

ARTÍCULO ESPECIAL

Mi concepto del buen médico

My concept of a good physician

J. Jiménez-Alonso

Servicio de Medicina Interna, Hospital Universitario Virgen de las Nieves, Granada, España

Recibido el 5 de abril de 2010; aceptado el 12 de abril de 2010

Adaptación de la conferencia impartida en febrero de 2010 en Barcelona, durante la reunión Internacional Ten Topics Josep Font in Autoimmune Diseases and Rheumatology.

En memoria del Dr. José Font Franco, médico internista, experto y pionero en enfermedades autoinmunes, maestro, investigador, amigo y buen médico.

¿Qué es ser buen médico?

Si se hiciera una breve encuesta sobre qué es para nosotros ser un «buen médico», aparecerían los siguientes términos: profesional comprometido, poseedor de un elevado sentido ético, vocación de servicio, buena persona, honesto, responsable, con la suficiente seguridad para generar confianza en el paciente y el entorno, atento en la escucha, sensato, inquieto, discreto, estudioso, con interés en la asistencia, docencia, investigación e incluso un poquito en la gestión. Un médico que sepa trabajar en equipo, con la humildad de conocer sus limitaciones y saber pedir consejo y opinión a otros colegas. Incluso alguien podría recordar frases elegantes de destacados pensadores, y también, por qué no, surgirían ideas originales en las mentes más despiertas. Asimismo, si realizáramos una encuesta entre personas de muy diversa condición social, cultural, económica o de diferentes edades (pacientes, amigos, familiares, alumnos), posiblemente los mensajes fueran bastante parecidos. En esta línea se han manifestado numerosos y prestigiosos profesionales, disertando sobre el papel y características del médico ante el nuevo milenio.

Correo electrónico: jjimenezalonso@gmail.com

Mi experiencia personal

Al preparar este manuscrito no he pretendido ser original, ni he buscado la brillantez. Aunque parezca presuntuoso y el resultado final no muy atractivo, he decidido reflexionar un poco acerca de mi vida, para contar aquí lo que ahora creo que es ser un «buen médico». Una reflexión que surge de mi experiencia, antes como persona que como médico, pues antes fui lo primero.

Como persona, conocí muy pronto a un hombre que era médico, el mejor que había en el mundo: mi padre. Yo creía que médico y padre era lo mismo y, como otros niños, estaba convencido que era un superhombre/supermédico. Fue médico rural que ejerció en Dúrcal (Granada) y luego en Cortes de la Frontera, un pueblo de la Serranía de Ronda, la Asturias de Andalucía (fig. 1). En los años sesenta y setenta del pasado siglo xx, leía el *New England Journal of Medicine* traducido al castellano, alternando con novelas del oeste y los clásicos. Comía mientras leía y oía el «parte»... y, a veces, incluso participaba en la conversación. Fue un buen médico, no solo porque era mi padre, si no porque era humano, sencillo y complejo. Se relacionaba mejor con los más débiles y podía pasarse diez o doce horas diarias viendo enfermos, levantándose casi todas las noches de madrugada, sin protestar e incluso a veces protestando.

Hay imágenes inolvidables de esta primera parte de mi vida de habitaciones humildes, muy limpias, con una palangana llena de agua, una silla, una cama y un enfermo, sus familiares, con un respeto y un silencio envolvente... y D. Francisco, recogiendo minuciosamente la anamnesis y explorando de esa forma tan ordenada. Empecé a aprender entonces la importancia que hoy le otorgo a ver el alma tras



Figura 1 Material de Dr. Francisco Jiménez Díaz, médico rural (mi padre).

