

LA MIRADA DEL MEDICO

Me contó Josan que después de una conferencia sobre medicinas naturales una señora del público comentó que cuando ella y sus hermanos era pequeños había un médico en su pueblo que “sólo con entrar a casa ya los ponía buenos a todos”. Esto avivó la charla y se generó un interesante debate sobre la calidad de la relación médico-enfermo y acerca de si la experiencia de curación que describía la señora se había perdido definitivamente o si todavía era posible que éso sucediera en la sociedad de la técnica.

Yo pensé que ser niño y en aquel pueblo hablaba de un tiempo y un lugar que la memoria de aquella mujer había limpiado, depurándolos de los inconvenientes que a menudo lo cotidiano conlleva. La niñez recordada en un medio rural es poco menos que el tiempo mítico de la Edad de oro de la Humanidad. Esta situación ideal, en que la mirada inocente de unos niños otorga al médico el poder chamánico de ahuyentar la enfermedad, se produce quizás tanto o tan poco, ahora como antes. En aquél tiempo y en éste los niños siguen siéndolo y los médicos son tan escasos como siempre aunque ahora predominen tanto los técnicos o hayamos de recurrir a la técnica a falta de algo mejor.

El médico clínico completo que te ve y te toca con conocimiento, ya puede informarte sobre lo que ocurre y qué es lo que anda mal y ésto hace nacer nuestra confianza en él porque encaja en lo que ya intuíamos y no nos atrevíamos a reconocer. También usa de los medios técnicos para precisar el diagnóstico, no prescinde sino de aquellos métodos que a pesar de su agresividad o invasividad no llevan a un mejor tratamiento. Analizar, medir y cuantificar es necesario para saber el punto de partida del tratamiento y valorar objetivamente la evolución, es uno de los pies en los que se asienta la práctica médica correcta, el otro será el conocimiento y comprensión del aspecto individual y subjetivo de la enfermedad, la historia que ha desembocado en el drama actual.

Ese algo mejor del que hablábamos, independiente de la técnica y que la sitúa como instrumento en el nivel que le corresponde, es la relación humana que se establece entre la persona que sufre y el médico que escucha dispuesto a acompañar al paciente en el proceso curativo para llevarlo a buen fin. Esta relación es curativa en sí misma cuando se produce correctamente en todos sus elementos y se le da el tiempo suficiente para que se genere.

La persona enferma se siente extraña, diferente a las demás, tiene miedo a lo que le está sucediendo y desconoce. Todas éstas emociones negativas, independientemente del nombre que le pongamos a su enfermedad, son el caldo de cultivo de mil complicaciones. Por el contrario,

la persona que se siente escuchada y comprendida sale de la soledad y el aislamiento al que la enfermedad le ha llevado, experimenta confianza y seguridad y ésto que ya le hace sentirse mucho mejor, es un excelente comienzo para el recorrido que lleva de la enfermedad a la salud.

Es una experiencia común y muchas veces me lo han referido en la consulta que la mejoría de los síntomas empezó cuando decidieron poner remedio a la situación en la que se encontraban. Esto ocurre porque, con frecuencia, nuestro sentirnos mal se acompaña de una inercia que nos ata a ése mismo estado que nos hace sufrir. De manera que tomada la decisión de que **algo cambie para mejorar**, se pone en marcha el proceso curativo y para cuando llegaron al médico ya había desaparecido el dolor o al menos en parte y los síntomas de la enfermedad habían empezado a mejorar. Esto indica que el proceso curativo se desencadena, independientemente de médico y de medicina, cuando ponemos la voluntad en que algo cambie y buscamos los medios para que ocurra. Cuanto más profundo y más fuerte es el deseo de cambio y de mejoría, más energía se pone en juego para ordenar la situación. Es a ésto que llamamos voluntad de curación, de su profundidad y solidez va a depender que una enfermedad sea curable o no, pues representa el punto de apoyo de cualquier tratamiento médico eficaz.

En el territorio de la confianza

Todos quisiéramos, tanto los enfermos como los médicos que también enfermamos, aproximarnos lo más posible a ésa experiencia en la que se percibe con certeza que se ha producido un cambio y que la salud está próxima. Como pacientes queremos ser rescatados del sufrimiento de forma suave y permanente y por otro lado, todo médico quisiera ordenar la situación de la manera más rápida y sin daños añadidos. Sirva éste pequeño escrito como reflexión para tratar de destacar por separado los diferentes elementos que forman parte de la relación terapéutica independientemente del método que se use para curar.

Una de las más valiosas riquezas de aquellos niños del pueblo era la confianza que depositaban en el médico y la que éste seguramente tenía en lo que estaba haciendo. Este inestimable capital pareciera que se nos va agotando con el paso del tiempo. La desconfianza es uno de los sentimientos predominantes de la “plaga emocional” que en mayor o menor medida a todos nos afecta. El engaño, el fraude, la duplicidad en la intención, son experiencias que extinguen o al menos forman un velo sobre la confianza total del niño que se deja caer, con la certeza de que lo van a recoger en el aire. La confianza del paciente posibilita el primer paso y permite que no se rompa la relación en los momentos difíciles. El médico a su vez, también ha de caminar sobre la confianza y en su caso, para que sea fuerte y duradera, la ha de depositar, más que en sí mismo o en el método terapéutico que emplee, en la fuerza curativa y restauradora de la Naturaleza, de la que el mismo médico al fin y al cabo, no es sino una expresión.

