

Creatividad ORL

Silencio en la bata blanca: reflexiones de un médico que enferma.

por Candelas Álvarez Nuño

No me hubiera imaginado que las manos que tantas veces habían sostenido a otros, acariciado heridas y administrado consuelo, pudieran temblar, y estar ya tan torpes que, al sostener su propia taza de té, causaran el temor de esparcir todo por el suelo y sentirse aún más débiles.

El médico, acostumbrado a ver el mundo desde la distancia que da la ciencia y la calma profesional, se encuentra de pronto al otro lado de la camilla, con un cuerpo que ya no obedece y un corazón que palpita entre la impaciencia y la rendición. "Yo soy el médico, el enfermo debe de ser otro". ¿Pero serán ambos? Eso no ocurre, es imposible...

Durante años, había concebido el trabajo como un arte y un deber: el delicado equilibrio entre técnica, intuición y humanidad encarnado en una sola persona que algunos tildaban de superhéroe.

Cada paciente, un misterio a descifrar, su propio juego de Cluedo... un dolor a aliviar, un miedo a calmar; transmitir a alguien que tiene que esperar resultados porque son muchos, incluso contradictorios, y, a veces, decir que tiene que saber que no mejorará o que solo lo hará parcialmente. Su vida ha cambiado. Para ese médico, ahora postrado en una cama, cada jornada era un ritual de entrega absoluta, tanto que hasta su propia fatiga quedaba relegada a un segundo plano donde cada sonrisa arrancada a cualquiera de sus pacientes cuando venían con dolor y miedo era, para él, una recompensa poderosa, silenciosa y luminosa...

Ahora, en la soledad de su habitación, ese mismo médico nota el silencio de la enfermedad como un frío manto que le envuelve. Nada podría curarse con un gesto experto, con una palabra bien medida, con la promesa de volver a casa al final de la guardia con la satisfacción de haber hecho lo correcto. Él era el enfermo, el paciente en la habitación número diez o quince o catorce... Y esa verdad, simple en apariencia, resonaba con un peso insoportable en su pecho.

Había esperado que, al enfermar, el mundo se detuviera para permitirle descansar, que alguien comprendiera la paradoja de que un sanador necesita ser sanado; pero la sociedad nos ve como superhéroes y tan sólo somos personas que adoran su trabajo y dan todo por él, pero que no tienen ningún poder especial más allá del de escuchar, alentar y cuidar.

Así pues, el mundo no se detuvo. Los correos siguieron llegando, los pacientes llamaban, y la vida en casa exigía una atención que no podía brindar. Aunque ya no estaba ingresado, la enfermedad formaba parte de su día a día y estaba instalada en lo más profundo de su ser. Su labor, su más profundo amor, el motor de sus días, quedaba ahora fuera de su alcance, intangible, mientras él debía aprender a aceptar la impotencia.

Como médico, recordaba cada gesto que alguna vez fue suyo: las manos que desinfectaban, los ojos que tranquilizaban, la voz que guiaba, la mano en el hombro en el momento oportuno...

Ahora, cada visita de alguna enfermera del hospital donde solía trabajar lo confronta con la ironía de su destino. Su bata blanca se convierte en un recuerdo y todos lo ven así, aunque sigan respetando ese color tan puro e impoluto, símbolo de autoridad y cuidado que ahora, por desgracia, se ha desprendido de él por algo superior a su deseo y sus fuerzas. Pero el médico sigue viéndose médico; no es que se identifique con ello, es que es parte de su ser, no puede ser de otra forma: el uno sin el otro no existen. Se ve a sí mismo en los pasillos, observando desde el otro lado, sintiendo cada paso con una mezcla de nostalgia y frustración.

Sin embargo, la enfermedad tiene un ritmo distinto al de la vida profesional. Hace que cambiemos nuestra forma de ver las cosas y de sentirlas; que empaticemos más y que nos demos cuenta de que quizás hemos forzado nuestro cuerpo más de lo que debíamos a expensas de una utopía: ser la solución para cualquier persona enferma. El cuerpo enfermo no permite prisas, no tolera excusas, exige lo suyo y sabe conseguirlo. El tiempo se dilata en cada respiración dolorosa, en cada fiebre que le quema la frente, en cada pastilla que toma con precisión mecánica y fe ciega.

Volverse consciente de la lentitud de tu propio cuerpo es una situación muy dura, y advertir los límites que alguna vez habíamos ignorado nos hace sentir una mezcla de culpabilidad y tristeza. Cada pequeño progreso es un triunfo; cada recaída, un recordatorio de que él también es vulnerable. El médico es una persona.

