



# Mi primera bata

*Diario de un médico*

CÉSAR J. RÍOS



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA**

**UNIDAD XOCHIMILCO**

**LICENCIATURA EN MÉDICO CIRUJANO**

**MI PRIMERA BATA: DIARIO DE  
UN MÉDICO**

**Presenta:**

**CÉSAR JEDMAHÍ GARCÍA RÍOS**

**Matrícula:**

**2163023507**

**Tutora:**

**DRA. CAROLINA MARTÍNEZ SALGADO**

**MEDICINA  
UAM  
XOCHIMILCO**



## CONTENIDO

INTRODUCCIÓN .....	4
AGRADECIMIENTOS .....	6
I. EL SER CURIOSO .....	7
II. EL PRIMER DÍA .....	10
III. MI SEGUNDO HOGAR .....	14
IV. INTEGRARSE .....	17
V. MÁS ALLÁ DEL CONSULTORIO .....	19
VI. CASOS ESPECIALES.....	22
i. Una relación complicada .....	22
ii. Una mala noticia .....	25
iii. Corazón.....	27
iv. Cerebro .....	29
v. Comida que no es comida .....	33
vi. Pulmones.....	35
vii. Historias de un ex recluso .....	38
viii. Una sociedad violenta.....	41
VII. UN DÍA COTIDIANO .....	47
VIII. EL PEOR AÑO.....	49
i. La despedida de un amigo .....	49
ii. El no poder decir adiós .....	53
iii. Lo incurable .....	55
iv. Sosteniendo mi cuerpo.....	58
v. La otra cara de la moneda .....	63
IX. LA INCERTIDUMBRE DEL FUTURO .....	66
REFERENCIAS .....	68

## INTRODUCCIÓN

La medicina ha evolucionado a lo largo de cientos y cientos de años, desde el conocimiento mágico-religioso, hasta el científico actual. Desde las primeras salas con cirugías en vivo para decenas de estudiantes, hasta los simuladores virtuales y maniqués de simulación. Desde la Peste Negra, hasta el SARS-COV2. Muchos acontecimientos han ocurrido a lo largo de la historia alrededor de la medicina, que es imposible nombrarlos en una sola obra, pero algo no ha cambiado desde tiempos no tan antiguos, la labor médica hacia la sociedad. Esa labor altruista y humanística que tanto representa a la medicina. Una de esas grandes acciones que se implementan es la creación del servicio social, en donde nacen los médicos, se forja la conducta laboral, el conocimiento, la atención y el carácter.

El ser médico pasante es posiblemente el momento más fructífero de un médico en relación a su integración social. Conoces historias fascinantes de los pacientes, su forma de vivir, sus dolencias, sus costumbres y su gratitud hacia la labor que implica ser un médico. Es el año en el cual te acostumbras a que te digan doctor o doctora, en el que comprendes lo que implica tener responsabilidades como profesionista y el compromiso de llevar consigo una bata blanca. Es un año de experiencias y de aprendizaje, y posiblemente, uno de los momentos en el cual el médico sabe más de medicina, teniendo los conocimientos más al alcance de la memoria.

El médico pasante es más que un “simple pasante o simple estudiante” a como llegan a referirse algunos individuos de forma despectiva. Es un profesional capacitado que se integra a la vida laboral, un ser humano que abandonó a su familia para ir a atender comunidades marginadas, un humano que también se adolece y tiene problemas más allá de un consultorio, alguien que no come por atender a sus pacientes y que sin importar las circunstancias, siempre da lo mejor de su persona.

La reciente explosión de telenovelas y series “médicas” ha causado mucho revuelo en la sociedad, creyendo que todo lo que se ve y escucha es una verdad absoluta, cuando la realidad es una completamente distinta. Muchos se interesan en saber cómo es la vida de un médico y cómo se llega a tomar esa decisión para serlo. La pantalla es una ficción, pero para eso se ha creado esta obra, para contar un poco de la vida de un médico, relatando todo

lo que nos rodea y lo interesante o aburrida que puede llegar a ser. Todo esto será desde los ojos de un Médico Pasante del Servicio Social.

El presente escrito está basado en el modelo de la Medicina Narrativa, expresando las vivencias de un médico de forma secuencial al atender un paciente (Charon, 2004), y visualizando a un paciente más allá de un modelo de resolución de enfermedades y entendiéndolo como la experiencia de leer un libro (Jiménez, 2017). La modernidad y la tecnología han dado como resultado un desentendimiento de la relación médico-paciente (Andrade, 2020), por lo que es necesario que esta sea cada día más relevante, creando contenido literario que sirva como una herramienta más de enseñanza médica (Milota et al., 2019; Launer & Wohlmann, 2023).

La empatía y la compasión integran el arte de la curación (Muneeb et al., 2017), el mismo arte que se percibe con los sentidos y se integra de forma vívida. Si se acepta un modelo biopsicosocial, conviene pensar desde una medicina centrada en las personas más que en las enfermedades (Urday-Fernández & Cuba-Fuentes, 2019), conociendo el entorno del paciente y del médico tratante.

Disfruten la experiencia...

## AGRADECIMIENTOS

A mi madre María de Jesús, a quien amo con todo mí ser y le agradezco cuanto me ama y se esfuerza para cumplir mi sueño de ser médico. A mi papá Juan, quien siempre me ha apoyado desde el inicio y nunca me ha dejado. A mi hermano Osmar, por ser mi confidente y regalarme tantas risas en nuestras aventuras. A mi amigo Erideizer, que siempre fue mi mano derecha y estuvo conmigo en los momentos duros, aunque ahora esté en el cielo. A Brenda, a quien siempre llevaré en mi mente, aunque ya esté descansando. A todos mis amigos y conocidos que han estado presentes.

Gracias.

