

# XXIX CONGRESO COMUNICACIÓN SALUD

10 - 13  
Octubre 2mil18

“EL CAMINO ES COMUNICARTE”

Monasterio  
San Martín Pinario  
Santiago de  
Compostela

LIBRO DE RELATOS

ORGANIZAN:



SOCIEDAD  
FEDERADA  
ANFITRIONA:



COLABORAN:



## ÍNDICE

PISCINAS VACÍAS.....	2
LOS AGUJEROS DE SU VOZ .....	4
SANDALIAS Y PARAGUAS .....	7
CORAZÓN DOENTE .....	8
ELISA, PUNTO FINAL .....	10
PEDACITO.....	12
REFLEXIONANDO SOBRE LA VOCATIO.....	16
CAPERUCITA Y LA CRISIS DEL LOBITO .....	19
LA ÚLTIMA CORDADA.....	24
EXPLÍCAME. CUÉNTAME. NO ESTÁS SOLA. ....	27
NOCHE OSCURA.....	31
EL RELATO, LA MEDICINA QUE LOS PACIENTES NOS ENSEÑAN.....	34

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
 Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
 Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
 congresos@semfyc.es

## PISCINAS VACÍAS

Bajamos del coche. Tuve que entrecerrar los ojos porque me sorprendió un sol inusual de un abril en el norte. En la finca de enfrente un caballo nos miraba tranquilo. Su silueta recortaba la única nube en el horizonte, que parecía dibujada por un niño de primaria. Saqué el móvil y le hice una foto. Nos acercamos a la puerta y dos perros empezaron a ladrar. Creo que eran dos bóxers pero no entiendo de razas (ni siquiera de perros). Noté que el médico se ponía algo tenso por cómo agarró más fuerte el maletín y esperamos los tres en la verja a que salieran a buscarnos.

- Le dan miedo- pensé. Carmen salió y los perros corrieron hacia ella dejando de ladrar.  
- ¡Buenos días! Pasad, que no hacen nada... – dijo Carmen sujetándolos mientras cruzábamos el porche.- Está en el sofá, hace días que no levanta ni las persianas...

La seguimos hasta el salón. Era una habitación cálida, con una mesa de comedor grande, de las de comer con cuchara y bullicio los domingos. Decoración sencilla. Había una tele con una pantalla plana que desentonaba con el aire rústico del resto de la casa, y que a todas luces había sido la última adquisición de la familia. Dos sofás, el más grande nos daba la espalda. Parecía acogedor, pero todo estaba bajo una penumbra inconcebible un día de sol como ese. Era por las persianas. Estaban bajadas.

-¿Qué venís, a despediros?- La primera en la frente. Una voz pausada que sonaba más a certeza que a pregunta. Rodeamos el sofá y conocí a Manuel, que ni se inmutó bajo las mantas con nuestra llegada.

- ¡Hombre Manuel, pero si te has dejado barba! Estás guapo.- saludó el médico mientras se sentaba en el trozo de tresillo libre y le daba unas palmadas en la pierna. Carmen y la enfermera se quedaron de pie, yo me senté en el sofá que quedaba libre.

- Encima... ¡no le digas eso! No está guapo, está desaliñado... dile que se afeite que no tiene edad para ir con esas pintas.- Carmen le riñó sonriendo. No había compasión en sus ojos. Eso me gustó.

- Qué más da. Ya no voy a ir a ningún sitio.- Manuel parpadeó fastidiado porque la enfermera había decidido subir todas las persianas. Miré por la ventana. Tenían una piscina vacía en el jardín, cubierta de hojarasca. Seguía tumbado, la manta de cuadros solo le dejaba al descubierto la cabeza y me pareció que tenía demasiadas arrugas para estar rondando sólo los sesenta. Es verdad, la barba no le quedaba mal, al menos disimulaba que casi no había carne bajo la piel.

- ¿Qué tal estás? ¿Tienes algún dolor?- Un movimiento lento de cabeza como negativa.

- ¿Y fatiga?- No. -¿Algún síntoma nuevo?- Otra negativa.

Carmen volvió a la carga – Pues algo le pasa, el fin de semana pasado no paramos... estuvimos en casa de unos amigos y luego fuimos hasta la plaza, y ahora no hay quien le haga quitarse el pijama... que dice que ya se le acabó, que se va a morir y de ahí no lo sacamos.

- Venga, siéntate y déjanos explorarte por lo menos, que hoy vengo con una residente y algo tendrá que aprender.- Manuel me miró por primera vez, sin juzgar mi presencia. Se volvió hacia el televisor apagado como respuesta.

- ¿Ya te has rendido?- y la pregunta del médico sonó sin signos de interrogación. Contestó un silencio.

- ¿Viste ayer el partido? ¡Vaya robo! – rompió el silencio el médico señalando la tele.

- Normal, con ese árbitro... ¡claro que lo vi, no me pierdo ni uno! - suspiró y comenzó a incorporarse. Al dejar caer las mantas me sorprendió que no abultara casi nada. Había más bata que carne en Manuel. Se sentó, estiró el brazo y cogió de la mesa un paquete de tabaco. Lentamente, como el que no tiene prisa porque tampoco tiene tiempo. Sacó un cigarrillo y lo encendió. Puso el mechero junto a un cenicero de barro lleno de colillas, todas de esa mañana. Una calada y el humo empezó a flotar, con algo más, en aquella habitación. Carmen, el médico y yo lo mirábamos divertidos. Pero la enfermera lo miraba de otra forma. Creo que era la única que creía en Dios entre aquellas cuatro paredes.

- ¿Veré el mundial de Qatar?- la preguntaba sonaba a últimas voluntades.

- No. El de Qatar no.- el médico sonrió cómplice- Pero ya está ahí la final de Rusia.- se notaba que se conocían desde hace tiempo, que eran más que un médico y un paciente. No había conspiración del silencio y la franqueza consiguió que Manuel también sonriera, por primera vez en el día.

- Venga vamos a explorarte.- Tensión, glucemia, inspección, palpación, auscultación. Nada nuevo. Después de una conversación sobre el tiempo, el fútbol y los vecinos metimos todo en los maletines y nos despedimos con la orden de que tenía que llenar la piscina para el verano.

- Nos vemos la semana que viene, Manuel.

- ¡Qué pesado! Como quieras...- dijo chascando la lengua. Pero yo escuché un ‘gracias’. Su mujer nos acompañó a la puerta.

-Carmen, ¿y tú qué tal estás?- preguntó el médico mientras la agarraba con cariño por el hombro.

- Hago lo que puedo...- y los ojos se le llenaron de lágrimas mientras trataba de sujetar a los perros. Se giró para volver dentro, zanjando la conversación.

- Nos vemos la semana que viene a la misma hora.- prometió el médico.

- Adiós.- Hasta luego.- Hasta luego.

Cruzamos la verja y me fijé en que el caballo ya no estaba.

-Quizá no has aprendido mucho de medicina con esta visita...- me dijo arrancando el coche.

En realidad, me lo había enseñado todo. Pasamos por delante de la casa y los perros empezaron a ladrar.

**Sara Yebra Delgado**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13 - 08002 - Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## LOS AGUJEROS DE SU VOZ

Érase una vez una consulta. Bueno, en realidad, érase varias veces una consulta.

Érase un médico. Especialista. Hospitalario.

Érase un médico especialista hospitalario.

Érase un trastorno de la personalidad no diagnosticado.

Érase la ausencia de empatía absoluta.

Érase un contacto ocular incómodo.

Érase ninguna explicación en la distancia.

Érase un sobrediagnóstico de fibromialgia –de hecho, érase 18 de 18 puntos gatillo apuñalados dolorosos–.

Érase, mis lectores, un reumatólogo.

La consulta, no se crean, es una consulta al uso, mesacéntrica y bisillal, ordenadordependiente y auxiliarmarginada. Sin ostentividad alguna más allá de los pósteres de barcos que de sus paredes cuelgan. Hace algo de frío, eso sí. Tal vez por el aire acondicionado de los 90, que ya renquea en la vomitera de frigorías, o tal vez por la poca calidez que transmite nuestro especialista. Hospitalario.

“¿Dolores?”, pregunta al aire mientras entra Dolores. “Sí”, responde la paciente. Una mano lánguida se extiende hacia Dolores, que la estrecha con una sonrisa nerviosa sin recibir apretón consonante. Entiéndanla: Después de meses, su médica la ha mandado a alguien que pondrá fin a sus dolores. Ese alguien que estudia con ahínco la hoja de derivación –“paciente mujer de 56 años con dolores inespecíficos no achacables a causa orgánica”– y que aún no conoce su cara.

“¿Qué edad tiene, Dolores?”, pregunta en tanto escudriña ahora la analítica sin pasar por Dolores.

“Siéntese, siéntese, Dolores”. Genuflexión oxidada de Dolores. “¿A qué se dedica, Dolores?”.

Envasadora. Es envasadora. “¿Y qué tratamiento está tomando? ¿El enalapril lo está tomando? ¿Sí? ¿Y el lorazepam lo está tomando? ¿Sí? ¿Y el citalopram lo está tomando, Dolores?”

¿Sí? ¿Y el paracetamol lo toma? ¿Sí? Y el tramadol también, ¿no?”. No, el tramadol no lo estoy tomando. “Sí, el tramadol también”. Que no, que el tramadol no lo tomo. “Sí, sí lo toma que lo pone aquí”, señala con la mirada la hoja de derivación. “Y la simvastatina, ¿no?”. “Sí, eso también”.

Verán, nuestro reumatólogo es un verdadero portento del conocimiento reumatológico. Sabe. Sabe mucho. Y cuando uno sabe tanto, debe ordenar y clasificar tanta sabiduría, en compartimentos estancos y estanterías neuronales perfectamente estructuradas y apuntaladas a su cráneo. Es frecuente, describe la literatura, que tanto afán de orden interno circule axonalmente cual zóster hacia el exterior y se contagie al entorno del ordenado. El reumatólogo sigue un procedimiento. Un riguroso protocolo axiomático incorregible, más bien. En su doblar milimétrico de las carpetas, en su colocación de las hojas en el espacio de la mesa, en el recortar los bordes de aquellas hojas que exceden

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

el tamaño de un folio... Y en su historia. “Yo uso autotextos”, alardea orgulloso. Para aquellos que no sean usuarios del procesador de textos, les traduzco: “Yo hago la entrevista clínica más dirigida jamás imaginada. Todo aquello que no entra en mis frases prediseñadas es repreguntado hasta que encaja”.

Pese a ello, Dolores consigue hacer voz en su historia, obviar el taladrante pájaro carpintero de quien reconduce su entrevista a “¿depresión o tristeza?” buscando un escueto sí. Dolores nada entre preguntas y se apoya en el momento en que nuestro doctor se para a escribir para sacar la cabeza y respirar. Dolores tiene tristeza y ansiedad, mucha. Porque derivado de un problema familiar, de su madre con Alzheimer, la tensión en su casa había crecido. Hasta el punto de que su propio hermano llegó a agredirla. “Ya está denunciado”, nos dice, inundadas voz y mejillas, como si ya estuviese cerrada la herida y solo fuesen de cicatriz sus lágrimas. Se limpia avergonzada con un pañuelo. “¿Se levanta que la explore?”.