En casa, el médico observa a su familia y siente un amor intenso mezclado con desasosiego. Los suyos lo miran con cuidado y preocupación, pero él siente que el papel se ha invertido: ya no es el protector, el que organiza y asegura, sino el protegido, el que depende de otros.

Ese cambio le produce un melancólico vértigo, una sensación de desarraigo, como si el suelo que siempre creyó firme se hubiera vuelto urente y no supiera por dónde está pisando.

A veces, en la penumbra de la noche, donde los fantasmas y monstruos más temidos llenan nuestra mente, recuerda los momentos de plenitud en su trabajo: una cirugía exitosa, una recuperación que parecía imposible, la sonrisa de un paciente que finalmente podía respirar sin dolor. Y siente un duelo silencioso, porque ahora esos logros no pueden llenarlo, ni pueden sustituir la frustración de estar limitado por su propio cuerpo. Su mente sabe que está siendo cuidado de la manera correcta, pero su corazón extraña la acción, la decisión, el efecto tangible de su presencia. La lucha es constante.

Un médico enfermo descubre una nueva perspectiva: la profundidad de la empatía. Siente de manera visceral lo que significa esperar, lo que significa confiar en manos ajenas, lo que significa entregar tu vulnerabilidad a otros que solo pueden ayudarte de manera parcial. Es una lección que los libros no enseñan, que la experiencia profesional nunca había podido revelar: el arte de dejarte ir y aceptar, de ser paciente cuando siempre fue sanador; se encuentra indefenso.

Y, sin embargo, hay belleza en esta impotencia. En la aceptación de la fragilidad, en el silencio que reemplaza la actividad febril, en la contemplación de la vida que continúa alrededor suyo. Descubrir que cuidar de sí mismo, aunque sea incómodo y doloroso, es también un acto de amor: un reconocimiento de que el cuerpo y la mente tienen límites, y que incluso los más fuertes deben reposar para volver a levantarse.

Al final, cuando la fiebre cede y la fuerza regresa lentamente, el médico vuelve a mirar el mundo con ojos renovados. Los pacientes que había dejado a un lado lo esperan, pero él sabe ahora que cada gesto, cada palabra, cada decisión, está impregnada de un nuevo matiz: la humildad de quien ha sido dependiente, la melancolía de quien ha estado al otro lado, y la gratitud por cada instante en que puede volver a cuidar.

La experiencia de la enfermedad deja una marca invisible pero profunda: la de quien comprende, sin necesidad de explicaciones, que la salud es un regalo frágil, que la labor de un médico es preciosa y que, a veces, la verdadera grandeza reside en aceptar la propia vulnerabilidad antes de poder volver a sostener la de los demás.

Paso a paso, el médico se dirige hacia la recuperación. Con cada respiración más pausada, con cada latido más firme, el médico enfermo se reintegra al mundo que ama: con respeto, con paciencia y con un corazón que ahora comprende la profundidad de la fragilidad humana en todos sus matices, tanto en la que él cuida como en la que ha sentido en carne propia.

La melancolía que lo embarga se mezcla con la gratitud y un renovado sentido del deber. Sabe que las manos que temblaron alguna vez volverán a

sostener, a sanar y a consolar, pero con la suavidad y la humildad de quién ha conocido el otro lado de la camilla. En este equilibrio delicado entre fuerza y vulnerabilidad, el médico descubre un nuevo arte: el de cuidar, no solo a los demás, sino también a sí mismo, aprendiendo a respetar la fragilidad de la vida que atraviesa todos los cuerpos, todos los días, con sigilo.

Con cada jornada que retoma, cada paciente que atiende, cada gesto, cada palabra y cada mirada, su conducta se torna más consciente, más humana, más auténtica. Porque ahora comprende que la medicina no solo se ejerce con conocimiento y técnica, sino también con la memoria de la propia fragilidad, con la melancolía que enseña la humildad y con la gratitud que surge de haber sido cuidado.

En el silencio de la bata blanca, el médico que enferma encuentra finalmente esa voz interior que asume como su reconciliación con el tiempo y consigo mismo. Y, a la vez, esa voz late desde la certeza de que cuidar y ser cuidado son dos caras de la misma verdad, eternamente entrelazadas, invisibles pero palpables, eternamente humanas. Seamos el mejor médico que podamos, pero nunca olvidemos que somos humanos.