## I. EL SER CURIOSO

*“La forma en que nosotros adquirimos cualquier conocimiento es suficiente para probar que éste no es innato” - John Locke*

Crecí en un barrio de Puerto Escondido, ubicado en la costa del estado de Oaxaca, México. Solíamos ser muy pocos niños, en su mayoría eran personas asalariadas o con un oficio, actividades demandantes en la longitud del día. Como en todo asentamiento humano, existían diferencias entre los integrantes, en su génesis por cosas banales ahora que lo pienso. Algún vecino quemaba basura, alguno otro realizaba fiestas a altas horas de las noches, uno más mojaba la calle de tierra y creaba un caos de lodo. Todos los adultos vivían bajo sus molestias, excepto nosotros los niños. Éramos seres llenos de felicidad, aún con las necesidades que se pudiesen presentar, todo siempre y cuando un adulto no interviniera. El mundo era nuestro en el sentido no material, trepábamos árboles y unas cuantas veces sufrimos las consecuencias de la gravedad, recurriamos al mar en busca de algunos peces para que nuestras madres nos lo cocinaran o bien, vender algunos cuantos para poder comprar golosinas. El clima tropical nos llenaba de júbilo, entendimos con el pasar del tiempo que las épocas de verano eran el equivalente a campos floridos y frutas jugosas, campos llenos de pasto, un hermoso olor combinado de la brisa del mar y el pasto recién cortado.

“En todo paraíso existe una serpiente”, y esta no sería la excepción. La tormenta llegó a mi vida en forma de accidente, afortunadamente no hacia mi persona. Fredy se caracterizaba por ser una persona extrovertida, de lenguaje no tan amplio para el profesionalista que era, elocuente y de comentarios fuera de lugar en momentos inoportunos, pero sobre todo por su alto consumo de alcohol. Vivir bajo la embriaguez era casi un deporte para su persona, cualquier día o festividad era una buena excusa para intoxicarse, momentos en los cuales su característica personalidad crecía exponencialmente. El primer infortunio que presencié fue el día que bajo los efectos del alcohol resbaló de unas escaleras mojadas mientras llevaba una botella en la mano, el impacto sobre el suelo fue semejante a un cohete durante una típica festividad mexicana. Su cráneo golpeó fuertemente y su mano se impactó contra el cristal de la botella. Quedó inconsciente en un mar de sangre, mientras familiares corrían a su auxilio entre lágrimas y gritos. Este momento particular me

transportó a un tiempo atrás, mientras me encontraba en busca de mangos y cocos con mi amigo de la infancia, Abiram. Abiram era un niño muy particular, de complexión sumamente delgada, pelo rizado, ojos saltones y labios pronunciados. Característicamente era un niño excelente para todo tipo de actividades, ya fuese pescar, trepar árboles, jugar fútbol o las actividades que cotidianamente realizábamos, todo siempre y cuando esta no involucrara tener que ir a la escuela. En la búsqueda de las preciadas frutas, visualizó a lo lejos una paloma y como siempre llevaba consigo una resortera, su impulso fue dispararle al ave, hasta en eso era muy bueno, por lo que no falló. El ave cayó de la rama de aquel árbol y azotó contra la tierra, levantando un hongo de polvo en el acto. Rápidamente fuimos por ella, llegando al sitio de la misma la cogió con su mano y procedió a guardarla en su mochila, pero antes que pudiese completar la tarea le sujeté por el antebrazo:

-¿Qué haces? ¿Para qué la quieres?- le reproché de manera tajante. Él no supo contestarme sobre el propósito de matar aquella ave, por lo que procedí a quitársela de la mano y colocarla en el suelo nuevamente. Ya teníamos la edad suficiente para comprender lo que era la muerte, pero también el poco conocimiento para comprender como reanimar un animal. Entendía por mi experiencia en el mar, que un pez puede volver a moverse si lo colocas nuevamente en el agua después de cierto tiempo, pero nunca había estado ante una situación en la cual un animal no acuático reanimara. Algo dentro de mí me decía que ese no tenía por qué ser el último día de aquella paloma, por lo que mi instinto fue moverla como si de despertar a alguien se tratase, soplarle enérgicamente en el pico y rociar agua en su parte posterior, ¿por qué lo hice?, realmente no lo entiendo, pero cualquiera sabe que haciendo tales acciones despiertas hasta la persona más dura de levantar de la cama. Después de un par de minutos realizando esto, entre el nerviosismo y la ansiedad de no obtener resultados, el ave despertó, estuvo sin moverse unos cuantos minutos más, para posteriormente emprender el vuelo y nosotros continuar con la búsqueda de los frutos. Fredy en aquel instante del accidente representaba a esa ave lastimada, indefenso y a la deriva de la vida.

Resulta más sencillo convencer a una pared que a una persona que sufre de alguna adicción, por lo que la vida me volvió a presentar a Fredy en otra ocasión, pero de forma más grave. Bajo la influencia del alcohol, Fredy sufrió un accidente automovilístico que le

fracturó la pelvis, el brazo, y sufrió una laceración cráneo-facial importante. Como nadie más podía hacerse cargo de aquella persona inmovilizada, ya sea por asuntos laborales o personales, su familia acudió a mi ayuda para “hacerme cargo” en lo que no se encontraba nadie, esto a cambio de una recompensa monetaria y uno que otro regalo. La verdad, estaba un poco molesto al principio, el cuidado de una persona con heridas tan importantes es sumamente delicado, por lo que mi cabeza no comprendía del todo las razones para encontrarme cuidando a una persona, nunca me iba a imaginar que tomar aquella decisión fue prácticamente lo que cambiaría mi vida y lo que definiría el futuro. Un día mientras le pasaba de comer, para no aburrirme en lo que comía, tomé una revista de escándalos de famosos, no era mi literatura preferida, pero era lo único a mi alcance. Al estar pasando páginas me encontré con una pequeña nota que llamó mi atención, pues de primera impresión estaba un doctor de pie, cabello chino, piel morena, lentes y su hermosa bata blanca, al igual que una fotografía de un cerebro en una cirugía. Aquel doctor era nadie más que el Dr. Alfredo Quiñones Hinojosa, un neurocirujano que su mismo nombre es sinónimo de grandeza. La nota hablaba acerca de una técnica revolucionaria para tratar a pacientes con epilepsia, la cual estaba siendo implementada en pacientes de Estados Unidos Americanos. Aquella nota fue algo especial, debido a que un familiar muy amado padecía de epilepsia, y una vez sabiendo que existen tratamientos más allá de los medicamentos, mi destino cambió. Llegué a obsesionarme con el trabajo del Dr. Quiñones, leí su bibliografía, veía videos donde explicaba el funcionamiento del cerebro, veía videos de neurocirugías durante horas, comencé a estudiar acerca del funcionamiento del cerebro y el cuerpo humano fue un tema de interés primordial. El interés por la medicina creció y creció a tal punto que no hubo marcha atrás. Han pasado más de 15 años y desde el día que leí aquella revista, estuve convencido que lo que quería en mi vida era ser médico, pero más específicamente, el mejor neurocirujano.