En el riguroso protocolo axiomático incorregible, la exploración cabe también de forma ordenada, convirtiéndose en una coreografía entre dos personas que interpretan la automaticidad –el uno– y la pasividad –la otra–. Un baile en que el dolor de una persona dolorida que consulta por dolor pasa a ser un daño colateral sin importancia de doblar una rodilla o una cadera hasta desencajar sus ejes repetidas ocasiones –por la duda de significado ante el significante “¡ay!”–.

El primer punto de esa exploración es mirar los ojos. Ojo: No mirar A los ojos. De hecho, “mire usted este dedo”, distractor de sus pupilas, vayan a chocarse con las mías. “Tiene los ojos muy rojos”, dice el reumatólogo. “Mucha lágrima. ¿Tiene alergia?”.

Tras esta orquesta del vocativo, Dolores recibe su diagnóstico de fibromialgia. No podía ser otro. La fibromialgia es una enfermedad frecuentísima, con una prevalencia del 2,4% en España (EPISER, 2000), y del 95% en esta consulta (Ramírez, 2018), como diagnóstico principal o como acompañante del de “Artrosis grado IV de medio cuerpo”, con o sin puntos gatillo positivos o con rasgos claramente definitorios como “dolor al apuñalamiento de la planta del pie” o “equímosis espontáneas”. Y como tratamiento, además de la amplia gama de psicofármacos, una hoja con consejos de su puño y letra como “evite ser perfeccionista”.

Y entonces Dolores quiere saber si sus dolores cesarán. Quiere un pronóstico. Quiere que ese médico tan especialista tan hospitalario le diga que se va a curar. “Pues verá, Dolores, hay gente que con el tratamiento va muy bien y se recupera bastante y hay gente que va muy mal, muy mal y se suicida de tanto dolor”. Nota: érase una vez una historia verídica.

Verán, el contacto ocular es importante. Por ejemplo, la duración de una mirada mantenida puede indicarnos el grado de confianza, agresividad o timidez de un paciente. El número de parpadeos, puede hablarnos de la certeza del discurso o de una conjuntivitis. Y la altura... La altura puede evitarnos lo que le pasó a nuestro reumatólogo: “Uy, artritis reumatoide... A ver si hay suerte y es otra fibromialgia”, me dice frotándose las manos ante una nueva paciente derivada. “Mari Carmen, ¿no?”.

Mari Carmen entra asintiendo en la consulta. Léntamente. “Siéntese, siéntese”. Se hace el silencio en la consulta. Típico grillo de televisión suena de fondo. “Eem...”, se me escapa. El reumatólogo alza la vista. “Bueno, que usted ya viene sentada. En tal caso no”, corrige al descubrir la silla de ruedas. Viene el final. Agárrense bien a los reposabrazos de sus butacas porque se acerca un giro narrativo inesperado y esperpéntico. Un giro que pilló por sorpresa a este narrador escasiciente, allí sentado. Y es que, desde nuestra tribuna defensora de Flora Davis y toda esa gente, el reumatólogo es un ser querido. “¿Qué? ¿Aprendiendo?”, me dice una señora con una sonrisa en una inatención del reumatólogo. “Pues aprende mucho, que tienes muy buen maestro. Es un crack”. Y es que, dice la estadística, que cuatro de cada seis pacientes se despedirán afectuosamente del doctor agradeciéndole su amabilidad.

**Javier Ramirez Santos**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## SANDALIAS Y PARAGUAS

Es jueves, última hora de la mañana y reviso la agenda del día siguiente con la puerta de la consulta abierta para que corra algo de brisa. Este año en Asturias sólo es verano dentro de los centros de salud.

Paseo por los nombres de la agenda con el dedo, como cuando buscaba mi DNI en las listas de aprobados de la facultad. Y me llevo la misma alegría agrídulce de cuando te encuentras, pero con un cinco.

Ahí está, vienen mañana a las 12:45. Como cada viernes.

Conocí a Silvio el día que le pauté morfina. Hay relaciones intensas desde el principio. Venía con Mercedes, su mujer, y yo estaba pasando la consulta de mi tutor. Me dijo que tenía un cáncer de pulmón como si me estuviera diciendo que necesitaba gafas para ver de cerca. Con certeza y naturalidad. Tenía un dolor pleural bastante rebelde y empezamos a titular.

Silvio tiene más o menos la edad de mi padre. Decir que alguien es joven o mayor siempre es una comparación. Puedes ser joven para un trabajo o para entender algo. Él era joven para morir.

Silvio y Merce no tienen hijos, parecen una de esas parejas que aman tanto la vida que no necesitaron dejar su huella. Simplemente viven la suya. O al menos eso es lo que me gusta pensar. Para cuando muera. Porque se va a morir pronto, los tres lo sabemos.

Siempre vienen los viernes. A Silvio no le gusta madrugar, así que cuando la cita es muy pronto sé que va a venir Merce sola, eso puede ser bueno o malo. Decir que algo es bueno o malo, siempre es una comparación. Algo puede ser bueno para tu salud o para tu bolsillo. Que ella venga sola puede significar las dos cosas: puede venir sólo a por recetas o puede ser porque él se ha puesto peor y no puede salir de casa.

Cuando se cita a primera hora de la mañana la incertidumbre desayuna café.

Mañana vienen a última hora así que vendrán los dos.

Merce es una de esas mujeres que sostienen la vida en silencio, y eso que no para de hablar cuando viene a la consulta. Es su forma de callar todo lo que arrastra. Tenía una glicosilada de 9 en la última analítica. A ver cuando la ADA incluye la glicosilada normal para una mujer que está cuidando de su marido a punto de morir.

Antes dije que encontrarme en la agenda con Silvio era como aprobar con un cinco. Vaya comparación más poco afortunada. Pero si vienen, el día empieza con esa sensación de verano truncado cuando sales de casa y hace calor pero llueve, con sandalias y paraguas. Nunca sé si vendrá sólo a charlar de cómo le ha ido la semana o habrá vuelto la disnea, el dolor, o el insomnio.

Cuando se cita a última hora de la mañana la incertidumbre desayuna café.

Supongo que es lo mismo que siente él cuando despierta por las mañanas (lo mío a pequeña escala, claro). Seguro que piensa... ¿Tendré hoy un día bueno o un día malo? Como siempre, decir que algo es bueno o malo, es sólo una comparación.

**Sara Yebra Delgado**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## CORAZÓN DOENTE

(O ¿Por qué le llaman Takotsubo, cuando hablan de saudade?)

Conocí, por referencia, la historia de Maruja, una mujer gallega, compostelana por más señas, entrada en años y kilos con una intensa pero feliz vida compartida con Ramón, su marido, que anduvo navegando la mitad de su vida y ahora se le ha abarloado para compartir atraque y aprovisionarle de cuidados y cariño.

En sus visitas a su médica no para de manifestar lo feliz que se siente, las atenciones que recibe y hasta relata con orgullo esa enfermedad tan impronunciable que le han diagnosticado; pero ella insiste en que su origen no es japonés, sino que es un gen compostelano. Su descripción es prolija y fluida: cada vez que tiene una alegría, una noticia y, más aún si se trata de algo relacionado con “su” Santiago, empieza a notar una opresión en el pecho y una fatiga que no le permite dar un paso. Para esas ocasiones está Ramón que pone rumbo al hospital donde ya es conocida por sus frecuentes descompensaciones emocionales. A los alumnos les obsequia con todo lujo de detalles descriptivos de la anamnesis y se dirige a ellos como si fueran sus hijos para que la ausculten, le tomen la tensión y aprendan de primera mano las primeras lecciones de cardiología.

Lo curioso, aunque no infrecuente, es que a pesar de la mala fama de las emociones negativas como la tristeza, la soledad, Maruja sufre sus discinesias apicales con situaciones positivas de alegría, buenos sentimientos y mejores recuerdos, lo que nos deja poca capacidad de maniobra para el manejo psicológico. ¿Habrán que prescribir fármacos depresivos? ¿Cómo podemos desconectar ese fino axón que une la amígdala cerebral con los receptores miocárdicos?

Con este caso, me viene siempre a la memoria las reflexiones de Antonio Gala, cuando afirmaba que “recordar es volver a pasar por el corazón (corda), no por la mente”, lo que nos pone de manifiesto la importante relación entre las emociones y nuestra musculada bomba y que, desde tiempo inmemorial, se sabía la influencia sobre ésta de nuestros sentimientos, emociones e imágenes guardadas en nuestro fondo de almario. Supongo que es una opinión en la que podemos fácilmente con-cordar...

A pesar de lo mediático que ha resultado en la literatura médica el síndrome de Takotsubo por su originalidad y, por qué no decirlo, por llevar la contraria a los que yo siempre he llamado “los del clan del riesgo cardiovascular”, existen múltiples versiones de la cardiopatía emocional compostelana que descubrió Maruja. Lo compruebo a diario en mi consulta, pero me ha llamado

más la atención al rotar unos días en un concentrado de casos clínicos como es la consulta de Cardiología en el hospital de Santiago, heredero del antiguo consuelo final de caminantes en busca del fin del mundo.

Contradiendo todos los criterios que hablan del sexo masculino como factor de riesgo, la mayoría de los pacientes que acudieron a consulta eran mujeres. Con mayor o menor edad, tensión, perímetro abdominal o HDL, los síntomas eran similares, las historias

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

diversas. ¿Será cierto que todas las familias felices se parecen y las infelices lo son cada una a su manera? Mi buen amigo y excelente cardiólogo, Luis, siempre empieza su entrevista en busca de signos y síntomas cardiovasculares, con sus situaciones desencadenantes y es ahí donde empieza el auténtico interrogatorio en el que entramos a saco, al comprobar la escasa coherencia de los clásicos factores de riesgo con las atípicas opresiones precordiales, las disneas intermitentes y las palpitaciones caprichosas.

- ¿Desde cuándo nota esa opresión?

En ese instante ya interrumpe la hija de Manuela:

- Verá doctor, fue a raíz de que este verano se nos quemó el *palleiro* y además está mi hermano con el asunto de la separación con mi cuñada.

Luis, en una estrategia aprendida tras largos años de profesión, realiza la Eco y la ergometría, más terapéuticas que diagnósticas y acaba con su frase de despedida:

- ¡Enhorabuena! Tiene usted el corazón completamente sano.

A veces las situaciones se vuelven más dramáticas y ante su pregunta ritual:

-Usted algo nerviosa es ¿no?

- Sí doctor. Yo es que he sido una mujer maltratada y estuve 5 años en una casa de acogida y hace un año que no veo a mis hijos...

En estos casos se palpa el silencio de respeto y admiración por ese temple para ser capaz de relatar, sin quebrarse la voz, los desgarros de la vida. Tragamos saliva al unísono y con toda la empatía de la que somos capaces felicitamos a Concha por tener un corazón que sólo protesta produciendo unos pocos latidos de más, aunque retumban en su pecho en la noche como truenos en la tormenta.

