

Reflexiones Ser Mortal

Pocas certezas tenemos en medicina. De hecho, trabajar codo con codo con la incertidumbre es una de las características de la profesión médica y si me permiten el atrevimiento, diré que esta incómoda compañera tiene predilección por los ingenuos médicos de familia. Sin embargo compañeros, que vamos a morir (pacientes y nosotros mismos) es una realidad a la que todos y especialmente las sociedades occidentales tratamos de dar la espalda. Como si por no nombrarla, consiguiésemos librarnos de ella. Los más afortunados consiguen despistarla muchos años aunque la mayoría debe pagar, como peaje por esos años de más, un deterioro más o menos progresivo de las facultades fisiológicas de la que uno fue provisto en su juventud.

Precisamente en esta etapa, en la que la muerte empieza a ganar metros y reducir distancia, es en la que se centra el libro "Ser mortal. La medicina y lo que al final importa" de Atul Gawande. El autor, un médico estadounidense de familia india, hace un recorrido en primera persona, por los distintos recursos que existen para pacientes dependientes (la mayoría de ellos ancianos) en EEUU y los servicios de cuidados paliativos. A la vez que afronta de muy cerca la enfermedad terminal de su padre desde el punto de vista del familiar pero también planteándose su papel como médico.

Acompañándolo a través de sus páginas, reafirmamos la importancia que tiene mantener la autonomía del paciente anciano y recordamos que mayor no es igual a inútil. Precisamente por esto, deberíamos esforzarnos por conocer las preferencias y deseos del paciente en su proceso de enfermar y envejecer. Tal vez, el envejecimiento sea una de nuestras asignaturas pendientes, ¿lo abordamos en consulta? ¿Conocemos cómo lleva el paciente el camino a la senectud? ¿Si decidimos sacar el tema a colación, lo hacemos demasiado pronto, o demasiado tarde?

Por otra parte, los más jóvenes sobre todo, nos sorprendemos con resultados de estudios que demuestran que los cuidados paliativos no solo aumentan la calidad de vida de los pacientes, sino que también la prolongan, ¡qué importantes debieran ser entonces!

Y nos alarmamos cuando encajamos bastante bien en la definición del "médico informador" que huyendo del paternalismo informa y muestra al paciente todos los cursos de acción disponible. En realidad, todos y cada uno de nosotros tampoco queremos ser meros informadores, nosotros, aspiramos a ser el médico que acompaña al paciente en todo su proceso y, como conocedor de su historia personal y familiar, le ayuda a tomar las mejores decisiones. Esto señores (aquí la discrepancia con el autor), sólo se consigue apostando por la LONGITUDINALIDAD y la MEDICINA DE FAMILIA.

Para no extenderme y siendo consciente de que hay muchos más aspectos destacables de esta pequeña joya con portadas azules que no quedarán recogidos, me gustaría citar directamente un fragmento que creo que resume muy bien la esencia del libro.

"Nos hemos equivocado respecto a cuál es nuestra tarea en la medicina. Creemos que nuestra misión consiste en garantizar la salud y la supervivencia. Pero en realidad, es mucho más que

eso. Consiste en hacer posible el bienestar. Y el bienestar tiene mucho que ver con las razones por las que uno desde estar vivo. [...] Siempre que nos golpea una grave enfermedad o lesión, y nuestro cuerpo o nuestra mente fallan, las preguntas vitales siempre son las mismas: ¿Cuál cree usted que es su situación y sus potenciales desenlaces? ¿Cuáles son sus miedos y cuáles son sus esperanzas? ¿Qué sacrificios está usted dispuesto a hacer y cuáles no está dispuesto a hacer? ¿Cuál es la línea de actuación que mejor se ajusta a esa forma de ver las cosas?"

Sin más pretensión que resumir las reflexiones de un grupo de lectores, voy a recomendar que los que todavía no lo hayan leído corran a la librería más cercana ya que es para nosotros un imprescindible en la biblioteca de cualquier médico.

Ahora sí, me despido, espero que no por última vez.

Marta Frau

Castellón. 23 de octubre de 2023

Texto elaborado a partir de las reflexiones del grupo docente del centro de salud Rafalafena.