## II. EL PRIMER DÍA

*“Ars longa vita brevis” (El arte es largo, pero la vida corta) – Hipócrates de Cos*

La medicina se asemeja a un triatlón, siempre es la máxima exigencia, el máximo potencial, el máximo puntaje. Por lo que prácticamente muchas de las situaciones se toman de acuerdo a la calificación final universitaria, por lo que elegir el lugar para realizar el servicio social no sería la excepción.

Recuerdo el día que nos avisaron acerca de los requisitos para realizar el servicio social, me encontraba en el Internado Médico de Pregrado, que prácticamente es el año anterior al servicio social, un año muy difícil y de mucho aprendizaje. Se nos hizo llegar la lista de promedios para conocer cómo sería el orden de elección de plazas, el lugar y fecha para la elección, entre otros detalles. Durante la siguiente semana, no había otra cosa que no pensara, muchas ideas se me venían a la mente. -¿Será que vivir la experiencia en una comunidad rural sea lo mejor? ¿Me quedo en la ciudad o me voy a otro estado? ¿Y si me quedo en mi zona de confort?- fueron algunas de las preguntas que me hacía constantemente. Algunos médicos que ya habían pasado por el servicio social, me comentaban que la mejor experiencia era irse a las comunidades rurales, por todo el contexto social y cultural, además que suelen ser generosos con los médicos pasantes. Irme a otro estado a vivir la experiencia se escuchaba muy tentador, pero todo se vino abajo cuando de manera casi de aviso, se publicaron noticias acerca de secuestros y asesinatos de médicos pasantes en comunidades rurales, fue en ese momento que decidí quedarme en la Ciudad de México.

El día de elegir plazas fue un momento demasiado emotivo, después de mucho tiempo de cuarentena debido a la pandemia de COVID-19 y de vivir un año entero en un hospital, muchos rostros conocidos volvieron a hacerse presentes. Todos platicábamos y reíamos, pero era evidente la tensión en el ambiente. Muchos con promedios no tan privilegiados hacían listas para ir descartando las plazas de los más sobresalientes. Como me encontraba entre los primeros diez médicos en elegir, sólo traté de relajarme y decidir por la cercanía al departamento en el que vivía. Tenía tres opciones tentadoras, pero en especial había una que era de mi mayor afinidad, puesto que la zona era conocida y era relativamente fácil llegar. Quienes creen en el destino, dicen que todo ya está escrito en

nuestras vidas y que sólo es momento de esperar a la llegada de las cosas. Aconteció el hecho de que un compañero médico un lugar adelante mío, quería exactamente el mismo lugar y estaba decidido a quedarse con él, por lo que mi esperanza se esfumó rápidamente. Mi segunda mejor opción tenía por nombre “C.S.T.-III Dr. Gustavo A. Rovirosa Pérez”, sitio que nunca había visitado, ni la zona era conocida, pero el transporte público me facilitaba llegar, por lo que me convencí que ahí era, y no cabe duda, que fue la mejor decisión.

No recuerdo cuánto tiempo pasó exactamente desde la elección de plaza, hasta el día que me presenté, pero si recuerdo todo lo que sucedió. Durante días y horas investigué el lugar, respecto a la seguridad de la zona, experiencias de otros médicos y experiencias de pacientes, lugares aledaños, rutas de acceso, entre otras cosas. Los nervios invadían mi ser de forma desgarradora, pero era inevitable que el día llegaría. Normalmente el servicio social tiene dos promociones, una que inicia en agosto y otra más que inicia en marzo. En esta ocasión, yo iniciaba el 1° de agosto, pero debido a la entrega de documentos, el día de inicio se prolongó hasta el 5 de agosto. El día que recibí mi credencial de médico pasante, la piel se me erizó, es una sensación de satisfacción y orgullo, pues cada uno conoce todo lo que ha pasado para que llegue ese momento.

El día 4 de agosto del 2022, un día anterior a mi presentación en el centro de salud, las emociones que tenía son comparables con las de un niño con un juguete nuevo, ya que mi grado de emoción era enorme. Ese mismo día durante la noche pensé lo importante que era una primera impresión, por lo que decidí planchar mi ropa que me daría la mejor presentación. Algunas horas de la tarde finalizaron en pláticas con amigos acerca de todo lo que me esperaba.

El 5 de agosto del 2022 llegó el esperado día. Desperté cerca de las 05:30 h., me bañé, me puse mi ropa e introduje material médico a una pequeña maleta, comí un bocadillo rápido y procedí a tomar el transporte público. Durante todo el camino se venía a mi mente lo maravilloso que sería dar la consulta de manera independiente, así como todas las amistades que podría hacer en aquel lugar.