No es fácil discernir en ocasiones el origen físico o psíquico de la claudicación cardíaca. Cuando le preguntamos a Sara desde cuándo se siente tan cansada nos responde: -Llevo una temporadita, desde que a mamá le dio el Ictus y hay que limpiarla, asearla y darle de comer en la cama y mi hijo, el mayor, volvió a casa porque su mujer le echó. Está en el paro y no para de beber, como su padre...

Estas madres/hijas coraje, por muy pilares que sean de su familia también pueden resquebrajarse y cuando reciben de Luis su consabida enhorabuena, no distingo en su mirada si hay un asomo de alegría por tener el corazón tan fuerte o la tristeza de comprobar, como sospechaba, que no va a poder pasar de ser cuidadora a cuidada y su sonrisa tenuemente dibujada bajo sus acuosos ojos nos transmite una inequívoca descarga amarga en la fibra sensible de nuestro, también, corazón compostelano..

**Jesús Sueiro Justel**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## ELISA, PUNTO FINAL

...Y, como en la crónica de una muerte anunciada, llegó el día. Cuando me pasaron la llamada del 061, que, de alguna manera, esperaba, me vino a la mente la última y reciente consulta: Elisa ese día venía acompañada, lo que suele ser un signo de mal pronóstico, y fatigada. Seguía con su desparpajo habitual comentándolo todo, preguntándolo todo, hasta en la auscultación en la que sus palabras se mezclaban con el eco de sus crepitantes que esta vez llegaban demasiado altos. Sus manos frías y cianóticas no auguraban una buena oxigenación y, mientras observaba oscilar los números, le calentaba un poco la otra mano para ver si conseguía engañar un poco al severo y cruel testigo digital de su agonía. Con sus 40 kilos de peso y las tensiones casi tan paupérrimas como su masa corporal, ajusté como pude los diuréticos y el resto de su medicación y la cité en unos días, no sin antes decirle que su corazón estaba muy delicadito y me avisase en cualquier momento. Siguió preguntando dudas y repitiendo mis órdenes en su ejercicio mnemotécnico habitual y...sí, preguntaba, pero esta vez faltaba “la pregunta”. En todas las ocasiones que sus achaques descompensaban su frágil salud: el accidente vascular cerebral que la causó una transitoria debilidad, la trombosis arterial poplítea, el comienzo de su arritmia, le provocaban cierta desinhibida hilaridad y después de mis explicaciones, lo mas exhaustivas que podía por sus requerimientos y lo más entendibles de lo que era capaz, me soltaba a bocajarro:

-Esto ya es el final, ¿no? Ya no me queda nada, ¿verdad?

Y yo insistía:

-Elisa: esto no es como en las películas que saben cuantos días, meses y hasta horas le quedan de vida al protagonista. Si yo supiera el final de la película, se lo decía; pero todavía no acabó, seguimos rodando.

-Bueno, bueno, hay que ir haciéndose a la idea

Así era, una y otra vez, el final de muchos encuentros comentados con naturalidad y buen humor.

Pero esta vez no hubo tal pregunta. ¿Por qué dejamos de preguntar? Pensé. Hoy tengo la impresión de que obviamos la pregunta cuando intuimos la respuesta.

Elisa me miró con sus tiernos ojos, llenos de cariño y emoción y sus párpados hicieron unos movimientos al compás de su cabeza, que sonaban a despedida. Por eso la llamada que me pasaron de la central de urgencias, me hizo temer lo peor. Llegué en pocos minutos a su casa y allí estaba yaciendo en el suelo, vestida pulcramente a primera hora de la mañana, peinada y arreglada, como toda su casa. Parecía que acababa de levantarse de su mesita de trabajo donde sus papeles, en perfecto orden, mostraban sus preocupaciones: la hoja de dosificación del Sintrom, mi cuartilla con las modificaciones del tratamiento, y sus papeles del banco. La cama perfectamente hecha, nada fuera de sitio, salvo ella, exánime, en el suelo, inexpresiva, sin palpito, sin ruido...

La subimos a su cama y confirmé el fallecimiento a María, su cuidadora que no paraba de llorar. No sólo por el cariño que le había granjeado su cuidado; también sentía culpabilidad por no haber dormido con ella esa noche porque Elisa se empeñó en

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

quedarse sola y... ¡Cualquiera le llevaba la contraria! Traté como pude de consolarla y le dije:

-No te sientas mal, ella siempre quiso morir en casa sin molestar a nadie, siempre discreta hasta en la despedida, parece como si lo hubiese preparado todo...

Cuando abandoné su piso, todavía oía su llanto en el rellano de la escalera mientras esperaba el ascensor. Como le prometí, hoy acudí puntual a su funeral. ¡Tampoco seré yo quien le lleve la contraria!

Como era de rigor, vi su esquila en el periódico y como bien había previsto era en la iglesia de San Fernando por la tarde, a las cinco. Entré antes de que empezase el oficio y allí estaba su féretro discreto, menudo, hecho a su imagen y medida. Me acompañaba desde la entrada mi amigo Luis, director del colegio donde ejerció toda su vida; además también había sido su alumno y sufrido su magistral severidad.

Los funerales, como obras de teatro mil veces representada, no ofrecen grandes novedades, pero esta vez el sacerdote hizo un emocionado recuerdo de tan buena cristiana y resaltaba la naturalidad con la que Elisa conllevaba su progresivo deterioro. Él, que la conocía tan bien como yo, y al que consultaba en la misma o mayor medida que a mí, contaba que los últimos veranos al trasladarse a Villagarcía siempre se despedía:

-A lo mejor ya no nos vemos, igual ya no vuelvo.

Me estaba haciendo gracia pensar hasta qué punto el cura y yo podíamos intercambiar nuestros papeles.

Elisa era una fiel cristiana y creyente, pero, buena cartesiana, tenía la dosis de Dios justa, esa cantidad que nos ayuda a tranquilizarnos y nos da serenidad. Como si del INR se tratase, todo estaba bajo control en su vida. La calma y su serenidad ante la adversidad eran el resultado de su bien ajustada creencia. Todos hemos vivido, en cambio, experiencias de personas que abusan de la dosis, se endiosan en exceso y desarrollan una hipomanía que en situaciones de mayor intensidad llega a ocasionar delirios. La historia, pasada y presente, también nos enseña a lo que conduce el exceso de dios: los desastres que ocasiona, el odio, y estas guerras absurdas que tienen el putrefacto aroma de lo primitivo. Si todos los fanáticos aprendiesen el magisterio de Elisa y comprobasen lo sano que es no pasarse de la dosis...

A mí ya no me quedan ni trazas de las dosis que el rigor de la educación cristiana me administró en mi juventud, pero me despedí de Elisa con esa sensación de envidia de la tranquilidad y serenidad de la buena muerte, de la manera excepcional que logró hacer su tránsito, pero también con la sensación del deber cumplido y seguiré enganchándome de las esquelas en busca de sucesos y decesos desconocidos y soledades necesitadas de un postrero acompañamiento.

**Jesús Sueiro Justel**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13 - 08002 - Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfy.com

## PEDACITO

A las 20:58 del 19 de enero de 2018, sonó el teléfono de la recepción del centro de salud. No sonó como de costumbre, no era un “ring-ring” normal y corriente de teléfono normal y corriente. Ese día, a esa hora, sonó como un alarido, con desespero (parecía que decía ¡SOCORRO, SOCORRO!).

Era esa hora, en la que se acaba la jornada y el frenesí da paso la calma, todo estaba más tranquilo, el ánimo y las ganas del personal estaban como las persianas, abajo.

¡El teléfono gritaba! Pese a que el timbre era el mismo de siempre, esta vez sonaba distinto. O eso nos pareció percibir a los allí presentes, bueno, y sobretodo a mí y a Susana. Ésta descolgó y no tuvo ni tiempo de dar el saludo protocolario, cuando desde el otro lado de la línea pedían un médico en un domicilio. Era el servicio de emergencias médicas, explicaban que los habían activado desde un domicilio del pueblo, pero que todas sus dotaciones, todos sus efectivos estaban en distintas emergencias y no podían acudir a la llamada de socorro.

Explicaban que un lactante se estaba ahogando en el domicilio y pedían que acudiéramos al domicilio.

Tras recibir el mensaje, en milidécimas de segundo procesas toda la información: analizas el mensaje recibido, lo analizas, propones soluciones mentalmente y escoges la que a tu juicio será la mejor elección. Entonces, ¡zas! ... salí disparado, propulsado, lanzado como un meteoro cogí el maletín de urgencias y arranqué el vehículo mientras que por el manos libres pedía que me dieran la dirección del domicilio.

Nuevamente, en mi mente, se dibujó un mapa del pueblo y tracé una línea recta imaginaria entre el centro de salud y el domicilio del niño en apuros.

‘La Touran’ corrió como nunca antes lo había hecho en sus 9 años de historia, el motor rugía, las ruedas chirriaban, el auto berreaba como el padre de la criatura cuando le llamamos, para preguntarle ¿qué sucedía?. Mi hijo bebé, mi niño pequeño, se muere, se está ahogando, parece que se ha atragantado.

Trate de mantener la calma - le decía yo- que estaba más revolucionado que el coche mercurial que me llevaba a destino raudo y veloz.

Mire, métale el dedo en forma de gancho en la boca a su hijo y una vez tenga lo que sea que sea que se haya tragado, arrástrelo hacia afuera, vamos de camino, a toda velocidad. Por favor dígame a su otro hijo que salga a la puerta del domicilio a recibirnos, porque así localizaremos más rápidamente la casa y llegaremos antes.

Yo sabía que el tiempo corría en contra de la vida del niño, a la espera de la llegada de auxilio, [para ponerme en el lugar de la criatura] aguantaba la respiración, y así, me hacía una idea de cómo estaría él, ¡me asfixiaba a los 30 segundos! y no me quedaba más remedio que hacer lo que el niño no podía hacer, ... ¡ r e s p i r a r !

Creo que incluso cerré los ojos en más de un cruce entre dos calles, puesto que estuve a punto de impactar por lo menos con 3 coches en todo el recorrido. No me importaba que me increparan coches ni peatones a mi paso raudo y veloz, por cierto (mi vehículo no tenía ningún distintivo ni identificación como sanitario en acto de servicio), de modo,

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13 - 08002 - Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfy.es

que para los ciudadanos yo era un ‘malditamadre’ que por poco les atropella. En aquellos momentos, yo tampoco era consciente de lo inconsciente que era ir a las 9 de la noche en un vehículo de color negro a toda velocidad por las calles del pueblo, saltándome semáforos, stops, pasos de cebra de peatones, controles de alcoholemia, ... No veía semáforos, ni coches, ni peligro alguno, en mi cabeza estaba la localización del domicilio de la criatura en apuros y el dibujo del mapa mental de la ruta que me llevaría hasta ella. Debo decir que en mitad de la noche se escuchaban dos alaridos, el del padre de la criatura viendo como su hijo se le ahogaba y el de ‘la Touran’ negra, cual carro de fuego.