un cuerpo enfermo. Comencé a conocer las diversas posibilidades diagnósticas, cuando ya desde mis quince años lo acompañaba en la consulta o visitas domiciliarias. Y este hombre médico, también buscaba en las monografías «progresos de terapéutica clínica» los mejores tratamientos para los casos más difíciles, analizaba (con el reactivo de Fehling) la glucosa en orina, hacía radioscopias, ponía yesos, extraía uñas o ayudaba a nacer un niño con fórceps (en una ocasión, tras reducirse a sí mismo una luxación de codo al caer de una mula, el transporte en el que llegó a aquel cortijo serrano). Creo que esa variedad clínica que aprecié con mi padre, fue el origen de querer especializarme en medicina interna, y hoy me alegra mucho tener pocas veces que decir «este enfermo no es de mi especialidad». Probablemente de esa época sea también mi afición por el diagnóstico diferencial. No me cabe duda que esta vida de Francisco Jiménez Díaz (que no era hermano de D. Carlos), me llevó a estudiar medicina sin que existiera en mi mente otra alternativa. Dejó una impronta en mi personalidad, como hombre y como médico, especialmente por el ejemplo de paz que ofreció durante sus últimos veinticinco años de vida, cuando ciego ya de sus ojos, sabía «ver» y disfrutar las cosas buenas que cada día le deparaba su tan limitada existencia.

Quiero también recordar otras enseñanzas de tres de mis maestros: Juan Luis del Árbol, José A. Jiménez Perepérez y Laura Jáimez. Ellos han marcado, con su ejemplo, que en realidad es lo más importante, mi vida profesional. Con el Prof. Juan Luis Del Árbol inicié mis experiencias hospitalarias en el tercer curso de medicina y continuó hasta mis 27 años. De él aprendí la necesidad de una gran preparación científica y a tener un orden exquisito, que él adquirió tras bastantes años de formación en Nueva York. El Prof. José A. Jiménez Perepérez, también formado en EE.UU., me enseñó la importancia de una sólida y equilibrada formación, y me maravillaba su humanismo. Y Laura, porque, después de 37 años juntos en la aventura de la vida, sigue enseñándome, entre otras muchas cosas, que con su trabajo profesional tan eficiente/casi perfecto, se puede ser tan útil y feliz como ella lo es.

Mi relación con el Dr. José Font

No fue hasta principios de los 90 cuando inicié mi, breve en tiempo pero de gran calidad, relación con José Font. Otro humanista, otro buen médico (fig. 2). Son inolvidables aquellas llamadas, mezcla de conversación telefónica y telegrama: *Hola Juan, soy Font de Barcelona, ... papá, es Font de Barcelona ... como si yo conociera a más de un Font de Barcelona, ... ¿qué tal estás? ¿Y la familia?... mira tal y cual... bueno pues hasta pronto, saludos.* Escasos minutos, pero de una gran calidez. Recuerdo su interés por la lectura, los libros antiguos, los paseos por la ciudad... todo lo que conforma una gran persona. Una persona completa, hasta lo posible, y preparada para afrontar con éxito una actividad tan pequeña en la vida, pero tan importante, como son las enfermedades autoinmunes.

Y es que un buen médico no solo debe cultivar su formación profesional, que no se duda, si no que debe crecer como persona, en tantas facetas como ofrece y permite disfrutar honradamente la vida. Debe madurar, poniendo el valor justo a cada cosa, y vivir, en cada momento, su vida y la de los suyos. Sin una vida plena, humana y profesional, con diversos puntos de anclaje, hay menos felicidad, o ausencia de infelicidad, menos equilibrio, menos perspectiva, menos paz y serenidad... y así es más difícil ser bueno en algo.

