacrificios. No va a cambiar. Si no lo ves claro, no transmitas tu angustia y tus frustraciones a los médicos recién licenciados. A esta profesión hay que entrar con entusiasmo, y para ello se necesitan profesionales que transmitan ilusión, compartan valores y sean buenos mentores o tutores. Viendo cómo tratas a tus pacientes nos estarás enseñando cómo quieras que te traten cuando estés enfermo. Y, para los enfermos, alguien como tú es lo más importante. Eso es lo que convierte esta profesión en excepcional. 

Correspondencia: sietedm@edicionesmayo.es