A los pocos minutos, que a mí me parecieron horas, llegué al domicilio. En la puerta del bloque de pisos, se encontraba Santi, un chaval de unos 10 años el cual me recibió con una calma pasmosa, para lo dramático del momento y de la situación.

Niño Santi: -Hola médico-, soy Santi el hermano de Pedro, el hijo de Mariano y Soledad.  
Médico: - ¡Santí!, “por los clavos de Cristo”, llévame rápido dónde tu hermano! ¿Cómo está?

¿“moraíto” como un lirio?

Niño Santi: - Que va, ya está bien, ahora está comiéndose un cuscurro de pan en su silla.  
Médico: - ¿qué ha pasado?, cuéntame.

Santi: - Mi padre se ha ido a la cocina a prepararnos la cena, a Pedro y a mí, y yo me he quedado con él viendo los dibujos en la televisión, de repente le he escuchado que hacía un ruido raro con la respiración, miro a mi hermano y se estaba poniendo de color rojo-lila. De modo que he avisado a mi padre. Éste, al entrar en la pieza y encontrarse a mi hermano atragantándose, ha empezado a ponerse nervioso, muy nervioso, demasiado, estaba histérico, chillaba se está ahogando, ¡Pedro se nos muere!

Dios mío, ¡¿qué vamos a hacer?!

Entonces, yo le he dicho que lo que teníamos que hacer, era aquello que un día me explicaron en el ‘colé’, que no era más que intentar estar tranquilos y llamar al 112.

Padre: - ¡Pues llámales ya coño, que no ves que se muere!

Niño Santi: entonces yo he llamado al 112 y el resto ya lo sabes.

Médico: anda vamos para dentro.

Al entrar, en la casa atravieso un pequeño recibidor y me meto en el comedor donde encuentro al padre, pasmosamente tranquilo y, al niño bebe en su trona, royendo un cuscurro de pan.

- ¡Buenas noches!, ¿cómo están?, Santi ya me ha contado lo sucedido.

- Me acerqué al bebé para explorarlo. Me encontré con un niño con buen color, cara redondita de color “rosita”, que roía con fruición un trozo de pan. Éste al verme, me regaló una sonrisa y siguió concentrado en su empresa.

- Lo siento Pedro, pero tengo que explorarte. Le quité el trozo de pan, se lo alargué a su padre y me dispuse a reconocerlo. Todo correcto, cavidad oral libre, sin cuerpos extraños,

ventilación simétrica bilateral, murmullo vesicular conservado, saturación de oxígeno 99%. El resto de la exploración física, era normal, me la ahorro.

- Evidentemente, aquello no le gustó a Pedro, el cuál, de forma enérgica, reclamo su pedazo de pan. Una vez confirmado que el crío estaba bien, le devolví su pan, me senté con el padre y repasamos lo que había sucedido.

Mariano, su hijo pequeño está perfectamente, quédese tranquilo, y por favor, cuénteme lo que ha pasado.

- Mariano: pues como de costumbre, a la hora de la cena, he dejado a los niños viendo la televisión en el comedor y me he ido a la cocina a prepararles la cena. Pedro, sostenía en sus manos, una botella de colonia para bebés. Esa que ve usted ahí sobre el mueble y, resulta que se ha entretenido en ir royéndola con sus 4 dienteitos.

A los pocos minutos, he escuchado a Santi que me decía, ¡papá, papá! ven, rápido, algo le ocurre a Pedro.

Al entrar en el comedor, me he encontrado al niño pequeño agitado, hacía aspavientos, luchaba, intentaba llorar, pero no podía, su color le estaba cambiando. Me he dado cuenta de que algo le ocurría. Yo, me he puesto muy nervioso, ¡veía que mi hijito se estaba ahogando y no sabía que hacer! Entonces, Santi, me ha dicho, papá, yo sé lo que tenemos que hacer.

El niño, con una tranquilidad pasmosa, ha cogido el teléfono y ha llamado al 112. De repente, me han comunicado con ustedes y me han indicado que debía hacer y que pasos debía seguir.

He metido mi dedo en forma de gancho en la boca de Pedro, lo he arrastrado de dentro hacía afuera y he extraído un “pedacito” de plástico de la boca de mi hijo, al momento éste ha empezado a llorar y ha recuperado el color.

Resulta que el niño, había roído un pedacito de plástico del culo de la botella, se lo tragó y con ese pedacito de plástico se estaba asfixiando.

- ¿Puedo ver esa botella?

- Claro, mire, ahí la tiene sobre la mesa.

Examiné la botella de colonia para bebés. Era una botella de plástico duro pero que tenía un envoltorio, también de plástico, con la marca de la colonia y unos dibujos infantiles y, en efecto en la parte inferior le faltaba un fragmento del plástico blando. Junto a la botella, estaba el pedacito que Mariano le había extraído a su hijo de la cavidad oral. Aproximé el pedacito a la botella y el puzzle cuadró, se adaptaba perfectamente. De este modo, comprobé que el cuerpo

extraño, con el que minutos antes casi se asfixia al niño había salido por completo. Mi tarea como detective había finalizado en aquel domicilio.

Entonces, sentí curiosidad por averiguar como el hermano de Pedro, supo actuar tan bien, ante la situación que por poco mata al pequeño de la casa. Santi, por favor, ¿puedes venir un momento? al segundo, el hermano mayor de Pedro, se acercó a mí. ¿Me puedes contar cómo sabías que llamar al 112?

- Santi: claro, un día, cuando hacía P5, vinieron unas personas a mi colegio, y nos enseñaron a todos los alumnos de P5 a salvar una vida. Nos enseñaron a detectar una emergencia y, nos dijeron lo que teníamos que hacer, que era mantener la calma y llamar al 112.

Al día siguiente por la mañana, cuando ya finalizaba las visitas, al abrir la puerta de la consulta, me encontré con una mujer. ¿A qué hora tiene visita? No tengo hora doctor, soy la madre del niño al cual ayer por la noche usted le salvó la vida, venía a darle las gracias. ¡Muchas gracias doctor! ha salvado la vida de mi niño chico, no sé cómo se lo podré agradecer.

Hoy, Pedro no estaría entre nosotros, si no fuera porque Santi algún día, aprendió a salvar vidas y, hoy yo no estaría aquí en Santiago, si no fuera porque algún día, alguien me explicó que un grupo de profesionales de la salud, desarrollaron un programa de salud comunitaria, que consistía en dar una formación en reanimación cardiopulmonar (RCP) a los alumnos de los colegios del territorio. Y que quizás, a lo mejor y probablemente, gracias a esa formación niños como Santi, contribuyen a salvar vidas y con ello a hacer un mundo un poquito mejor.

**David Pedrazas Lopez**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_ 08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## REFLEXIONANDO SOBRE LA VOCATIO

Inclinación a un estado, una profesión o una carrera. Esto dice la RAE

La *vocatio*, de donde deriva la palabrita en cuestión, significa llamada. Estrictamente: acción de llamar.

Así que muchos de nosotros recibimos la llamada, nos pilló en línea, sin comunicar ni nada, y aquí estamos.

Siempre me ha parecido que esto de la vocación era como una cebolla con un montón de capas que cubrían nuestros fantasmas más íntimos.

La más externa es casi universal: **ayudar, curar, servir...** Cuando preguntamos a los alumnos recién ingresados en nuestras facultades por qué lo hacen, la mayoría contestarán sobre el ayudar... algunos, los menos, “me dio la nota” y es verdad que así fue su ingreso en la facultad.

Muy frecuentemente les irá gustando, cuando comienza a conocer una materia no es raro que el curioso sienta afición por la misma y de normal el estudiante universitario es curioso, el de Medicina más, y que ahora no se vean de otra cosa, pero algunos hay que no acaban de comulgar con la profesión. La mortandad es notable (¡glups, se cortó la línea!) pero la crisis más frecuente, es la empatía. A los reyes de la empatía, los estudiantes de Medicina son los más empáticos cuando ingresan en la Universidad, se les desploma a mitad de los estudios. Algunas voces autorizadas especulan con que la causa es el contacto con el enfermo.

Muchas veces el deseo de ayudar, de curar, no es un ente abstracto y etéreo, sino que lo genera algo bien concreto, ¿cuántos de nosotros nos enfrascamos en el estudio para tener herramientas con las que plantar cara a la muerte, al sufrimiento o al dolor de nuestros seres queridos? Muchos compañeros estudiaron Medicina para que no les pasara a otros lo que le ocurrió a su padre, a su abuela, a su...

También queremos **saber**, existe un indudable interés por el **conocimiento**, por desentrañar misterios, una curiosidad afilada para descubrir causas y prevenir efectos. Un Sherlock Holmes buscando las huellas del asesino en la anamnesis, en la exploración, en lo que se dice y en lo que se calla, y contrastando con sus saberes hasta llegar al final, elemental querido Watson. La Medicina está fundamentada en un montón de ciencias sin ser una de ellas. Tiene un innegable componente humanista. ¿No fue Terencio el que dijo que nada de lo humano le era ajeno...? pues eso, aunque yo a veces tenga dudas con la humanidad de ciertos individuos, pero esa es otra historia.

Esta es una profesión endogámica, claro que la selectividad ha ido mermando el número de hijos de sus padres, pero aún perviven dinastías médicas. La **familia** tiene mucho peso en nuestras decisiones, qué duda cabe. La imitación de los mayores es una constante de la humanidad, para lo bueno y para lo malo. En esto también.

Hay más. Mi padre contaba en todos mis cumpleaños mi nacimiento. El relato, invariablemente, con independencia de como comenzara y el nudo que incorporara, siempre concluía con el mismo desenlace: “no me importaría que este hijo mío fuera médico”.

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

¿Quién no cumple el deseo de un padre?

El **reconocimiento social**, aunque no lo declaremos, es muy posible que nos influya en parte, en nuestra decisión de iniciar el camino. ¿Cómo no agradarnos la mirada del personal ante nuestra entrada en la Facultad de Medicina?: Los compañeros que querían y no lo consiguieron, con sana, o no, envidia; la familia y los vecinos pensando en la tranquilidad que da tener un conocido médico: los conocidos, los desconocidos... Al fin y al cabo, si a un padre le preguntas, nada más nacer su hijo, a que profesión le gustaría que se dedicara contestaría que a la Medicina.

Un amigo, un buen amigo y buen médico, me contaba que él se había inclinado por la profesión, por obligación sociocultural. En su pueblo, un pequeño pueblito abulense, el Tío Jeremías, una autoridad por edad y liderazgo del lugar le dijo: “tú, que se te dan bien los libros y los números, tendrás que hacer Medicina, que de este pueblo no ha salido nunca un médico” y así lo hizo, faltaría más. Ahora está encantado con la obediencia inexplicable.

El **dinero** también cuenta. No todos los médicos van a ganar mucho dinero, pero todos van a vivir razonablemente bien, por encima, sin duda, de la media poblacional.