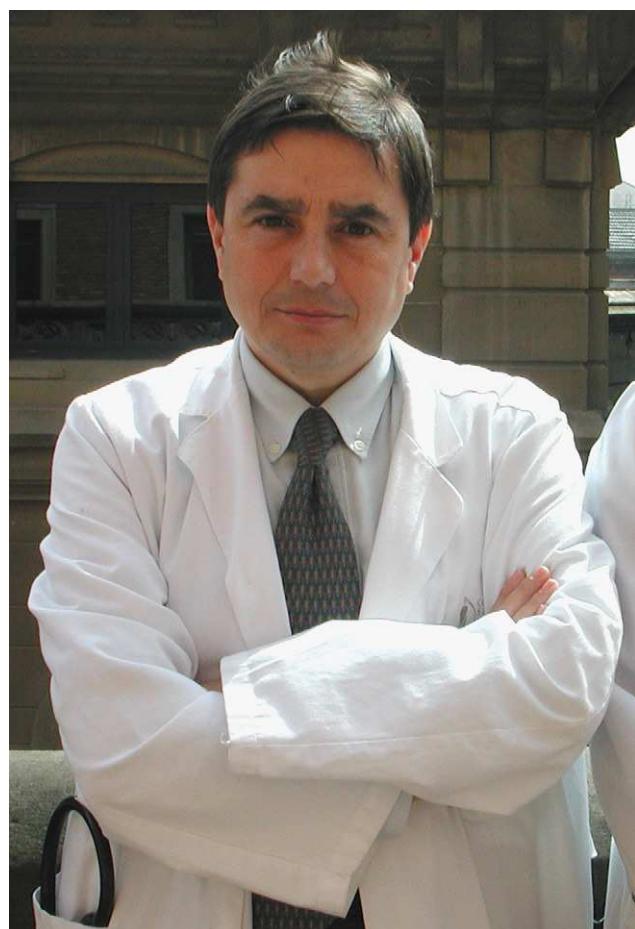


Figura 2 Dr. José Font Franco, médico internista, experto y pionero en enfermedades autoinmunes, maestro, investigador, amigo y buen médico.

En medicina, José Font y yo, compartíamos la misma devoción por la historia clínica, el examen físico, el diagnóstico diferencial y los estudios complementarios orientados de menor a mayor agresividad y carestía. Valorábamos en toda su importancia el arte clínico de interrogar y examinar, aunque sin ignorar los grandes progresos técnicos. Un buen médico debe ser maestro de los que están a su lado aprendiendo, y debe evitar la enfermedad llamada «deficiencia de habilidades clínicas» (muchas veces asociada a una «fascinación por las técnicas»), cuya triste incidencia actual en modo alguno es deseable.

José era un gran docente, un maestro solícito y generoso, que instruía y enseñaba a utilizar el cerebro y el corazón para tratar a sus pacientes. Además le apasionaba la investigación clínica, que tan productiva y citada fue en su trayectoria profesional.

La medicina y el médico actual

Aprovecho para decir unas palabras acerca de la situación actual de nuestra profesión. En esta sociedad del bienestar con tantos medios, y al mismo tiempo tantas personas con ansiedad y depresión, con escasez de tiempo, presión de los gestores, una medicina excesivamente tecnificada, tan avanzada como cambiada, y desgraciadamente, con cierta frecuencia, de complacencia y defensiva. Estamos ante una población cada vez mejor informada, con mayores expectativas y demandas, donde surgen no pocas situaciones conflictivas, que contribuyen al descontento y desmotivación del médico. En estas coordenadas, el desarrollo de habilidades para la comunicación, amabilidad y delicadeza en el trato, un buen equilibrio entre optimismo y realismo (en casi todas las enfermedades hay casos más leves y más graves), hacen que un buen médico se vea implicado en muchos menos litigios, tan desagradables y perturbadores de su paz y desarrollo profesional.

Discusión

Todas estas reflexiones sobre las cualidades de un buen médico quedan muy bien en unos folios, pero, como tantas otras teorías ideales, luego hay que ponerlas en práctica, pues de no ser así pueden actuar negativamente generándonos baja autoestima y caída de lleno en la «*cultura de la queja*». Una cultura que confiere tan mal pronóstico para la persona que la practica que hace delegar en los demás la solución de los problemas, sin esfuerzo personal ni autocritica.

Ni que decir tiene que todos estamos, en mayor o menor grado, inmersos en esta situación de disociación teórico-práctica. Y, ¿qué podemos hacer?, ¿qué hago yo? Pues me beneficia la lectura de buena literatura, la meditación, la observación y asunción de tantos ejemplos admirables que recibo de mi pareja, hijos (dos de los míos médicos), familia, compañeros de trabajo, amigos, y, cómo no, enfermos, que facilitan la aproximación a ese ser buena persona, buen médico. En los siguientes minutos voy a describir unas ideas y principios que me han ayudado:

- Ética de los principios de nuestra vida, voluntad de servicio a los demás. Cuando uno siente que está sirviendo a los otros, es que la tarea va bastante bien encaminada. Ser más que tener.

