

LA COLMENA

Desde la G mayúscula a la g minúscula



Cándido Sánchez Cabrera

Médico

Siempre me gustó la letra g. Es la perfección de la circunferencia a la que se añaden líneas como si quisiera ser aún más perfecta. Por g empiezan palabras como genio, genial, gusto, grande, gracias, la génesis de las cosas, la grandilocuencia de algunos, y la gilipollez de otros... Todos

estos conceptos encierran significados que no dejan impasible a nadie. Mis dos grandes pintores favoritos, una de mis pasiones, también empiezan por G. Y hasta el agua cuando recorre Extremadura empieza por G y dibuja g en sus meandros.

Después de ocho años en la Gestión, seis de ellos en la Gerencia del Área de Salud de Mérida, abandoné estas G con mayúsculas para aterrizar en la Atención Primaria de Gévora, un consultorio local, con casi 1800 TSI, perteneciente al Centro de Salud de S. Fernando de Badajoz. He de confesar mis dudas, mis miedos y mi inseguridad. Había sido una decisión meditada, influido sin duda por mi familia que me demandaba más presencia doméstica; pero llegado el momento, he de reconocer una especie de miedo escénico a no saber desempeñar el papel que ahora me tocaba realizar.

Después de una gestión intensa, con muchos altibajos, me sentía cómodo y tenía que comenzar otra vez una nueva aventura; estaba seguro que siempre me había sentido bien en la consulta de Atención Primaria, pero había pasado el tiempo, y las cosas habían cambiado: El JARA, los nuevos tratamientos, los usuarios más demandantes, las urgencias, muchas más guardias, la falta de profesionales, las relaciones internas con la especializada. Todo eso lo había vivido desde una perspectiva muy distinta, desde el

helicóptero, ahora me tocaba vivirlo a pie de calle, y lo que más miedo me daba: saberlo hacer bien. Los primeros días tenía la absurda sensación de que todos estaban mirándome y analizando mis decisiones, como si tuviera que dar el 100 por cien en cada situación que surgía; como si estuviese ante el tribunal de una asignatura a la que me tenía que presentar en septiembre, como fuera de juego, a destiempo; a los tres días de estar en el Centro me sentí uno más de los miembros del equipo, arropado por todos.

Muchas veces en la anterior etapa duda-



ba de este momento, en muchas conversaciones con los amigos que aún tengo en la Gestión surgen estas reservas, sin duda debemos poder planificar esta vuelta, hay que regularla bien y sin complejos, se necesita tiempo para adaptarse a la nueva situación. Las demandas del usuario exigen una respuesta directa e inmediata, quizá de menos trascendencia y más fáciles de resolver que las que antes había tomado, pero que necesitan una base científica y un saber hacer que se olvida si no se practica y te formas para ello.

Durante estos cuatro meses que llevo de médico de a pie, poco a poco, se van abriendo nuevas ventanas en mi cerebro, todas las cosas guardadas en estos años,

van afloraron, no están frescas ni actualizadas, pero sabía dónde estaban y cómo usarlas, había polvo en el Martín Zurro, pero ha estado ocupando su hueco en la estantería de mi habitación de estudio. He comprado nuevos libros, procuro ponerme al día, he empezado con la cirugía menor, e intento adaptar las grandes ideas de gestión clínica a la microgestión de mi consulta.

Siempre he sido un convencido de la Educación para la Salud, creo que solo conseguiremos controlar nuestro sistema sanitario cuando regulemos el gasto y consigamos que los usuarios lo utilicen de una manera razonable, cuando sean ellos los propios responsables de su salud; por eso estoy sacando tiempo para realizar actividades en relación con este tema, que me están ayudando a controlar la demanda, que como a todos, me come la mayor parte del tiempo.

Tengo que estudiar mucho, tengo que aprender más, estoy ávido de cursos de clínica, y de rotaciones por distintos servicios, pero estoy inmerso en un equipo, el del Centro de Salud de S.Fernando que me ha hecho muy suave este aterrizaje, y me ayudan ante cualquier dificultad; y sobre todo trabajo codo a codo con la enfermera de mi UBA, Elizabeth, digno ejemplo del trabajo de enfermería bien hecho. Aprovecho para darles a todos ellos las gracias, que también empieza por G.

Así que aquí ando, de una G a otra G, después de ocho años sigo trabajando en la G de Gévora, con el mismo compromiso y las mismas ganas; y es que a veces no importa el sitio, cuando disfrutas con lo que haces, el resultado no puede ser muy malo del todo.

Sufrir menos



Manuel Jiménez Rodríguez

Médico y psicólogo

Aprendemos con el tiempo que la felicidad a la que podemos aspirar tiene que ver con momentos de bienestar, que estos sean cuando muchos y, si es posible, también intensos. Ya sabemos que la felicidad no es un estado al que se llega, ni una meta, ni siquiera un rasgo

que nos defina. La felicidad, como dice Albert Figueras, son momentos de bienestar, pequeños placebos personales para seguir viviendo.