El médico de cabecera de mi familia allá por los años 60 – 70, tenía coche y moto, una BMW 1000, veraneaba en hotel, en el mejor de los disponibles, era tratado con un respeto importante por mi padre y mis tíos, aunque, como era muy campechano, admitía el tuteo de los varones, mi madre, mis tías y mi abuela nunca le apearon el don. En sus visitas a los domicilios, casi siempre sin prisa, nunca le faltaría su toalla limpia para secarse, ni la colonia para rematar el aseo de manos.

¿Qué me decís del **poder** del médico? Mandamos mucho. No coma, no fume, no beba, no haga, no suba, no baje... Además, sin escrúpulos, con la verdad de la evidencia científica en la mano.

Cuando, nosotros, sabemos que la verdad basada en los números estadísticos, depende de la tortura que les hayamos propiciado. Es tan evidente nuestro poderío que hasta en publicidad nos usan: nueve de cada diez dermatólogos opinan; nueve de cada diez estomatólogos piensan...

La verdad: creo hice Medicina para prohibirme la coliflor y el repollo.

En general nuestra palabra es ley. Para justificar acciones o actitudes ante el resto del mundo no hay mejor frase que “me lo recomendó el médico”. O mejor aún “me lo ha prohibido el médico”

Sirve para no coger pesos, no comer lo que no te apetece, no hacer determinados trabajos, no mojarte... y cualquier cosa que a uno se le pueda ocurrir. Sustituye a: “me lo prohíbe mi religión” y viene a tener igual o más peso, como muestra un botón: En el mes de Ramadán, una de mis pacientes, ya mayor, acude, sistemáticamente, año tras año, con múltiples quejas con poco fundamento médico. Los últimos la consulta es rápida. Ya he descubierto lo que quiere. Permiso.

Quiere que le diga que ya es muy mayor y está muy malita para hacer el Ramadán. Se lo digo (aunque no es cierto, porque está perfecta) y se acaba la quejorrea. He de reconocer que me inquieta un poco, pero poco, tener tanto poder como el profeta.

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

Al hilo de esto pienso en la autoridad, en la **autoridad social**, ese respeto con que la sociedad nos cubre. Un amigo, médico claro y excelente en el arte y la ciencia, me contaba que él se decidió a ser médico por su tío, mejor, por el efecto que su tío operaba en el entorno. Matizar que su tío era médico de pueblo y con tal figura de autoridad. “Un día iba con mi primo, el hijo del médico, no tendríamos más de quince o diez y seis años en el coche familiar, conduciendo él, y nos paró la guardia civil, lo reconocieron nada más parar, saludaron, sonrieron e hicieron una recomendación fraterna: Ten cuidado, no vayas a tener un accidente; y nada más. Ni multa, ni bronca, ni nada de nada... era el hijo de don Antonio, el médico”.

Para finalizar una anécdota de la historia de la que emergemos todos: Julio César, el romano, otorgó a todos los medicus, del imperio el gran privilegio de la ciudadanía romana.

**Augusto Blanco Alfonso**

**Elena Benedí Sánchez**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## CAPERUCITA Y LA CRISIS DEL LOBITO

Narrador:

-Era una tarde preciosa de primavera. Las flores comenzaban a crecer en el campo. El paisaje estaba de un verde muy luminoso. Ese día era el cumpleaños de una niña muy bonita. Cumplía siete añitos. Su mamá la hizo el regalo que tanto había deseado: una capa con caperuza, toda de color rojo. Era su color preferido. Enseguida se la puso y fue a enseñársela a sus amiguitos. Todos comenzaron a llamarla “Caperucita Roja” porque estaba todavía más linda. Al volver a casa se lo contó a su mamá y esta también empezó a llamarle “Caperucita Roja”.

Mamá:

-Caperucita, la abuelita ha llamado por el móvil desde su casita en el bosque y dice que no puede venir porque está en la cama con gripe y tiene algo de fiebre. ¿Quieres ir a visitarla y le llevas unos dulces para celebrar tu cumpleaños?

Caperucita:

-Sí, ¡qué bien! Mamá ¿puedo ir sola? ¡Ya soy mayor! Por “fa”, por “fa”.

Mamá: (resignada)

-Está bien, pero no te entretengas por el bosque. He oído en la radio que hay lobos. De todas formas, la llamaré para que sepa que vas. Toma, pon estos dulces en tu mochila y no tardes mucho.

Caperucita: (con tono alegre)

-¡Adiós mamá! Hasta luego.

Narrador:

-La mamá de Caperucita llamó enseguida a la abuelita para decirle que su nieta preferida iba hacia su casa. También le contó lo de la capa y como le llamaban sus amiguitos. Caperucita se dirigió a casa de la abuelita, cantando y saltando de alegría porque iba a celebrar con ella su “cumple” y la enseñaría su nueva capa. Le gustaba mucho observar las mariposas que revoloteaban por entre las flores que crecían en el bosque, cada una de un color diferente y cada cual más hermosa. Pero cuando estaba cerca de la casa de la abuelita oyó unos pasos detrás de ella, al volverse vio a una loba grande y de dientes muy afilados que se dirigía directamente a donde ella estaba.

Loba: (con voz suave)

-Niña, no te asustes, por favor ayúdame.

Caperucita: (recelosa)

-Mi mamá siempre me ha dicho que no hable con extraños y que los lobos se comen a las niñas guapas como yo.

Loba: (insistente)

-Por favor, pequeña, ayúdame. Sí, soy una loba y sólo quiero que me ayudes, yo no tengo nombre y tampoco me como a las niñas.

Caperucita: (enfrentándose a la loba)

-Yo soy “Caperucita Roja”, y mis amigos se enfadarán contigo si me haces daño.

Loba: (en posición sumisa)

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13 - 08002 - Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

-No te voy a hacer daño, sólo quiero que ayudes a mi lobito, está malito, no sé lo que le pasa. Estaba jugando, corriendo detrás de un conejito y de pronto empezó a hacer ruidos raros al respirar. Está en el claro del bosque, al lado del riachuelo.

Caperucita: (convencida por la actitud de la loba)

-Vale, te ayudo. Cerca del claro vive mi abuelita. Vete corriendo a su casita, se lo cuentas para que nos ayude pues ella conoce muchos remedios. ¡Ah! toma mi mochila con los dulces que le llevaba para que sepa que eres mi amiga.

Narrador:

-La loba tomó la mochila entre sus afilados dientes y se dirigió a casa de la abuelita de Caperucita. Caperucita corrió hacia el lugar que la loba la había indicado y allí estaba el lobito, tumbado entre unas hierbas altas y haciendo unos ruidos muy extraños al respirar.

Lobito: (Hace respiraciones rápidas y forzadas).

Caperucita: (impresionada)

-¿Qué te pasa? Pareces asustado, no tengas miedo, tu mamá me ha pedido que te ayude. Ella ha ido a casa de mi abuelita para que te ayude también.

Narrador:

-Aunque Caperucita estaba igualmente asustada por el aspecto del lobito, se quedó a su lado, acariciándole detrás de las orejitas, hablándole despacio. Pasó un rato y como no llegaba ayuda, decidió envolverle en la capa y llevarle a la casa de la abuelita. Mientras tanto la loba ya había llegado a la casa de la abuelita, pero las cosas no iban muy bien.

Loba:

-Señora, ¡ábrame la puerta! Necesito ayuda.

Narrador:

-La abuelita al abrir la puerta y ver que era una loba, se asustó mucho y más al reconocer la mochila de Caperucita. Pensó que se había comido a nieta y comenzó a chillar.

Abuelita: (vociferando)

-¡Un lobo!, ¡un lobo! ¡Lobo!. ¡Socorro!. ¡Socorro!. ¡Socorro!.

Narrador:

-La abuelita corrió a refugiarse, se metió en el armario. La loba corrió detrás de ella para explicárselo. Pero la abuelita no paraba de gritar y no la escuchaba.

Loba: (con tono pausado)

-Por favor señora, no quiero asustarla, ni comerla, ni me he comido a su nieta. Sólo quiero que me ayude, mi lobito se ha puesto enfermo y no sé qué hacer.

Narrador:

-La abuelita gritaba con más fuerza desde el armario.

Abuelita: (vociferando muy despavorida)

-¡Socorro! ¡Socorro! ¡Un lobo! ¡Un lobo! ¡Lobooo! ¡Socorrooo! ¡Socorrooo! ¡Socorrooo!

Loba:

-Señora, por favor se lo pido: no grite. Ayúdeme.

Narrador:

-La loba intentaba abrir el armario para que la abuelita viera que no era una loba mala, quería explicárselo. Pero, en ese mismo instante, apareció un cazador que estaba por allí cerca y que oyó los gritos desesperados de la abuelita y corrió a socorrerla. Al ver que la loba estaba intentando abrir la puerta del armario cargó su arma.

Cazador: (elevando la voz y apuntando con su escopeta a la loba)

-Abuelita, échese al suelo del armario que voy a disparar mi escopeta.

Narrador:

-La loba se dio cuenta del peligro que corría, con un movimiento rápido se metió debajo de la cama, a la vez que oía el disparo de la escopeta.

Cazador: (defraudado)

-¡Loba escurridiza! Te me has escapado, pero de ahí ya no sales.

Narrador:

-El cazador estaba volviendo a cargar su escopeta cuando apareció Caperucita por la puerta llevando al lobito en brazos.

Caperucita: (preocupada)

-¿Qué ha sido ese ruido?

Cazador: (intentando apartar a la pequeña)

-Niña, no entres. Hay un lobo debajo de la cama de tu abuelita. Quería comérsela.

Caperucita: (incrédula)

-¡Oh, no!. ¡No la hagas daño! Sólo ha venido a pedir ayuda para su lobito. Aquí le traigo. Está malito. No sé qué le pasa. Ella me pidió ayuda. Yo la mandé venir para que mi abuelita también nos ayudara.

Narrador:

-La abuelita abrió, una rendija, la puerta del armario, pero sólo se asomó un poquito. La loba comenzó a salir de debajo de la cama. El cazador no dejaba de apuntarla con su escopeta.

Caperucita:

-Por favor ayúdanos, está muy malito.

Lobito:

-(Sigue haciendo respiraciones forzadas).

Narrador:

-Caperucita puso al lobito encima de la cama de la abuelita. La loba comenzó a lamerle la carita. La abuelita salió del armario y se dirigió a la cama. El cazador dejó la escopeta.

Abuelita: (más tranquila y preocupada)

-¿Qué le pasa?. Parece que está muy enfermo.

Cazador: (explorando al lobito)

-¿Qué le ha pasado?. No parece que esté herido. ¿Señora loba que le sucede a su lobito?

Loba: (muy inquieta)

-Ha estado corriendo por el bosque detrás de un conejito toda la tarde y después se puso así.

Narrador:

-Todos estaban de suerte, porque el cazador en realidad era un veterinario muy conocido en la comarca.

Cazador:

-Respiraciones dificultosas, tos, pitidos al respirar, morrito azulado... Lobito, ¿te duele el pecho?

Lobito: (Entre respiraciones cortadas y con dificultad para contestar)

-SSSSSí,... mucho.

