



VICTOR M. AMIGUET

BEL SÁNCHEZ

LUIS AMIGUET

**C. Puchalski**, médica que incluye la espiritualidad en las curas paliativas

La edad nos dota de más capacidad para trascendernos y dar sentido a nuestra vida. Nací en California, de padre polaco. Dirijo el Instituto de Salud y Espiritualidad de la Universidad George Washington. Los médicos no somos reparadores de órganos: servimos a personas

## “Estar sano es mucho más que no estar enfermo”



JORDI ROVIRALTA

Tuve una paciente que se negaba a admitir que se moría.

**¿Y eso es grave?**

El oncólogo que la llevaba me explicó que, pese a los sedantes, esa negación la hacía sufrir mucho más allá del dolor físico. Fui a hablar con ella.

**¿Y la paciente admitía su estado?**

“Me han dicho que voy a morir –me explicó– porque el cáncer ya se me ha extendido por todo el cuerpo, pero yo no lo creo”.

**¿Y usted insistió en decirle la verdad?**

Yo más bien hago preguntas. Le pregunté cómo le hubiera gustado que fuera su vida si no hubiera estado enferma. Y me contestó que adoraba a sus hijos y que hubiera dado cualquier cosa por verlos crecer.

... Pero al fin rompió a llorar mientras hablábamos y admitió que sabía que iba a morir, pero lo negaba para evitarles a sus chicos lo que ella pasó cuando su propia madre murió también de cáncer de mama.

... Entonces le pregunté cómo podía ser buena madre ahora que ya sabía que iba a vivir muy poco y qué imagen de sí misma quería dejarles a sus hijos. Entonces dejó de llorar

y me contestó: “Quiero que mis hijos se den cuenta de que tienen una madre fuerte que sabe morir con dignidad...”

... Porque mi fortaleza también les servirá a ellos en su vida. Eso es lo que quiero dejarles”. Entonces me pidió que les hiciera pasar. Y los chicos, adolescentes, que esperaban en el pasillo, entraron...

... Ella les dijo que iba a morir. Y entonces el pequeño contestó que ya lo sabían, pero que no se lo querían decir para no verla sufrir. Y se abrazaron sobre la cama. Y ella tuvo así un buen final rodeada de sus hijos.

**¿Su papel no excedió el de un médico?**

Fue precisamente el de buen médico. No somos mecánicos que reparan las partes dañadas del cuerpo, ni la salud es la mera ausencia de enfermedad: la salud es bienestar, que incluye el espíritu. Por eso, la compasión es tan tratamiento como los fármacos.

**¿Sus efectos son medibles?**

Hemos demostrado que eliminar factores de estrés emocional ahorra fármacos y tiempo de hospitalización. Pero no se obsesione con análisis de coste eficiencia, porque estamos hablando de personas y su sufrimiento.

### Buenas preguntas

La doctora Puchalski tiene carisma y lo pone al servicio de los demás. Y explica que le resulta fácil, porque esa generosidad es una forma de egoísmo trascendente: ella se entrega en su profesión y, a cambio, recibe de sus pacientes más energía positiva aún de la que les dio. Precisamente, la falta de ese intercambio es la principal causa de estrés que aumenta el dolor de los pacientes: sentirse un estorbo. Por eso, la doctora, tras repasar con Isidre Fainé el programa de enfermedades avanzadas de La Caixa, que atiende a 60.000 pacientes y familiares, explica que una de las primeras preguntas a sus enfermos es si se sienten útiles en su trabajo más allá del sueldo.

Pero usted sólo es doctora: para tratar ese dolor hay psicólogos, terapias...

Por eso formamos equipos de atención paliativa. Lo que pretendemos es entre todos servir a toda la persona y no sólo arreglar las partes enfermas de su cuerpo. Y me enfado cuando oigo a algún colega decir que va a revisar “el cáncer de próstata de la 211”.

**¿Qué hay de malo? Es hablar claro.**

Ese “cáncer de próstata de la 211” tiene nombre y apellidos y familia. Es una persona y no sólo un cuerpo, y estamos allí para servir a todas las personas en todo.

**¿Por qué se especializó en paliativos?**

En India, un zapatero me enseñó sus zapatos y me dijo que le hacía feliz que la gente fuera cómoda con ellos. ¿Ve? Quienes más nos enseñan no se creen maestros. Yo también quiero servir a todo el paciente.

**¿Cómo?**

Nuestro programa piloto del hospital de la Universidad George Washington integra a doctores, psicólogos, terapeutas, sacerdotes... Y también a los familiares del enfermo que lo desean y al paciente. Y siempre estamos preguntando a todos.

**¿Para qué?**

Para establecer una conexión profunda y duradera que nos permita ayudarlos mejor.

**¿Qué les preguntan?**

Si usted fuera paciente, por ejemplo, le preguntaría por su trabajo y si hacerlo le reporta satisfacciones más allá de su sueldo.

**Le aseguro que mucho más allá.**

El sentido del trabajo es dar sentido a nuestras vidas: unirnos a los demás al ofrecerles lo mejor de nosotros mismos. Por eso, cuando te falla esa conexión, sufres. Y esa es una de las grandes fuentes de estrés para los pacientes: sentirse inútiles, ser un estorbo.

**¿Y eso causa dolor físico?**

Las razones del dolor emocional, espiritual acaban manifestándose también como dolor físico. Y si los médicos queremos servir a las personas, ese dolor también debe dolernos a nosotros. Además, sabemos que dispara los niveles de cortisol como el físico.

**Usted es profesora, pero ese tipo de dolor espiritual no se estudia en Medicina.**

Por eso nos hemos documentado en la Universidad George Washington, además de con los autores canónicos sobre el dolor físico y el psíquico, con otros budistas y cristianos que han tratado del dolor. También hemos aprendido de los nativos americanos. Y de los místicos. Por cierto, su san Juan de la Cruz es espléndido.

**Si la muerte está, yo no estoy; y si estoy yo, no está ella. ¿Por qué preocuparse?**

Conozco la cita, pero también la de otro estoico que escribió en su agonía: “Pero no me abandonéis en este silencio solitario”.

**¿No nacemos y morimos solos, al cabo?**

Progresamos como humanos desde que nos acompañamos al llegar y dejar la vida.

LUIS AMIGUET