A todos alguna vez nos ha ocurrido que inadvertidos, llevábamos una fea mancha o una abertura indiscreta en la ropa y esto no nos causaba ningún apuro hasta que la mirada de alguien nos hace darnos cuenta y tomar conciencia de nuestra apariencia. La incomodidad se apodera de nuestra situación y rápidamente queremos corregirla haciendo desaparecer la disarmonía. Aquella mirada nos hizo darnos cuenta de algo que estaba en nosotros sin saberlo y con el simple hecho de conocerlo, cambia nuestro estado y genera energía suficiente para modificarlo. En otro nivel pero de forma semejante, la mirada del médico ha de ampliar nuestro campo de conciencia acerca de lo que nos está ocurriendo y al mismo tiempo ha de percibir en nosotros la mejor de nuestras posibilidades de manera que nos haga verla o recordarla y así actualizarla a fin ha de estimular la confianza en nuestra capacidad de cambio para salir de la situación.

La mirada limpia, exenta de prejuicios, desprovista de otras intenciones o temores, actúa de espejo en el que mirarnos sin distorsión y en el que podemos ver, no solamente las manchas y las aberturas de la superficie sino también en el fondo la mejor y más perfecta de nuestras posibilidades. Conocerlo y desearlo nos permite hacer el gesto preciso para corregir la causa interna de la enfermedad y caminaren la dirección de la salud completa.

El saber detallado, la minuciosidad de los datos obtenidos mediante recuentos y cuantificaciones cada vez más exhaustivas, aleja al médico de la persona que sufre, adentrándolo cada vez más en el camino de lo que es parcial, alejándose en ramificaciones sin sentido. ¿qué relación tiene lo que me está pasando con ésa tablas de números y normalidades estadísticas, a la que mira ése señor de la bata sin verme a mí?. Pero el sinsentido más grande se produce cuando el médico nos dice “usted no tiene nada”, porque no hay ningún número que se salga de lo normal. Y entonces ¿por qué me duele, qué es lo que me hace sufrir?.

El avance técnico ha crecido a la par de la super especialización de los médicos que ven, cada vez con más detalle lo que está ocurriendo en cualquier pequeño rincón de nuestro cuerpo, pero son ciegos para el conjunto de la persona. Para poder ver la totalidad y entender los significados es necesaria una cierta distancia que permita la perspectiva y ordene los hechos.

Tan absurdo sería pretender prescindir de la tecnología como lo es, de hecho, tratar de entender lo que le está pasando a una persona mirándola por el agujero de un microscopio. Sin negar la necesidad del especialista ni el papel del técnico en relación a la máquina, cada vez sentimos más la necesidad de una visión “binocular”, con los dos ojos, que sea capaz de percibir el detalle que nos brinda la máquina y al mismo tiempo pueda encajarlo en la totalidad individual que es lo que le va a dar el significado.

Decía al principio, en relación con aquél maravilloso médico rural que curaba con su presencia que es tan difícil, ahora como entonces,

encontrarse con un verdadero médico. Yo al menos así lo creo. Y que la época que nos ha tocado vivir no es, en lo esencial, ni mejor ni peor que otras, aunque Caín haya perfeccionado tanto el hueso con el que matar a su hermano. El otro cincuenta por ciento de genes, transmitido por Abel, también están presentes aunque hagan menos ruido.

La responsabilidad de actualizar el arquetipo médico, es de aquellos que quieran atreverse a ser intermediarios de la Salud, pero también es necesario que como pacientes sepamos qué pedir a la persona que circunstancialmente ocupa el sillón del médico. La relación se establece entre dos y de ambos, en mayor o menor medida, depende el que funcione.

Se puede reconocer una buena entrevista con el médico:

- No es ni corta ni larga sino que el tiempo ha pasado a un segundo plano en el que pierde importancia la cantidad.
- Hemos experimentado la confianza y salimos más fuertes de lo que entramos pero tan lejos de la exaltación fantasiosa del “milagro” que nos hace huir de la realidad, como de la desesperanza del que no ve el cambio constante que caracteriza a la vida.
- El médico ha explorado con detenimiento los signos físicos que la enfermedad determina en el cuerpo y que se hacen manifiestos a los sentidos: el oído, el tacto, el olfato y la vista.
- Sentimos que se nos ha escuchado sin prejuicios acerca de lo que nos ha llevado al médico y éste se ha interesado por las circunstancias y las raíces personales que pudiera tener la situación actual.
- Después de la entrevista nos sentimos mejor a pesar de que no es agradable reconocer lo que no está bien.
- Es perfectamente posible que el médico nos diga que no sabe lo que pasa o que su ciencia no alcanza para resolver lo que está ocurriendo. Es muy saludable que el médico reconozca sus límites y se aleje de la fantasía de omnipotencia que tanto daño hace al paciente y también al médico.

Dr. Miguel Luqui Garde
Septiembre del 2001
Barcelona