Cazador: (autoritario)

-Abuelita llame a la clínica veterinaria y dígales que preparen todo para un ingreso. Parece que te has excedido en el ejercicio, amiguito, y puede que estés padeciendo una crisis de asma. Tranquilo. Vete haciendo lo que yo te diga: Siéntate, acerca tus patitas delanteras a las de atrás. Respira lentamente, inspira por la nariz y echa el aire por la boca muy despacito, ayúdate con la tripita, venga hazlo como yo.

Narrador:

-Todos observaban al cazador y al lobito como hacían respiraciones y cómo el lobito comenzaba a respirar de una manera más normal.

Cazador: (con voz tranquila)

-Muy bien, parece que te estás calmando un poco. Pero aun así hay que llevarte a la clínica para hacerte algunas pruebas. Suerte que he traído mi todoterreno y le tengo aquí cerca.

Narrador:

-El cazador volvió a envolver al lobito en la capa de Caperucita e invitó a todos a acompañarle en su todoterreno a la clínica veterinaria. Por el camino...

Cazador: (apesadumbrado)

-Lo siento, señora loba. Siento haberla disparado. Pensé que se quería comer a la abuelita.

Abuelita: (con voz entrecortada)

-Perdone señora loba. Yo también me asusté al verla, creí que se había comido a mi nieta y que quería comerme a mí.

Loba: (con tono de agradecimiento)

-Ya no importa. Lo que más me preocupaba, mi lobito, ya se está poniendo bien. Si no llega a ser por ustedes...

Caperucita: (con voz alegre)

-No se preocupe señora loba, todo va a salir bien.

Narrador:

-Después de algunos días en la clínica veterinaria, el lobito ya estaba otra vez jugando con los demás animalitos del bosque, no sin antes tomar las precauciones que el veterinario – cazador le dio cuando salió de la clínica y que su mamá, la señora loba, le hacía cumplir para que no le volviese a pasar, ni asustase a los demás.

Loba: (con tono cariñoso)

-Lobito, si notas que te falta el aire, no sigas corriendo, respira profundo por la nariz y échalo por la boca despacito. Abrígate si hace frío. Tómate la medicación antes de hacer esfuerzos. Llévate tu medicación por si la necesitas.

Narrador:

-La loba vigilaba para que no se esforzara en exceso o compitiera con sus amigos. Había pasado una semana, Caperucita llamó a la abuelita para celebrar su cumpleaños (que no habían podido celebrar juntas). Todos fueron invitados a la casa de la abuelita: la loba, el lobito y el cazador. La loba llevó un bonito ramo de flores silvestres a la abuelita, otro a Caperucita, al cazador le enseñó dónde se criaban las mejores setas en el bosque y siempre vigiló para que a la abuelita no la sucediera nunca nada viviendo sola en el bosque. Cuando sabía que Caperucita visitaría a su abuelita, la acompañaba por el bosque hasta la casita. El cazador no volvió a cazar. El lobito se crió fuerte y siempre que podía iba a jugar con Caperucita. Todos se hicieron amigos y en el pueblo nadie volvió a asustarse cuando veía a un lobo porque desde entonces todos vivieron en paz.

FIN.

MORALEJA:

El cuento pone de manifiesto un hecho: en un principio no se pone atención y sólo se “oye” al diferente siendo juzgado. Pero cuando se pone interés, se “escucha”, se emite un diagnóstico acertado y se establece una buena relación terapéutica.

Para poder comunicarse hay que prestar especial atención a la escucha y la observación. ¡Escucha a tus pacientes aunque sean diferentes! ¡Hablando se entiende la gente

**Ana María García González**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13 \_ 08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## LA ÚLTIMA CORDADA

*“...cada movimiento se caracteriza por tres normas: incertidumbre, habilidad técnica y compromiso” (Jordi Tosas. Himalayan Entropy. SOS HIMALAYA)*

Me gusta la montaña. Elegí mi lugar de trabajo por su proximidad a ellas. Las imágenes de mi consulta hablan de ello y dan lugar a comentarios diversos con los pacientes sobre las panorámicas que reflejan, resulta una forma agradable de tomar contacto.

Así sucedió con él, conectamos fácil hablando de nuestra común afición, pero no supe de sus gestas ni experiencias en muy altas cumbres, hasta mucho más adelante, nunca hizo alarde de ello. Tampoco era fácil tenerlo al otro lado de la mesa, no era un emplazamiento de su interés; las extracciones de analítica le hacían sentirse en el grupo de los enfermos y él no consideraba serlo.

Cuando el proceso grave se presentó, limitando sus posibilidades de acción, acudió a comentar lo indicado por los oncólogos, su deseo de mantener su actividad y hábitos en lo posible, el espíritu luchador presente, cabezonería y fuerza de voluntad imprescindibles para la supervivencia...y así lo hizo. Pocos pacientes de esa especialidad se dan largos paseos en bicicleta y suben puertos tras los tratamientos, tal era su empeño, sin rendirse...y sobre ello conversábamos en nuestros encuentros. Yo escuchaba, sobre todo, valorando sus demandas como orientación en la ruta común a seguir, respetando su deseo de mantener el ritmo, aunque en ocasiones, evocando un episodio suyo en una expedición de altura, le recordaba sonriendo:” oye, eres el jefe, pero no el que manda...”

El dolor hizo acto de presencia y obligó a modificar los hábitos previos. Primero de forma fugaz, como avisando de las dificultades que pueden sobrevenir en una ascensión intensa...después se convirtió en un acompañante habitual y reflejaba un malestar interno que hacía prever que se aproximaban etapas diferentes. Había que revisar el plan y reorganizarse y el grupo familiar y el sanitario nos dispusimos a la acción y, a modo de cordada, como en la montaña, poder colaborar en la experiencia básica del alpinista: acción y espera, movimiento y pausa y seguir avanzando al ritmo que él nos marcara.

El campamento base se estableció en casa, en la planta baja, según su deseo. Rodeado de sus mascotas y opciones de actividad artesanal que disfrutaba y que nos mostró en las primeras visitas, completando la imagen del hombre amante de la naturaleza que llevaba dentro; las estampas de montaña por doquier, donde el protagonista era él. Conocedor de su gravedad y aceptándola, era consciente de abordar una ruta desconocida, sin huella previa, y valoraba la necesidad del apoyo preciso que le ofrecíamos. Su esposa e hijas, siempre dispuestas, atentas a cada cambio y compartiendo momentos de estrés con otros de humor en vista de las arriesgadas escapadas veraniegas que el montañero proyectaba en cualquier momento de mejora, siempre acompañado de su peculiar mochila de recursos personales.

La prioridad: el confort. Así, acudíamos a diario a revisar la evolución, necesidades de paciente y su entorno, cuidando la aclimatación, física, mental y técnica; comprobando

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13 \_ 08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfy.es

su demanda, nunca más allá de lo que él valorase como factible *“no me atosigues”*, como sherpas atentos cada día según el momento y la climatología acompañante. La montaña enseña economía de gesto en el camino alpino y en el campo base suelen alternarse cierta actividad con largos periodos en calma, aunque siempre pueden surgir problemas repentinos.

Un día la alarma sonó, como un desprendimiento de rocas... La parada era obligada. No era posible volver atrás. El campamento se trasladó al piso superior, a modo de tienda de campaña individual donde salvaguardar cierta intimidad, y el grupo de casa, al que hubo que reforzar también, montó guardia a su manera, sin descuidar la vigilancia necesaria día y noche.

La pendiente próxima parecía más delicada, difícil marcar una ruta, avanzaríamos, eso sí, con nuevo material. Cada paso consensuado y justificado, según necesidad sentida por paciente y equipo. La vía de infusión como cuerda fija para asegura el paso y abordar los imprevistos. La enfermera busco el lugar para la inserción más adecuado en la superficie corporal, cual estudio de aristas en la escalada, de forma que facilitase los movimientos corporales y permitiese el acceso fácil de la medicación.

Los momentos de vigilia del alpinista eran lúcidos en ocasiones y agradecían la mano en la mano, el roce de la cara y en la frente y reclamaba querer avanzar sereno *“quiero pensar”*.

Otros, bajo el efecto del tratamiento, como impregnado de la lasitud e indiferencia que la altitud marca, parecía adivinar lo costoso de la meta que se avecinaba y, viendo que ello nos obligaba a reforzar las pautas como piolets y crampones alternativos, expresaba *“no soy un niño”*.

En cada visita, comprobábamos la aclimatación del grupo a nivel físico y emocional. En la alta montaña, la presencia de la cima es constante, su volumen e incertidumbre aplastantes; en el camino, las grietas y los lugares fronterizos inquietan. Los montañeros no suelen hablar de lo que sus mentes cavilan para no cargar más peso al grupo que asciende, pero nuestra cordada procuraba explorar algo más allá de lo que las palabras decían con la lectura de los rostros y dar salida a las turbulencias internas que nos acompañaban.

La oscuridad fue cayendo y sucedió una madrugada... asemejando el ataque final de las gestas en los picos elevados, en el silencio del alba, el hombre solo ante la naturaleza abierta, cuando se accede al corredor final y uno siente vértigo ante lo que ve que queda por delante pero sabe que es la hora temprana la que permitirá sopesar los imprevistos y se inicia la marcha sobre la arista terminal... Esa mañana, él llegó a su cima, a lo más alto, sin presiones, fresco y libre, sin oxígeno, como le gustaba, a la cumbre cuya marcha habíamos iniciado en grupo días atrás, sólo y en silencio. Como pareja de cordada, su querido grupo de casa. Nosotros acudimos después, tras comprobar ellas que había llegado...y, retirado el material que pudiera dificultar su partida, material que le unía a un mundo que ya no era el suyo... compartimos y sentimos el momento, valorando que había sabido enfrentarse a él como lo hizo en las cordilleras que visitó, con la misma entereza y decisión.

La cordada se abrazó en grupo. Las gracias se expresaban junto a las lágrimas de uno y otro lado y, aun sabiendo que el hacer cumbre no alegraba el momento, sí reconocíamos el esfuerzo realizado en común, junto a él. En los corazones quedó el lazo perenne de una experiencia a tan alto nivel como nuestro montañero había realizado con anterioridad.

¡Aupa, Mari! Gracias por permitirnos compartir tu última hazaña.

*(Cordada: grupo de alpinistas sujeto a una misma cuerda)*

**Maria Pilar Arroyo Aínés**

## RELATO GANADOR DEL VIII PREMIO JORDI CEBRIÀ



ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## EXPLÍCAME. CUÉNTAME. NO ESTÁS SOLA.

Hacia cuatro semanas que había iniciado mi periplo por esta nueva aventura que representa la medicina y en concreto la Medicina de Familia. Ilusión por aprender, por avanzar en la comprensión y satisfacción de la labor bien hecha de las demandas planteadas por todos aquellos que llegan a nuestra consulta. Con mi tutor formamos un equipo, codo con codo, sintiéndome protegida. Día a día, visita tras visita, comentando y tomando decisiones conjuntas.

Mi Centro de Salud está situado en una zona urbana periférica de la ciudad, de reciente construcción y con una población trabajadora de clase media. Ya empezaba a conocer a algunos de los pacientes y cada vez asumía mayores responsabilidades. ¡Qué miedo! Visitar yo sola, tomar decisiones. Uf!!!!!!!