Como nunca me tomé la molestia de hacer un viaje de prueba al centro de salud antes de ese día, llegué una hora antes de mi entrada formal. Procedí a ingresar, presentar mi credencial con el guardia de seguridad, quien de manera muy amable me indicó dónde estaba la oficina de la doctora a la que buscaba. Para ese momento, estaba mucho más relajado y mi cuerpo no estaba tan tenso, por lo que procedí a escuchar música y leer un libro que traía en mi maleta, “El conde de Montecristo”. La doctora Rangel fue quien me recibió de primera instancia, que en su momento, era la directora del centro de salud. Una mujer pequeña, cabello lacio y negro, voz fuerte y tono golpeado, expresión de rudeza, pero bastante amable. Después de hablarme un poco acerca del centro de salud y de las reglas que se tenían que respetar, procedió a llevarme a la coordinación médica, en donde la doctora Servín sería mi jefa inmediata. Al entrar a aquella habitación, me recibieron Ian, Alfredo y Ollín, quienes se presentaron como mis compañeros médicos pasantes, con quienes entablamos conversación de manera casi inmediata. Minutos más tarde, arribó a la oficina la doctora Servín, una mujer de complexión mediana, alta, cabello ligeramente rizado, una voz aguda y un carisma envidiable. Desde la primera impresión, me sentí muy afortunado de que ella fuera mi jefa, me otorgó una sensación de tranquilidad inmediatamente. Ese mismo día, Ian fue el encargado de presentarme en cada uno de los servicios, en donde me saludaron y recibieron de manera muy amable. Hasta cierto punto, daba una sensación de extrañeza en mi ser, recientemente había terminado el internado médico, en donde muchas veces fui violentado verbalmente por parte de los médicos y el personal de salud, por lo que llegar a un sitio de tanta amabilidad me causaba cierto grado de conflicto, pero nada que no pudiera controlar. Durante todo el día, nos la pasamos platicando con los que ahora serían mis nuevos compañeros, lo hicimos durante horas y fue especial poder compartir experiencias, desde pacientes especiales que vimos durante el internado médico, accidentes que nos habían pasado como estudiantes, la dificultad de la carrera, entre muchas otras cosas, tantas que llegamos al punto de no percatarnos que habían pasado horas de nuestra conversación.

Debido a que mi llegada al centro de salud se dio un día viernes, mis actividades como tal iniciaron hasta la siguiente semana. Esa primera semana no tuvo tantas “aventuras”, prácticamente fue aprender a realizar el papeleo de la unidad y tener alguna que otra consulta junto a mis compañeros, las cuales no iban más allá de resfriados

comunes y pacientes con enfermedades crónicas que acudían a su consulta mensual. En verdad, hasta cierto punto fue demasiado aburrido, mi reciente estancia hospitalaria durante un año me obligaba a querer estar muy activo todo el tiempo, por lo que la tranquilidad del consultorio era una sensación extraña para mí.

Lo primero interesante llegó el 16 de agosto del 2022. Ese día iniciaba el denominado curso de inducción, que prácticamente era una semana otorgada a enseñarnos, entre otras cosas, a cómo requisitar la papelería institucional, los requisitos para la liberación del servicio social, reglamento, entre otras cosas. Para ese punto, a casi todos los involucrados se nos hacía ridículo tomar el curso con tantos días de retraso, pues prácticamente muchas de las cosas ya las habíamos aprendido en nuestros respectivos centros de salud. El curso se llevó a cabo en el Parque Ecológico Huayamilpas, en uno de los auditorios. Fuimos muchos los asistentes, todos pertenecientes a la delegación de Coyoacán, tanto de nivel técnico como universitario, de carreras como medicina, enfermería, odontología, nutrición, laboratoristas y optometristas. Recuerdo la cara de muchos, el pánico se veía en su rostro, ya que algunos ponentes llegaban a ser muy drásticos y fatalistas, amenazando con la prisión en caso de no hacer alguna actividad, sobre todo el terror se observaba en aquellos que cursaban el nivel medio superior. Para sorpresa de nadie, fue la semana más poco productiva y aburrida de todo el servicio social, poca organización, discurso repetitivo, pérdida de la atención del público, diapositivas plagadas de texto, entre otras aberraciones. A veces, resultaba hasta increíble que muchos de los ponentes fueran acreedores a puestos directivos con tan poco dominio de temas importantes. Lo mejor del curso fue integrarse con distintos compañeros de otros centros de salud, tener la oportunidad de intercambiar las pocas vivencias de algunos cuantos días y las primeras impresiones del centro de salud correspondiente.

### III. MI SEGUNDO HOGAR

*“Nuestro amor es el hogar, y el hogar pueden abandonarlo nuestros pies pero nunca nuestros corazones”.- Oliver Wendell Holmes*

Estar fuera de tu lugar natal te da una sensación de vacío y de soledad, ya que lo cotidiano se añora: los recuerdos de la comodidad de una cama amplia y suave, el aroma y lo colorido de la comida de mamá por las mañanas, las carcajadas de los amigos, las caricias de tu pareja sentimental, pero sobre todo, esa sensación de confort y tranquilidad que sólo el hogar hace sentir.

Sólo el hogar tiene esa capacidad de integrar sensaciones físicas y emocionales al unísono. Físicamente el cuerpo se relaja y dispersa como el agua, la pesadez de la cabeza y hombros desaparece, el dolor de alguna parte del cuerpo disminuye o se esfuma, la sensación de agitación de la ciudad y su basto tráfico llega a su punto final, es como si el mejor masajista del mundo decidiera ser ese profesional que te atiende durante ese momento. Emocionalmente es aún mejor, es un espacio de seguridad y protección que puede ser el mejor psicólogo después de un día traumático, o puede ser el mejor payaso si la añoranza de alegría así lo requiere.

El Centro de Salud llegó a convertirse en mi segundo hogar. Sí, tal y como se lee, pues más que darme una sensación de que estaba realizando un trabajo, me otorgaba esa tranquilidad del hogar. Estar en compañía de amigos hacía que todo fuera más amable, aún en momentos de estrés. El poder compartir el desayuno por la mañana con alguien más, me daba ese sentimiento de estar en la mesa junto con mis seres queridos.

