

Septiembre 2004

"Médico, cúrate a ti mismo"

Dr. Juan Pablo Beca

El 13 de Diciembre pasado el Prof. Dr. Diego Gracia Guillén dictó en el Instituto de España, Madrid, la conferencia inaugural del año académico 2004 con el título "Medice, cura te ipsum". La conferencia está publicada por la Academia de España y Real Academia Nacional de Medicina en un libro con el mismo título y el subtítulo "Sobre la salud física y mental de los profesionales sanitarios".

Diego Gracia, considerado un maestro de la Bioética hispanoamericana, ha estado muchas veces entre nosotros en diversos cursos y conferencias. Su aporte fundamental fue la dirección del curso de Magíster en Bioética dictado en la Universidad de Chile bajo la organización del Programa Regional de Bioética para América Latina y el Caribe entre los años 1996 y 1999. Ha continuado después en permanente contacto con varios de nosotros, prolongando así su valioso aporte al desarrollo de la disciplina en Chile.

El tema que ahora desarrolla es un análisis histórico, cultural y filosófico del aforismo "médico, cúrate a ti mismo" y su relación con la crisis de la medicina moderna, ultra especializada, tecnificada y deshumanizada, que coincide con una pérdida del sentido propio de esta "profesión de ayuda". Lo anterior explica el alarmante aumento del síndrome de desgaste profesional o burnout syndrome. Este síndrome, del cual se están recién precisando sus conceptos y criterios diagnósticos, se presenta con incidencia entre 10 y 60% según las especialidades, y su magnitud no ha sido aún estimada en nuestro medio.

Destaca Diego Gracia que la medicina, como profesión de ayuda, exige de quien la ejerce no sólo conocimientos y habilidades sino también, y quizá principalmente, actitudes humanas y humanizadoras. Esto tiene la alta ventaja de la implicación emocional y de generar enormes satisfacciones. Pero a la vez, cuando las cosas van mal, como a veces ocurre inevitablemente, el desgaste emocional es enorme. ¿Porqué ocurre y cómo puede evitarse este desgaste y agotamiento?

Ya en los escritos hipocráticos se plantea que quien no tiene un cuerpo en buenas condiciones no puede curar, y los evangelios (Lc 23,39, Mc 15,30, Mt 27,40) muestran a Jesús desafiado con la misma sentencia acusatoria "cúrate a ti mismo" que también se traduce como "sálvate a ti mismo". Diego Gracia analiza esta expresión desde cinco contextos: teológico: sálvate a ti mismo, médico-hipocrático: cúrate a ti mismo, filosófico-socrático: conócete a ti mismo, psicoanalítico: analízate a ti mismo, y el contexto profesional: cuídate a ti mismo.

Es imposible en una columna breve desarrollar estas perspectivas, pero su sola mención debe llevar a pensar que el médico, y todo profesional de la salud, necesita tener incorporadas, como carácter o virtudes personales ciertas condiciones de valores, equilibrio y salud mental para ser capaz de ayudar a otros en sus propios procesos de curación.

La medicina está en contacto con lo más problemático del ser humano: el fracaso, el dolor, la enfermedad, la finitud, la muerte. El aumento del burnout, mencionado más arriba, obedece a causas variadas. Coincide con el aumento de la tecnología y con ella de los conflictos médicos y morales propios del inicio y del final de la vida. Pero también con el desarrollo de los derechos civiles, del feminismo, los derechos de las minorías y de los enfermos. Así Las decisiones médicas necesitan considerar las opiniones, criterios y valores de los enfermos, para lo cual los médicos están habitualmente muy poco preparados. De esta manera las decisiones médicas son a la vez decisiones morales y ante estos conflictos de valor se produce siempre angustia a la cual se responde psicológicamente con mecanismos de defensa como negación, ira, racionalización y agresividad.

Por parcelada y tecnificada que esté la profesión médica, la enfermedad, el sufrimiento y la muerte seguirán presentes, y los médicos seguirán atendiendo a las personas necesitadas de ayuda. Manejar estas situaciones sin gran desgaste personal exige no sólo madurez técnica, psicológica y ética, sino también humana y existencial. El médico ha de ser así una persona muy sana espiritual y existencialmente, o no será capaz de ayudar sino muy parcialmente a los demás.

La solución de la crisis de la medicina moderna y su consecuente aumento del burnout es entonces educar a los profesionales para que sepan manejar todas estas cuestiones de modo adecuado, sin demasiada incertidumbre, sin

tanto desgaste personal, con autocontrol y con bajos niveles de angustia. Se trata de la enseñanza de conocimientos y habilidades en humanidades y en Bioética. Como concluye Diego Gracia en su libro, "esto es hoy posible, deseable y necesario, porque si un ciego guía a otro ciego, ambos dos caerán en el hoyo (Mt 15,14)"