Aquella mañana cambiaría en cierta manera mi actividad profesional. Estaba ante un posible caso de violencia de género.

Llegué como siempre y me puse a supervisar la lista de pacientes que asistirían a la consulta ese día. Hice pasar a la primera paciente, Marta. Era una mujer joven, bien parecida, pero me llamó poderosamente la atención su mirada de profunda tristeza. Era la segunda vez que contactaba con nosotros, que la visitaba. A pesar de su aflicción, advertí que se sentía aliviada al verme. Tuve la sensación de notarle un cambio respecto a la última vez. Tenía razón mi tutor con la comunicación no verbal (“fíjate en el aspecto de las personas, como nos miran, como se sientan, como nos saludan”): había perdido el brillo de sus ojos, mirada baja, melancólica. Encontré a faltar su júbilo y sonrisa de la semana anterior. Estaba nerviosa.

Inicié la entrevista con una pregunta abierta. Como me ha enseñado mi mentor, que las personas a las que atendemos puedan explayarse. Le pregunté cuál era la razón de su visita, en qué podía ayudarla, que podía hacer por ella. Me explicó que no podía descansar, hacía noches que no dormía, presentaba sensación de inestabilidad y añadió que había perdido peso. Le preocupaba la inseguridad, que pudiera caerse al suelo. Me dispuse a realizar una exploración neurológica completa y a tomarle las constantes. Fue entonces cuando rompió a llorar. Me quedé muy extrañada. Y entonces recordé su aspecto a la entrada en la consulta y las emociones que a mí me supuso. Su mirada triste correspondía con este llanto espontáneo y sincero. Nos miramos durante unos segundos, no articulamos palabra y la acompañé para que se sentara nuevamente en la silla. Entre sollozos, me dijo que no sabía por dónde empezar, que no era capaz de poder explicarme qué le estaba sucediendo. Incluso llegó a manifestarme que no sabía qué hacer ni a dónde ir. No se sentía afortunada con la vida que estaba viviendo actualmente. Le faltaba ilusión y felicidad en su entorno. Me confesó que tenía problemas en su hogar. Que no se lo dijera a nadie. Se sentía avergonzada de la situación y además de tenerlo que explicar a una persona que no conocía, que no era de su círculo de confianza.

Uf!!!! Ufff!!! Mi subconsciente. Dos veces. Mis sentimientos fueron de impotencia. Cuanto estaba encontrando a faltar a Mateo, mi tutor. No sabía cómo actuar. Qué decir.

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

Qué hacer. No me había encontrado nunca ante una situación tan triste y desconcertante. Yo pensaba que pasar consulta era otra cosa. Que todo era más sencillo. Analíticas, pruebas, procesos infecciosos, osteoarticulares, algún que otro trastorno de ánimo reactivo a situaciones,...

Intenté reaccionar lo más deprisa que pude. Recordé y recapitulé. Entonces hice acopio de aquello que me explicaron durante el Grado, algo de comunicación que relataban como escucha activa. Curiosamente, Mateo también había sido mi profesor de comunicación en la universidad. Gesticulé con la cabeza asintiendo y miré a Marta a los ojos, como invitándola a hablar. En aquel momento, tenso para las dos, Marta empezó a charlar. Me contó que estaba casada con Juan, paciente habitual de la consulta por padecer un trastorno de dependencia al consumo de alcohol desde hacía años. Afirmaba que su marido la quería pero que la controlaba excesivamente. Sentía su mirada y presencia en todo momento. No la dejaba relacionarse con su familia ni con sus amigos. Incluso había tenido que dejar el trabajo para estar en casa cuando él llegara. A Juan le gustaba encontrarla en casa, pero aun así no se sentía satisfecho. Nunca estaba contento. Y ya no podía soportar más esta situación tan angustiada y preocupante. Se encontraba desesperada. No sabía cómo actuar.

Marta no paraba de repetir: “Juan me quiere, yo lo sé. Pensaba que era el hombre de mi vida, pero ahora no lo reconozco. Ha cambiado tanto. No es el Juan del que me enamoré. Antes era amable, cariñoso, y ahora me grita, no me deja hablar ni opinar sobre las cosas más simples y cotidianas. Me encuentro anulada. Me siento insegura. Tengo miedo.” Entendí que Marta no sabía qué hacer, temía a la persona que tanto había amado y seguía amando.

Entonces me asaltaron las dudas. ¿Qué tendría que hacer para ayudar a Marta? ¿Qué le podía decir a Marta en esta situación? Ahondé en mi interior y descubrí que necesitaría aplicar mis habilidades comunicativas. Con esta paciente no solo bastaba con una buena exploración física, una analítica o un diagnóstico. Ante mí tenía a una persona con sentimientos controvertidos, un querer y no poder, no sabía cómo encaminar su vida para buscar algo que todos necesitamos y buscamos: la eterna felicidad. Me planteé que mi línea de trabajo no podía ser dar consejos a la ligera sin conocer más a fondo su problemática, sus intenciones, sus pensamientos. Marta se encontraba alterada, afectada por unos hechos que jamás hubiera imaginado que le pudieran llegar a ocurrir. Repetía que Juan no era consciente de su comportamiento ni de su actitud hacia ella porque estaba enfermo. Tuve un ápice de valentía y entonces me atreví a cogerle de la mano, percibiendo que ella agradecía el gesto.

La observé y comenzamos una conversación pausada y profunda: “Marta, no estás sola” le manifesté. De sus palabras repetí una observación: “No creas que es cierto este refrán: quien bien te quiere te hará llorar. No lo creas. La persona que te quiere intenta ayudarte, te acompaña a través del largo camino de la vida. No te juzga, no te obliga a nada, ni se enfada, sino que te aconseja y te apoya en tus decisiones. Quien te quiere, desea hacerte feliz y no destruirte. Piensa, interiorízalo. Es fundamental para que puedas cambiar el rumbo de tu vida. Es difícil que las personas como Juan cambien, por

mucho que prometan que lo harán, sobre todo cuando te plantees dejarlo. Ya sé que tú no quieres abandonar a Juan, te estás sacrificando por él, pero tal vez no consigas dominar la situación. Quizás no puedas reeducarlo, por muy fuerte que sea vuestro amor.”

Le recordé, de nuevo, que no estaba sola. Debía acudir a las personas de su entorno, familia, amigos y vecinos. Probablemente también necesitaría ayuda de un profesional. Por supuesto, que con la mía ya contaba. Sabía que era muy importante escucharla. Tenía que comunicar y hacerle saber que no tenía que sentirse culpable de lo que estaba ocurriendo. Era necesario destacar y potenciar sus propias capacidades para afrontar los problemas, lo que denominamos resiliencia.

Marta comentó que Juan le hacía muchas promesas pero que nunca las cumplía y que tenía miedo a la opinión de su familia y amigos. Desconfiaba de todo y se sentía impotente. Le aconsejé tranquilidad y que analizara lo que habíamos hablado. Sobre todo tenía que pensar en sí misma.

Aquí terminó nuestra consulta. Acordamos volver a hablar cuando ella lo necesitara. Se fue sosegada y prometió pedir cita con la psicóloga del Centro. Cuando salió de la consulta, me quedé unos minutos en silencio, pensando. Estaba preocupada por ella. ¿La habría ayudado? Creo que le había dado pautas que le servirían como punto de partida en la solución de su problema. Pero aun así, tenía miedo de la reacción de Juan, si descubría que su mujer había acudido en busca de ayuda. Quizás el cambio de comportamiento de Marta, a raíz de nuestra conversación, podría empeorar la situación. Pero Marta tenía que poner fin a su sumisión.

A los 2 meses, Marta regresó a la consulta. Cuando vi su nombre en la lista, tuve un sobresalto. No pude evitar sentir cierto nerviosismo. ¿Cómo estaría Marta? ¿Habría conseguido solucionar su problemática? Pero también pensé en Juan. Hacía tiempo que no acudía al Centro. Salí a la sala de espera y pronuncié su nombre. Rápidamente levantó la cabeza y me miró. Su mirada me presentó a otra mujer. Había recuperado la sonrisa, sus ojos volvían a brillar. Venía arreglada. Entró decidida y muy segura de sí misma. Estaba radiante, animada. Había recuperado su trabajo como dependiente en un centro comercial y el trato con sus compañeros de trabajo y los clientes la había ayudado a evadirse de sus problemas.

Pero había un secreto a voces. Lo que más le importaba es que tenía esperanzas en la recuperación de su Juan. Reconoció sus problemas y limitaciones. Buscaron soluciones, salida a la encrucijada personal y familiar. Desde hacía dos semanas estaba asistiendo a un centro de rehabilitación para superar sus adicciones. Se estaban produciendo cambios muy significativos en su comportamiento. Y se reflejaba en una relación mejorada. Entendí que Marta estuviera contenta e ilusionada por recuperar su vida. Por fin no había discusiones, no había faltas de respeto ni insultos. Ya no sentía miedo. Ambos luchaban por salvar su amor. Se abrían ante ellos una nueva esperanza, una nueva vida juntos.



**“ EL CAMINO ES COMUNICARTE ”**

10 - 13 ♦ Octubre ♦ 2mil18  
Monasterio San Martín Pinario ♦ Santiago de Compostela

Era la primera vez que me enfrentaba a una problemática de este tipo. Después de esta experiencia observo que la empatía, la proximidad, la calidez y la escucha activa son armas que necesitamos expresar ante aquellos pacientes que necesitan de nuestra ayuda. Y me siento plena por haber acompañado en este camino a Marta.

**Cristina Molins Rojas**

**Covadonga Sánchez-Ostiz Gallego**

**Antoni Plana Blanco**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## NOCHE OSCURA

¡Es increíble!, va a llevar razón el esotérico de mi médico de cabecera... siempre dice que mis dolores de cabeza están asociados con mi forma de ser... Cuando lo conocí, la segunda vez que me trató, llegué a la consulta con un montón de pruebas, que los dos neurólogos que me habían visto, un privado al que me había derivado el médico anterior, me había solicitado. Todas bien. Me recibió en la puerta, eso me había chocado y agradado a partes iguales la primera vez, tras ofrecerme la mano y una sonrisa cálida me invitó a sentar... añadiendo al gesto un "por favor".

Le alargué el cartapacio de informes, pruebas, análisis y estudios. Las miró atento, las leyó con mimo, asintiendo suave con la cabeza, centrándose en las conclusiones, y encontrando mis ojos de cuando en cuando.

- El estudio ha sido muy exhaustivo, veo que le han aconsejado un tratamiento, ¿qué más le han dicho?...

La verdad es que no me habían dicho gran cosa, que todo estaba bien, que había personas a las que los nervios le provocaban malas pasadas y sufrían de migrañas o jaquecas... Los dos habían recetado analgésicos específicos y antieméticos, para las crisis y un tratamiento preventivo para aminorar los síntomas, aunque cada uno una cosa. El privado, también, había comentado de la existencia de otras pruebas a realizar, aunque no cubiertas por la póliza y tratamientos no farmacológicos, distintos, aunque aconsejaba empezar por los fármacos recomendados.