Como si de un chascarrillo de la vida se tratase, el centro de salud Gustavo A. Roviroza Pérez se encuentra en la colonia del Pedregal de Santa Úrsula, perteneciente a la alcaldía de Coyoacán (Sistema de Protección Social en Salud, s. f.), la cual tiene características similares a mi lugar de origen en Puerto Escondido, Oaxaca. Eso me daba aún mayor sensación de seguridad. Su clima es templado, a veces caluroso, tal como las costas oaxaqueñas se encuentran durante prácticamente todo el año. Suelo rocoso de origen volcánico (Instituto Nacional de Estadística Geografía e informática, 1989), similar al suelo de la Sierra Madre del Sur, compuesto de rocas calcarenitas producto de la erosión de arrecifes coralinos (Martiny et al., 2000). Pero no cabe duda que las personas dan ese toque

especial a toda Santa Úrsula. Sobre esta zona, se habla mucho de que las personas tienen problemas de integración social. Pero yo considero que esos son prejuicios, porque en mi experiencia, la sensación de calidez que recibí de sus habitantes fue mágica. Los habitantes del lugar se caracterizan por ser principalmente comerciantes, con un sentido del humor maquillado de doble sentido, con una alegría que relumbra en su mirada y en sus carcajadas, y una amabilidad que se transmite en los apretones de manos. La mayor parte del tiempo y en especial los días martes, grandes puestos de ropa, frutas y verduras, aparatos electrónicos, juguetes, antigüedades y diversos productos adornan las calles. Las voces inundan los oídos con frases como: *-Pásele güerito(a), ¡Bara, bara, bara, bara!, lo que se le ofrezca madre, pregunte sin compromiso-*. Esa amabilidad y euforia del comerciante resulta muy similar a las mañanas ventosas en la playa, cuando los pescadores regresan después de días en altamar a vender a la orilla del mar las capturas marinas de distintos tamaños y colores, mientras en sinfonía se negocia el precio de las capturas.

Característicamente, el consumo de sustancias entre la población de adultos jóvenes es muy impactante. Se observa por las calles de Santa Úrsula a personas consumiendo alcohol, principalmente del tipo cerveza en su presentación de “caguama” en sus distintas preparaciones, algunos más endurecidos bebiendo alcohol de caña o cualquier otro destilado de bajo costo. No es nada raro que deambulando por sus calles, el olor a la planta de marihuana bofetea el olfato, o encontrarse por las calles a jóvenes inhalando alguna otra sustancia, todo un espectáculo. Me hacía recordar esas mañanas playeras en Puerto Escondido, cuando observaba por las calles más turísticas a jóvenes para quienes la noche no fue suficiente para concluir la fiesta, o a pescadores que antes de partir a altamar, consumir cervezas era casi como un desayuno. Tampoco es nada extraño oler el humo de la quema de la planta de marihuana por las playas, sobre todo cuando se encuentran inundadas de personas extranjeras y turistas que disfrutan el atardecer.

Tal vez no todas las personas puedan llegar a sentirse cómodas en lugares con las características de Santa Úrsula. Pero visualizando las dos perspectivas, al ser comparado con otro lugar que se considera paradisiaco como lo es Puerto Escondido, nos podremos dar cuenta de que muchas veces tan sólo son nuestros prejuicios los que hablan, ya que todos

los lugares pueden ser cálidos a su manera. Cada lugar puede ser un hogar. Todo depende de nuestra capacidad para ser felices con lo que se nos ofrece.

#### IV. INTEGRARSE

*“Todo el mundo ve lo que aparentas ser, pocos experimentan lo que realmente eres”.-  
Nicolás de Bernardo de Maquiavelo*

Nunca he sido el más agraciado para integrarme socialmente, soy de carácter fuerte, temple pesado y tengo formas de expresión que resultan incómodas para ciertas personas. Siempre ha sido así, especialmente en el medio académico, que resulta el espacio social en el que tiendes a conocer a una mayor diversidad de individuos. Por tales circunstancias, mi círculo social suele ser muy pequeño, solo con aquellas personas con quienes tengo más similitudes que diferencias. El servicio social no sería la excepción, fue un nuevo aprendizaje integrarme con personas mucho mayores que yo, pero, sobre todo, la dificultad recayó en personas de edades similares.

Resultó particularmente difícil integrarme con mis compañeros médicos pasantes. Ellos ya habían formado un círculo de amistad, ya habían convivido durante muchos meses más, conocían sus formas de trabajar, de expresarse y gustos, por lo que mi llegada resultaba como la de un extraño, particularmente por tener pensamientos y formas de expresión distintas. En cierto momento, fue más que evidente la exclusión. El grupo de médicos pasantes que me recibieron, como antes dije, estaba conformado por Ian, Alfredo y Ollín, cada uno con formas particulares de ser, por lo que comprenderlos me resultó de cierta dificultad.

Ian es de complexión robusta pero atlética, estatura promedio, voz suave y aguda, piel clara y de un temperamento bastante despreocupado. Fue el primero de todos en integrarme, en contarme sus experiencias y en simpatizar con mi persona. Siempre fue muy agradable otorgar consulta en compañía, teníamos ideas complementarias y, en general, nunca existieron roces. Solía comer en cantidades y variedades impresionantes, por lo que tenerlo cerca era sinónimo de cuidar cualquier alimento. Nunca resultó ofensiva su conducta al tomar los alimentos, al contrario, por su personalidad tan despreocupada, se solía tomar más a broma que como una razón de enojo.

Alfredo es delgado, estatura promedio, voz suave y pausada, piel morena, callado y extremadamente reservado. Algunos se solían ofender por lo poco social que solía ser, debido a que no solía demostrar demasiada empatía con el resto del personal, pero nunca lo

realizó de manera ofensiva, su personalidad era así. Con su forma particular de ser, solíamos platicar recurrentemente, sobre todo de temas médicos. La convivencia solía ser neutral, con algunos momentos en los cuales tuvo la confianza de contarme algunos sucesos importantes de su vida, pero en términos generales, arraigado a su forma de ser.

Ollín es delgada, estatura pequeña, voz aguda, piel morena y característicamente prepotente y egocéntrica. Las dificultades con ella siempre estuvieron a la vuelta de la esquina, cualquier momento era bueno en su vida para querer demostrar que estaba por encima de los demás en términos intelectuales, aunque la mayoría de las ocasiones daba más pena que gracia. La relación con ella particularmente fue exageradamente complicada, pecaba de maleducada y cualquier pretexto era bueno para querer hacerme quedar mal, nunca la entendí.

La relación con el personal de enfermería fue genuinamente gratificante, sin excepción alguna, todos me hicieron uno más de su grupo. Las charlas y las carcajadas eran parte del día a día, siempre con la picardía de reírnos de nuestras desgracias. Entre el gremio suele existir el peculiar chiste acerca del mal humor del personal de enfermería, pero una vez que te acoplas a ellos, nada más alejado de la realidad. Durante un día de tristeza alguien se quedó para sacarme una sonrisa, en los días insomnio alguien se acercó con un café tan amargo que era imposible no hacer muecas, en los días de hambre por la cantidad abrumadora de trabajo alguien se acercó a otorgarme algún alimento.

