

Reportaje

## Me pones enfermo

**José Carlos Bermejo**

*Director del Centro de Humanización de la Salud, Madrid.*

*(De Humanizar 98, 2008, pp. 30-31)*

Con esta expresión nos despachamos algunas veces, enfadados con alguien: «Me pones enfermo». Expresamos así el impacto que tiene sobre nosotros la relación en ese momento. Reconocemos, casi sin darnos cuenta, que la relación tiene el poder de ponernos mal, de hacernos sentir tan mal, que podemos «enfermar» literalmente. Nuestro cuerpo se resiente. Quizás el estómago, el corazón, la cabeza, vibran con intensidad ante algún estímulo relacional.

Y también lo contrario, ¿cómo no!: «Cuando llega este enfermero... (o este médico), ya me siento mejor». Así es: la calidad de la relación es capaz de enfermarnos y de sanarnos. No son sólo los productos químicos de los fármacos o las exquisitas artimañas y maniobras de los galenos los que tienen el poder de sanarnos o no, sino que la misma relación (y no sólo en la psicoterapia) tiene poder sanador y patógeno.

### **La relación que enferma**

Que la relación es capaz de enfermar, es obvio. Enferma particularmente cuando existen relaciones de abuso o discriminación, es decir, cuando los dinamismos relacionales son empobrecidos por la injusticia. Entonces esa relación no sólo es enferma, sino que el resultado es el espacio privilegiado donde habitarán las enfermedades.

Pero en las relaciones sanitarias, en las relaciones entre profesionales y usuarios, también podemos pensar que la relación enferma o sana. Hay situaciones en que la misma patología cursa con dificultades serias en la relación. No es fácil, por ejemplo, mantener una relación sana si no se confía en el otro. La desconfianza, en cualquier ámbito, es una amenaza a la estabilidad de una relación, pero lo es más si lo que hay entre las personas tiene que ver con la salud.

Ya son muchos más los experimentos que, junto con un sinnúmero de observaciones (aparición de enfermedades inmunes asociadas a enfermedades mentales, mayor incidencia de enfermedades en personas que padecen estrés o depresiones, etcétera), han llegado a demostrar que, tal y como propugna la psiconeuroinmunología, todas las enfermedades son el resultado de la interacción entre múltiples factores, que dependen tanto del agente agresor (bacteria, virus, agente carcinógeno), como del organismo agredido (genéticos, endocrinos, nerviosos, inmunológicos, emocionales y comportamentales).

Esto quiere decir que se abren nuevos caminos en medicina, al ofrecer la posibilidad de poder pensar la relación como parte del tratamiento, como un elemento más junto con el posible tratamiento farmacológico, o incluso como tratamiento preventivo de la enfermedad.

### **La relación que sana**

Si la desconfianza amenaza la relación terapéutica o las relaciones de ayuda, podemos decir que la confianza recíproca es la columna vertebral de la relación terapéutica, de las relaciones médico paciente, enfermero paciente y también de la familia.

El valor de la amistad familiar ha sido destacado en muchos estudios sociológicos como un soporte fundamental en la vida de las personas, especialmente de las más débiles y en situaciones de crisis y enfermedad.

Laín Entralgo no dudaba en hablar de la «amistad médica» para referirse a la relación ideal en salud. La relación entre el médico y el enfermo es así una forma de relación personal, de amistad, que ha evolucionado a lo largo de la historia. Sin embargo, la esencia del vínculo entre el médico y el enfermo se mantiene como un encuentro personal en la medida en que se superan las diversas barreras que van apareciendo en la medicina contemporánea. La «amistad médica de Laín» es una sustituta adecuada a la relación de autoridad tradicional.

En realidad, lo que constituye el gran reto de la ética en el mundo de la salud es la humanización de la relación entre las personas que intervienen. Laín Entralgo describía esta categoría de «amistad médica» como el despliegue de cuatro actividades: la benevolencia (querer el bien del otro), la beneficencia (hablar bien del otro), la beneficencia (hacer bien al otro), la beneficencia (efusión hacia el otro, para compartir con él algo que me pertenece íntimamente a mí, que se convierte en confianza y establece entre los dos una relación dual).

Aunque la medicina maneje todo tipo de diagnóstico, debe existir entre los profesionales de la salud y el enfermo una verdadera “amistad”, que convierte al médico en una persona buena, perita en la ciencia y en el arte de curar. Lo intuía ya Hipócrates cuando codificaba el arte de curar en cuatro características: ante todo jamás inquietar; siempre que sea posible, suavizar; a veces, curar; pero siempre, tranquilizar.

Von Weizsäcker, gran renovador del pensamiento médico del siglo XX, utilizó una expresión feliz, pero insuficiente a juicio de Laín. Proponía que la relación médico enfermo debe ser una «camaradería itinerante»: el médico y el enfermo deben ser como camaradas que recorren un mismo camino, hacia una misma meta que es la curación del enfermo. Se trata de una ayuda mutua, ya que la esencia de la camaradería es, precisamente, la cooperación al servicio de la realización de un mismo objetivo. Esto significa que la técnica que se aplica al hombre es una técnica condicionante de la vida de un ser humano, al que habría que acompañar en esa «camaradería itinerante» en el proceso de su enfermedad. Laín se preguntaba si, con tal concepción del hombre, puede bastar la concepción meramente técnica de la medicina o, incluso, la «camaradería itinerante». Por ello, Laín propone que la relación médico enfermo sea una forma singular de la amistad hombre y que no es sólo camaradería, sino que es, además, amistad.

Rogers no dudará en hablar de «amor por el paciente» en el ámbito de la psicoterapia. Ramón y Cajal se referirá también sin titubeo no sólo al amor a la verdad y a la ciencia (¡cuántas relaciones en salud serían «sanadas» con este ingrediente!), sino «amor al paciente». Yo hoy me uno a ellos, convencido de que el amor, estos amores, por la verdad, la ciencia, el paciente, producen salud. Lo que nos sana es el amor.