Me escuchó con interés...

- Si le parece voy a hacerle una proposición deshonesta-, me dijo. Mis cejas marcaron unos dúplex claramente detectables.

- ¿Si?- atiné a decir.

- Si le parece bien podemos concertar una entrevista con un poco más de tiempo para completar el enfoque de su problema...

Me tenía un poco desconcertado. Es verdad que los generalistas o de familia, como dicen ahora, suelen tener un trato diferente a los otros especialistas, pero no estaba acostumbrado... parecía que realmente le importaba. Con uno de los neurólogos, no sé cuál ahora mismo, creo que el privado, había tenido una sensación muy desagradable mientras me decía que no era nada...

Era como si fuera frustrante que no tuviera un tumor o algo así, como si mi queja fuera una bobada porque él, con todo su aparataje, sus pruebas y su bata de doble botonadura... no había encontrado un tumoraco al que etiquetar, poner nombre y echarle la culpa. Así que concertamos una cita para unos días más adelante, cuando nos vino bien a los dos.

Mi médico, ya les digo es un tipo alternativo. No es que no vea con claridad lo normal, lo que arreglan o disimulan todos, no... que eso lo hace como demás... pero, es original. Hace un puñado de años que mi familia: mis padres y mi hermana, están con él. Y desde que nos mudamos al barrio mi mujer y yo, nos pusimos en su cupo. Contaba mi hermana, que tiene de vez en cuando ataques de asma, que acudió por segunda vez en una

semana a consulta... por una crisis de campeonato, lejos de derivarla al neumólogo le soltó: "Sabe, los poetas dicen que la sibilancia, ese pito que parece robarle la vida, es un grito ahogado de libertad". Le prescribió un inhalador de rescate, y la mandó volver pasados unos días, según le fuera, para volver a auscultarla. Mi hermana tardó 24 horas en asimilar aquellas palabras. Sentó a mi padre en el comedor, le cantó las cuarenta y se llevó las diez de monte. No es que no haya vuelto a pitar, pero mucho menos y menos tiempo. A mi madre diagnosticada desde siempre de colon irritable, a la que le habían practicado mil y pico colonoscopias, para seguir con sus desajustes un día le espetó: "qué enfadada está siempre". Mi madre se quedó a cuadros y mi hermana, que la acompañaba, a doble cuadrícula. Mi madre es una señora superdócil, capaz de morir por hacer un favor, que antepone todo y a todos a su persona y a su interés... ¡enfadada! Con lo orgullosos que estábamos todos de su gran capacidad de sacrificio y sufrimiento, de su abnegación... de lo buenísima que era... Y remachó: "cuando queremos insultar a alguien no decimos: "me estornudo en tu padre", no, nos cagamos directamente en el progenitor, ¿verdad?, cuando queremos visualizar el miedo máximo no decimos: "estornudas de miedo", no, decimos: "te cagas de miedo". Usted que no se permite decir estas groserías, directamente va a la diarrea y como se siente fatal con el desahogo luego se estriñe..."

Mi madre sigue sin verlo, no siempre entiende a este médico tan raro, pero le gusta, "es amable y campechano y "acierta" muchas veces", comenta.

En mi cita programada, después de escuchar mi relato, me dice: "discúlpeme si lo que le digo no tiene nada que ver con usted, pero creo que es una persona exageradamente exigente, muy perfeccionista, muy controladora, con una gran ambición profesional, siempre quiere tenerlo todo bien controlado y bien hecho, es usted un chollo para los jefes y un semicalvario para los compañeros, aunque a mí no me disgusta trabajar con jaquecosos, sabes que nunca te van a dejar en la estacada..., suelen ser buena gente". Me estaba describiendo como si me conociera de toda la vida... No lo puedo evitar soy así. Siguió hablando de la inteligencia, de la muerte y el sexo, de qué sé yo cuantas cosas más... Me tenía arrobado, no podía cerrar la boca ante la sorpresa de verme en un espejo insospechado.

- La jaqueca tiene mucho que ver con la forma de ser- concluyó.

Hablamos de algunos trucos para aliviar la exigencia y la necesidad de controlar, que me llevaba, indefectiblemente, a hacer lo mío y lo de los demás; comentamos la posibilidad de aprender estrategias de afrontamiento al estrés y otras miserias y quedamos en seguir viéndonos regularmente. Desaconsejó los tratamientos preventivos, sobre todo por sus efectos secundarios y quedamos que en el siguiente episodio iría a verle.

Mis jaquecas me han seguido acompañando, es la parte femenina de mi persona, como dice él, aunque más atenuadas en intensidad y duración, lo cierto que asistir al grupo de relajación y el ejercicio, al que me he hecho adicto, me han ayudado considerablemente. Ya no me como tanto el tarro... y soy capaz de correr medias maratones. Si escribo esto es porque ahora es un sin dios. Me han ascendido. Soy periodista. Hace tiempo que peleaba por este puesto: responsable de la sección de opinión, en mi periódico. Por fin

el esfuerzo, el trabajo ven su recompensa, pero no hay dicha completa, está claro, ahora... Parece que mi dolor de cabeza es cosa de brujería, pues aparece cada vez que cometo una falta de ortografía. Cada tilde que, traviesa, se escapa a mí control; cada coma que rebelde se coloca inadecuadamente, burlando la gramática, la lectura y el sentido común; la ausencia o presencia errónea de los punto y coma y los dos puntos; que decir de los leísmos y los laísmos, no me sirve de excusa acusarme de mi nacimiento y sus debilidades... "los de Madrid hablamos así...", cualquier falta ortográfica desencadenan una hemicránea.

El dolor, como una alarma de incendios, estalla en mi cabeza, lo que me obliga a repasar el texto en busca de la errata, el yerro o el desacierto. Mientras la náusea busca evacuar el contenido gástrico, como si las palabras mal elegidas, las puntuaciones inapropiadas... quisieran salir de lo escrito. Mientras la luz hiere inmisericorde más allá de las pupilas, como si el negro sobre blanco demandara esa acción inquisitorial que ilumine el texto. El ruido martiriza doloroso cada idea, cada pensamiento, retumbando en mi cerebro... y mis ojos, como náufragos sedientos, buscan la equivocación, la omisión o los errores en el texto.

No sé cómo interpretarlo. La jaqueca me ha hecho mejor escritor. Mis escritos han alcanzado notoriedad, todo el mundo los alaba por su claridad y buen juicio... Es como un hechizo. Algunas veces me asalta la duda de si no habré vendido mi pulcritud literaria a alguna hechicera, a algún demonio. Es como si en una noche oscura, de incertidumbre, complejos de inferioridad y desconfianza manifiesta, me hubiese sido ofrecida la posibilidad del éxito y su precio. Y hubiera aceptado sin importar... No sé... ¿Cómo le cuento esto a mi médico?

¿A quién le importa el camino?, solo los resultados.

Solo yo y ahora ustedes, conozco, conocemos la verdad.

Si me lo permiten, lo voy a dejar aquí, no puedo más, hasta el resplandor de la pantalla me duele, me duele demasiado y... éste no lo repaso.

**Augusto Blanco Alfonso**

**Teresa Blanco Ramos**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2ª Pl., Of. 13 - 08002 - Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es

## EL RELATO, LA MEDICINA QUE LOS PACIENTES NOS ENSEÑAN

Conozco a Pilar y Juan desde hace más de ocho años. Siempre se han visitado en su mutua privada, venían a la consulta a enseñarme la multitud de informes y pruebas complementarias de los diferentes especialistas que les llevaban, y por supuesto a pedir las recetas, a veces interminables listas de la compra, que debían a la farmacia.

Tras la consulta habitualmente me sentía frustrada, ocupaban mucho del escaso tiempo que tenía y sin embargo, tenía la sensación de que como médico no había aportado absolutamente nada. Media hora, que restaba de una correcta atención a otros pacientes, que quizá lo necesitaran más.

En algunas ocasiones me había tenido que “pelear” para hacer prevalecer mi criterio ante tratamientos que consideraba “no adecuados” para la patología que presentaban. En el último año Pilar ha sufrido varios ingresos de gravedad, con complicaciones secundarias a su pluripatología. En mi mente de médica de familia, detecto que ambos están entrando en un periodo de fragilidad, ese que no sale en las analíticas, ni en las pruebas complementarias, pero que detectas en la consulta, porque conoces a esos pacientes de hace años. No hace falta ni test diagnóstico, ni escalas de riesgo, es algo que intuyes, sin más.

Ayer Juan vino sólo, venía con sus analíticas... pero él y yo sabíamos que quería hablarme de Pilar, aunque para ella no había pedido cita.

Mientras tecleo en la historia informatizada, Juan me mira fijamente. El ordenador comienza a emitir señales incómodas, alertas sobre fármacos no adecuados, parámetros clínicos y analíticos (generalmente cardiovasculares) que no se cumplen adecuadamente o patologías que no están tratadas exactamente como dicen los ensayos clínicos, aquellos que paradójicamente excluyen a pacientes como Juan.

En un ataque de lucidez y sentido común, dando la espalda a todas esas señales que intentan distraer mi atención para que la historia clínica sea “perfecta”, me giro hacia él y pregunto -Este último año ha sido muy duro para los dos ¿cómo lo llevas?

Me mira agradecido y su respuesta me deja clavada en la silla mientras las lágrimas amenazan con aparecer...

-Me l'estimo amb bogeria (la quiero con locura)

Callo y espero, definitivamente hoy no pienso registrar en el ordenador la analítica que me trae.

Empieza su relato... palabras sinceras, sabias que me explican desde su experiencia todo aquello que ningún tratado de geriatría habría podido transmitirme con tanta claridad. Habla de fragilidad, de pérdida de autonomía, de la necesidad de confiar en otros para poder seguir adelante, de la sensación de no tener el control sobre su propia vida, de los momentos de pareja, del miedo a la soledad cuando ella no está...y finalmente si ella no estuviera.

Termina de hablar, me tiende su mano

-Gracias por escucharme, hablar con usted siempre me ayuda, da sentido a mis pensamientos me dice mientras recoge sus cosas y se levanta para marcharse. Cuando cierra la puerta, me vuelvo hacia el ordenador, vuelvo a abrir la historia clínica y escribo una sola palabra que pretende resumir la intensidad de esa visita “hablamos”. Sonrío, creo que es la primera vez que me he sentido útil como médico con ellos. Sin embargo pienso, ¿hubiera sido posible esta entrevista si no hubiera habido tantas otras que yo consideraba “sin valor”?

**Raquel Gayarré Aguado**  
**Josep M<sup>a</sup> Bosch Fontcuberta**  
**Elena Serrano Fernández**

ORGANIZAN:



SOCIEDAD ANFITRIONA:



SECRETARÍA TÉCNICA

Congresos y Ediciones semFYC  
Carrer del Pi 11, 2<sup>a</sup> Pl., Of. 13\_08002 – Barcelona  
Tel: 93 317 71 29 Fax: 93 318 69 02  
congresos@semfyc.es