Ser el nuevo en un grupo social, tal y como lo es un centro de trabajo, nunca resulta nada fácil. Existen variadas personalidades que pueden no ser las más compatibles con tus ideales, pero de eso se trata la adaptación, de asumir la variedad que existe en el ambiente y de buscar los recursos necesarios para “sobrevivir”.

## V. MÁS ALLÁ DEL CONSULTORIO

*“No camines delante de mí, puede que no te siga. No camines detrás de mí, puede que no te guíe. Camina junto a mí y sé mi amigo”. – Albert Camus*

La grandeza de los amigos recae en lo inesperado que resulta la amistad. Nunca pasó por mi mente, que algunos compañeros del centro de salud se convertirían en grandes compañeros y confidentes, pero, sobre todo, en grandes amigos.

Héctor fue el primero en brindarme su amistad y es posiblemente la persona que más agradezco haber conocido. Es de estatura pequeña, complexión mediana, piel clara, cabello liso y siempre arreglado, voz aguda y risa imparable. Nunca para de trabajar, siempre busca algo por realizar, por lo que para muchos directivos resulta ser un excelente elemento y, en cierto punto, hasta peleado. Es una persona muy reservada, no suele entablar conversaciones con quienes no son de su agrado o interés. La coordinación médica resultaba ser la oficina multiusos, ya que en ella se encontraba tanto la coordinadora médica como la jefa de enseñanza, una secretaria auxiliar, los médicos pasantes y Héctor, quien se encargaba de algunas cuestiones administrativas y de estadística. Al principio únicamente solíamos platicar algunas irreverencias de la vida, compartir mensajes de albur y alguno que otro chiste. Poco a poco fuimos haciéndonos más cercanos, compartiendo vivencias, experiencias, secretos y alguno que otro problema. Por las mañanas, solía ser la primera persona a la que saludaba, un apretón de manos y fuerte abrazo, seguido de un –“Muy buenos días, amigo”. Creamos un ritual matutino en el cual el menos ocupado tenía que hacer el té, no sólo para nosotros, sino para todos los que estuvieran presentes. Conforme el líquido desaparecía, solíamos platicar del día anterior o de planes por realizar, fue nuestro momento de paz antes de iniciar el trabajo. Rápidamente, Héctor se convirtió en ese amigo en que confiar, en momento complicados fue un sostén emocional. Durante un par de meses fue removido a otro centro de salud, por lo que llegamos a distanciarnos en cierto punto, pero la comunicación siempre se mantuvo, ya fuera por mensajes de texto, llamadas o alguna que otra vez cuando solíamos jugar fútbol, que en esta última actividad, es una persona muy habilidosa. De cariño con los compañeros del centro de salud le decíamos “La Pulga”, por su peculiar amor exagerado al futbolista argentino Lionel Messi y su parecido en cuestión de estatura.

Fernando es otro de los grandes amigos que llegaron a mi vida y tuvimos la oportunidad de compartir varias aventuras juntos. Es una persona alta, cabello rizado, piel clara, ojos claros, voz aguda, chistoso y, sobre todo, una persona demasiado amable con todos. Peculiarmente solía estar como “comodín” del centro de salud, era el encargado de arreglar los imprevistos relacionados con el área administrativa, ya que, en sí, no es una persona a la que le apasione trabajar, siempre solía llegar tarde, por lo que era motivo de alguna que otra broma relacionada con lo mismo. Es ese amigo que me abrió las puertas de su hogar, conocí a su familia completa y tuve la oportunidad de viajar con él a otro estado, en donde de la misma manera, sus familiares me abrieron las puertas. Solíamos platicar durante las mañanas, siempre relacionado con temas ajenos al trabajo, pues considerábamos que era un pequeño momento para alejarse de los problemas relacionados con el trabajo. Siempre estuvo pendiente de mi persona, ya que conocía lo difícil que puede llegar a ser cuando uno se aleja de su hogar, ya que antes de su llegada al centro de salud, realizó estudios para ser entrenador profesional de fútbol, por lo que vivió muchas experiencias con compañeros foráneos que no la pasaron de lo mejor. Solía mandarme mensaje para preguntar por mi estado, para saber si podía apoyarme en algo o cualquier otro detalle.

David es el último de los amigos con los cuáles me relacioné, pero con el que posiblemente, hicimos un lazo emocional más fuerte. Es el enfermero del programa “Salud en tu casa”, por lo que no solíamos pasar juntos mucho tiempo de calidad. Ya es un adulto de edad mediana, complexión mediana y atlética, talla promedio, piel morena-clara, voz aguda, amable y suele hablar mucho. El inicio de nuestra amistad tiene un origen peculiar. Durante una de las celebraciones del centro de salud, nos juntamos algunos amigos a tomar algunos tragos en una mesa, mesa a la cual fue invitado. Algunos tragos después, nos dimos cuenta que teníamos muchas cosas en común, por lo que me invitó a la semana siguiente a ir a su oficina a tomar café con galletas y continuar la plática. Después del primer día tomando café, todos los demás días fueron iguales. Solíamos platicar de cuestiones de deporte, de la familia, de algunos pacientes particulares y alguna que otra noticia del mundo. El aprecio que le tengo es enorme, siempre me ha apoyado de manera cercana en momentos difíciles, casi como si de un padre a un hijo fuese.

La doctora Servín es un caso especial, pues en muchas ocasiones no se suele entablar una amistad con tu jefe, pero esto fue algo distinto. Desde el primer momento existió una muy buena relación, solíamos platicar de los pacientes y de cosas personales, siempre con el detalle de la comedia. En ocasiones llevaba a su hijo pequeño al centro de salud, un niño demasiado hiperactivo, por lo que en momentos de libertad, solía jugar con él, ya sea en videojuegos, dibujando o con sus juguetes, lo que me llevó a ganarme su cariño tanto de la doctora, como de su hijo. En algunas ocasiones, solemos pensar que los jefes sólo buscan hacernos el trabajo más difícil, pero ella era todo lo contrario. Siempre veló por mi bienestar en cuestiones de enfermedad, de alimentación, salud mental y, cuando existían problemas con algunas personas del centro de salud, luchó por que nadie quisiera sobrepasarse de ninguna manera. Es una líder por naturaleza, una confidente inquebrantable, un ser humano empático, sin duda alguna, es la mejor persona que pudo cruzarse en mi camino para ser quien llevara las riendas del barco.