- Nuestra conducta no la debe regir el capricho ni el azar. Nuestro objetivo es acercarnos a ser buena persona y buen médico y autoevaluarnos frecuentemente.
- Si la prioridad es ser el número uno, eso significa invertir en ser envidioso insano. En Occidente se puede tener mentalidad de abundancia y no de escasez, que conduce a la competencia desleal y aviva la envidia (¡¡hay para todos!!). Malo es estar siempre comparando, siempre compitiendo. Conviene volver a ver la película *Carros de fuego* y leer *Los Miserables*.
- En nombre del éxito profesional desatendemos otras preciosas relaciones y actividades, familia, aficiones... que nos realizan de forma plena. No solo existe la medicina. Dedicarse exclusivamente a la medicina desaloja la perspectiva de nuestras mentes y es más difícil, casi imposible, tener una personalidad noble y equilibrada que facilite el ser bueno.
- Cultura de escuchar más que de hablar; pero escuchar para comprender, no solamente para contestar. También nuestra estresada vida requiere continuamente diferenciar entre lo urgente e importante (prioridad máxima) y lo no urgente ni importante (prioridad mínima, si no ninguna). Muchas cosas urgentes son por falta de una organización (aunque con cierta flexibilidad). Martin Luther King decía: «*tengo mucho que hacer hoy, de modo que necesito pasar otra hora de rodillas*». Otro ejemplo que me gusta es la historia del leñador, tan inmerso en derribar árboles, que olvidaba que dedicar unos minutos a afilar su sierra le haría ahorrar muchas horas de esfuerzo.

Todo esto es fácil de comprender, pero difícil de practicar... y este es nuestro reto... y si es posible (muy conveniente) con sentido del humor. El replanteamiento continuo de qué podría hacer que no estoy haciendo ahora y qué me haría avanzar, es trascendental. Tal vez renovarse uno continuamente, personal y profesionalmente, es la mejor inversión que está a nuestro alcance en la vida. Este camino no pocas veces será doloroso, pero sin dolor muchas veces en la vida no hay ganancias. Hay muchas frases para resumir las virtudes que debieran adornar a un buen médico, pero a mí me gustaría que mis enfermos me dijeran más veces «*es un médico de los de antes con los conocimientos de hoy*».

Epílogo

Respetados moderadores, Drs. María José Cuadrado y Munther Khamashta, directores de este prestigioso curso *Ten Topics*, nunca imaginé que tendría que pronunciar este discurso, ni tampoco olvidaré este día. Probablemente una de las principales razones de haber sido elegido para esta exposición sean mis reiteradas manifestaciones de respeto, cariño y recuerdo hacia la figura del Dr. Joseph Font, que se va agigantando conforme van pasando los años, para adquirir un protagonismo que trasciende a las enfermedades autoinmunes, de las que fue gran impulsor en España. Asimismo, y como hacía él, sigo cultivando, a través de la lectura y meditación, la búsqueda de una vida plena, tarea que como ven no he concluido.

Querido José, buen médico, desgraciadamente no iré más a recogerte al aeropuerto Federico García Lorca, ni

echaremos juntos una mirada silenciosa a Sierra Nevada, ni descubriremos nuevos rincones del Albayzín, ni me podrás transmitir esa mezcla de paz y nerviosismo de tu cabeza siempre en ebullición... pero tu ejemplo de vida es imperecedero. Hasta siempre amigo.

Bibliografía Recomendada

Arturo Gutiérrez Castillo. Paseen y vean Granada. Gr-2008.
Bertrand Russell. La conquista de la felicidad. Espasa Calpe, Colección Austral. 1964.

Don Miguel de Cervantes Saavedra. El ingenioso hidalgo D. Quijote de la Mancha. Planeta. 2003.
Gerd Theissen. La sombra del Galileo. Ediciones sigueme. 1997.
Harrison's. Principles of Internal Medicine. 17th ed. McGraw-Hill Professional. 2008.
Manuel J. Smith. Cuando digo no, me siento culpable. DeBolsillo. 2003.
Miquel Vilardell. Ser médico. El arte y el oficio de curar. Plataforma editorial. 2009.
Santiago Ramón y Cajal. Recuerdos de mi vida. Editorial crítica. 2006.
Stephen R. Covey. Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva. Paidós plural. 1997.