El sufrimiento, podríamos decir, es el extremo opuesto de ese continuo bienestar. A veces estamos en ese otro punto y si lo estamos con mucha frecuencia el balance de nuestra vida acaba siendo negativo.

Cierto es que en muchas ocasiones, las más, andamos por el medio, ni en el bienestar ni en el sufrimiento, o con un poco de cada cosa o, lo que es peor, sin nada de ninguna.

En función de cómo pensamos, así actuamos y así sentimos. Nuestro ABC que diría Ellis explica por qué las consecuencias (C) de los acontecimientos (A) están determinadas por los pensamientos (B) que tenemos con respecto a esos acontecimientos. Este esquema tan sencillo es uno de los más difíciles de asumir. Seguimos creyendo que A determina C, no que A influyen en la aparición de B y que es B quien determina C.

No nos vemos a nosotros mismos como dueños de nuestros pensamientos y, por ende, como capaces de cambiarlos. Es como si el pensar fuese una función impuesta. Tanto desarrollo cerebral para esto.

Aprendemos a aprender de determinada forma e incluso a no querer aprender. Aprendemos a ser más felices y aprendemos a ser más desgraciados. Aprendemos a sentir bienestar y a sentir sufrimiento. Lo que más nos cuesta aprender es que esto lo aprendemos.

Quizá algún día alguien demuestre que esto venía en los genes y resulte más fácil cambiarlos que esforzarnos en aprender, pero mientras tanto, aprender o no es lo que hay.

Cada día más observo a personas que sufren convencidas de que no pueden menos de sufrir, a padres que ven en sus hijos su propio fracaso, a jefes quejándose de trabajadores que no hacen, a pacientes sufriendo por cómo los demás no les entienden ni le solucionan sus problemas.

Y cada día estoy más convencido de que es necesario enseñar a nuestros niños, desde bien pequeños, a aprender a hacer momentos de felicidad con poco, y a los padres a entrenarlos en la tolerancia a la frustración porque todo no lo van a poder tener en la vida. Hemos de entrenar a los que vienen en que descubran sus pequeños placebos personales, sus momentos de bienestar utilizando lo que tienen.

Los niños educados para tenerlo todo, son, con toda probabilidad, los del extremo del sufrimiento.

Igualdad de oportunidades



Miguel Ángel Mallo Pérez

Economista

Hablar de discapacidades psíquicas no es hablar de matemáticas. Aquí, es conveniente pararse y reflexionar. Estar afectado por una discapacidad psíquica, en una consecuencia, y sus causas, probablemente tengan tantos adyacentes como número de afectados.

Obviamente, son laudables todas las iniciativas orientadas a paliar tanto las causas como las consecuencias de las discapacidades psíquicas. Es probable que las causas por las cuales una persona llega a la condición de discapacitado psíquico, puedan ser abordadas aparte de por la ciencia, por otros procedimientos, pero estoy seguro de algo, en ningún caso mediante una convocatoria de empleo público para discapacita-

dos psíquicos. Este instrumento, por su propia concepción, es un instrumento para consecuencias, un instrumento para dar oportunidades integradoras a aquellas personas que, por una u otra causa, se hayan en el global de las discapacidades psíquicas. Es importante tener esto claro, pues se trata de algo lo

Si se trata de dar oportunidades al colectivo de discapacitados, y si para ello se opta por el instrumento del trabajo público, no podemos condicionarlas a una causa concreta, pues entonces caemos en discriminaciones sobrevenidas...

suficientemente complejo como para entrar en ello con confusiones conceptuales. Si se trata de dar oportunidades al colectivo de discapacitados, y si para ello se opta por el instrumento del trabajo público, no podemos condicionarlas a una causa concreta, pues entonces

caemos en discriminaciones sobrevenidas: discapacitados con causa "a", sí; discapacitados con causa "b", no.

Por tanto, ofertar empleo público para discapacitados psíquicos con causa en retraso mental, como se ha hecho en el SES, es una aberración de hecho, y lo es, tanto ya por la discriminación apuntada como por el condicionante de un término, el retraso mental, tan ambiguo como mal sonante.

Somos una Institución Sanitaria, tenemos una Dirección General de Atención Sociosanitaria y Salud con excelentes profesionales que entienden mejor que nadie la realidad de la que hablo. De esta forma, si han de hacerse convocatorias de empleo público como algo más para ayudar a estas personas, congratulémonos de ello, pero entendamos y asumamos que tenemos mucho que decir al punto de las mismas, de lo contrario, créanme, por experiencia, que no apuntamos del todo certeros.