Decirle adiós a todas las personas maravillosas que formaron parte de mi vida durante ese año fue difícil, y más que un adiós, espero que sea un hasta luego. No existen palabras de gratitud para todo lo que cada persona en ese centro de salud hizo por mí. Aparte de los ya antes mencionados, he de añadir a mi compañero Carlos, mi compañera Mónica, la doctora Nancy, el doctor Nicolás, Charly, Daniel, la doctora Soledad, el enfermero Iván, los químicos Richard y Edwin, la enfermera Michel, la enfermera Carmen, por nombrar algunos. Todos ellos fueron cruciales en muchos momentos, cada uno con su respectiva intervención y con el cariño que tanto les guardo y guardaré. Siempre deseando lo mejor en sus vidas personales y profesionales, tanto como ellos me lo han deseado a mí.

## VI. CASOS ESPECIALES

*“Todo lo que la experiencia vale la pena que nos enseñe, nos lo enseña por sorpresa”-  
Charles Sanders Peirce*

Decía el actor Christopher Frank Carandini Lee: *“Lo que siempre he tratado de hacer es sorprender a la gente: presentarles algo que no esperaban”*. Suele ser gratificante el hecho de sorprender a los pacientes, ya sea por el hecho de diagnosticar alguna afección que aflige su vida de manera crónica y no han encontrado respuestas, la sorpresa de ver a alguien joven en el consultorio, darles la atención que tanto buscaban o simplemente, otorgarle lo mejor de ti. Todas esas sorpresas suelen reflejarse en sus caras, algunas de asombro o de alegría. Pero, ¿qué ocurre cuando el sorprendido es el médico? Estos son los casos especiales, los cuales involucraron situaciones no tan comunes dentro de un ambiente clínico de primer nivel. Esas situaciones que bombardean tu mente de ideas, de soluciones, de consecuencias, de resultados. Todos hemos deseado un turno laboral tranquilo, especialmente los trabajadores de la salud, llegando incluso a dejar por un lado el pensamiento científico y cayendo en pensamientos mágico-religiosos, todo con el fin de **no** estar bajo presión. Estos casos, son todo lo contrario a la tranquilidad.

### i. Una relación complicada

En la consulta se suelen dar casos de problemas entre parejas por diversas circunstancias. En muchas ocasiones no se puede intervenir más allá de referirlos con el especialista adecuado para la situación, evitando así más problemas de los existentes por algún comentario que no se debe. Existen momentos en los que se deben tomar más acciones en caso de detectar violencia, todo bajo las normas y consentimiento del involucrado, pero en determinadas circunstancias no es tan fácil realizar acciones que vayan más allá.

Me encontraba en el segundo mes del servicio social, por lo que solía cumplir acciones como auxiliar de los médicos de base del centro de salud. Un día aparentemente cotidiano, tenía que asistir al consultorio 4, en el cual se encontraba la doctora Valeria. A nadie le gustaba estar con ella, debido a que se caracterizaba por ser una persona prepotente, grosera y con tendencias a la humillación pública de otros miembros del

personal. Yo no tenía problema con eso, venía de una estadía hospitalaria con personas semejantes, por lo que construí mi propia resiliencia ante las adversidades. La consulta marchaba con normalidad, algún resfriado común, una que otra diarrea, control de enfermedades crónicas y en sí, nada fuera de “la normalidad”. Casi por finalizar el turno, yo ya me encontraba un tanto hartado de estar en ese sitio, cada consulta se convertía en una especie de examen por parte de la doctora, aunado el hecho que te encargaba realizar todas las actividades del consultorio, mientras ella se quedaba en el celular o simplemente salía a platicar con otras personas. Era en extremo molesto, por los constantes cuestionamientos incluso de los tratamientos, dándose la razón en todas las ocasiones, aunque no tuviera la mínima idea de lo que hablaba.

Llegaba la última consulta, una mujer joven, delgada, alta, piel morena, con muchos tatuajes en el cuerpo y una mirada perdida resaltante. El motivo de consulta primordial fue debido a que padecía estreñimiento, y ya llevaba un par de días sin poder evacuar. Era una paciente que acudía constantemente al centro de salud, por lo que fue algo que llamó mi atención, debido a que sus visitas eran por distintas aflicciones, muy lejanas una de otra. Durante la exploración abdominal, me percaté de múltiples cicatrices hiperpigmentadas de aspecto redondo, no más de 5 milímetros de circunferencias. Se encontraban en múltiples áreas abdominales. Al preguntarle al respecto, simplemente afirmó tener fauna nociva en su hogar y que era debido a eso. Algo especial ocurrió en esta ocasión. A pesar de ser una paciente recurrente, me percaté que no contaba con historia clínica en su expediente, por lo que procedí a realizarla, lo que fue el detonante de todo. Conforme ocurría el interrogatorio, poco a poco su voz se quebraba en llanto y corrían sus lágrimas en el rostro. Era algo que solía ocurrir en ocasiones, pero esta vez no era igual, por lo que se tomó la decisión de otorgarle diálogo abierto, esto con el fin de detectar violencia de género oportunamente.

Acontecía que era una paciente que se presentaba constantemente al centro de salud en busca de ayuda, pero que nunca tuvo el valor de decirlo, ya que todas las consultas se reducían a no prestarle atención y simplemente darle una receta de medicamentos. Contó la paciente que a la edad de 15 años salió de su hogar y se fue a vivir a las calles, en dónde se dedicó durante mucho tiempo al oficio de la prostitución. Durante algunos años cayó

sumergida en el consumo de alcohol y drogas que poco a poco la hundían más y más. Un día laboral cualquiera, fue abordada por un sujeto para solicitar sus servicios sexuales, el cual fue muy atento y considerado con ella, otorgándole incluso más dinero del que cobraba normalmente por el servicio. La solicitud de su servicio se hizo cotidiana, en cada ocasión concedía más dinero y regalos inesperados, hasta que llegó el momento que se hizo una relación entre ellos y se fueron a vivir juntos. Los problemas iniciaron en el momento que ella quiso saber su nombre verdadero, puesto que siempre se dirigía a él con un pseudónimo. De manera inicial no hacía más que evadir la pregunta, pero conforme fue insistiendo, el sujeto se ponía más violento con ella, al punto de llegar a golpearla por hacer tantos cuestionamientos. La violencia fue escalando a tal punto de dejarla encerrada sin alimentos, de golpearla con objetos y en momentos de embriaguez, de apagar colillas de cigarros en su cuerpo (lo que les daba sentido a las cicatrices del abdomen). Sucede que nunca le dijo su nombre debido a que se dedicaba al negocio del narcotráfico. Ella no contaba con ningún documento que avalara la existencia de aquel sujeto, quien al único sitio al que le permitía asistir a ella era al médico.

Por mi experiencia en hospitales, en muchas ocasiones había presenciado el momento en el cuál una persona colapsa emocionalmente, especialmente ante la muerte de un familiar. Son esos momentos que no se pueden borrar de la mente, el llanto que invade cada rincón del hospital, desconsolado y lleno de desesperación, clamando a Dios o a santos religiosos, con el fin de querer que aquella noticia no sea cierta. Aún con todas estas vivencias, nunca había visto que una persona colapsara de manera semejante. Un rostro que emanaba dolor, una “mirada de las mil yardas” como en los eventos postraumáticos, una tensión evidente en todo su cuerpo, un llanto incoercible y una sola frase: “Ayuda, por favor”. Rápidamente fui auxiliado por la doctora Valeria, que se mantuvo al margen del momento, al tener más experiencias en tales situaciones, buscó cómo brindarle la ayuda de los diversos servicios con los que cuenta el centro de salud. En ese momento, exclamó la paciente que únicamente pedía ayuda psicológica, que no quería nada en el marco legal, ya que en diversas ocasiones fue amenazada de muerte tanto ella como a sus familiares en caso de cualquier denuncia, por lo que no buscaba nada más debido al temor por su vida y la de sus seres queridos.

Se realizó la referencia al servicio correspondiente encargado de violencia de género y terapia psicológica, a quienes se les comentó la situación. Una vez que la paciente logró controlar sus emociones, se le acompañó al lugar correspondiente. Todo ese día fue de un sabor amargo de boca, esa impotencia de no poder hacer más allá de la consulta, o tan solo el hecho de encontrar soluciones jurídicas. Sólo podía pensar en lo enferma que puede estar la sociedad producto del crimen organizado en el país, y de toda la cantidad de mujeres que están viviendo situaciones semejantes en otros sitios.

No volví a ver más a la paciente en el centro de salud, sólo puedo creer que todo se encuentra bien y que todo ha mejorado.

ii. Una mala noticia

La prevención es un pilar fundamental de la salud, siendo este el más importante. Muy pocas son las personas que tienen la cultura de la prevención, la gran mayoría acuden al médico únicamente cuando ya es demasiado tarde y la enfermedad ya ha llegado a su vida. Como parte de las campañas de prevención y detección oportunas en el primer nivel de atención, se suelen medir niveles de glucosa, de tensión arterial, realizar pruebas rápidas de VIH y sífilis, fomentar hábitos saludables, entre otras cosas. Existen resultados que no suelen ser los más favorables e incluso, la noticia puede ser algo que cambie la vida por completo.

Cierto día me encontraba en la coordinación médica, el día había sido en extremo calmado, la consulta no pasó de cuatro pacientes, por lo que muchas horas iban a estar libres. Cuando ocurrían esas circunstancias, solíamos estar a la disposición de algún infortunio, como suele ser que por alguna situación algún médico no quisiera brindar la consulta o por cualquier “urgencia”. Solía tener una muy buena relación con el personal de enfermería, por lo que ante cualquier situación imprevista que no pudieran manejar, solían pedirme ayuda si estaba dentro de mis posibilidades, a lo que nunca me negué. Ese día estaba particularmente caluroso, apenas iniciaba primavera y el cambio de temperatura era evidente, así que decidimos salir por alguna bebida fría con mis compañeros. Al regreso al centro de salud, se me acercó una de las enfermeras de mayor antigüedad en el centro de salud, para solicitar mi ayuda con una “situación especial”. Ella se encontraba en el módulo

de “Detecciones”, que es un espacio especializado en la toma de citología cervical, pruebas rápidas de VIH, sífilis, colesterol y triglicéridos, así como muestras de glucosa capilar y toma de tensión arterial. Al entrar al módulo me encuentro con un joven que no aparentaba más allá de los veinte años, estatura baja, pelo rizado, piel clara, algunos tatuajes visibles en brazos y cuello y con cara de angustia. La enfermera me explica que el paciente asistía a consulta, pero que había querido realizarse una prueba rápida de VIH, la cual había salido reactiva. La cuestión alrededor de esto era que ese mismo día, dichas pruebas cumplían con su fecha de caducidad, por lo que no confiaba en el resultado. Dicha situación se le explicó a la doctora encargada de epidemiología y se le solicitó pruebas rápidas que no estuvieran vencidas, a lo cual accedió inmediatamente. Se procedió a tomar la muestra nuevamente y el resultado siguió siendo el mismo.

Nunca había estado ante tal situación, tenía una amplia experiencia al estar con pacientes VIH positivos, pero fue la primera ocasión en la cual tenía que explicarle al paciente la probabilidad de ser positivo. Un escalofrío me invadió inmediatamente, fue cuestión de segundos para iniciar a hablar, los cuales los sentí eternos. No encontraba en ese momento las palabras adecuadas para hacer entender al paciente tal situación. Debido a la delicadeza del tema, me indicaron hablar con él en un consultorio aparte, por si la conmoción del momento llegaba a salirse de control. Ya de forma privada, le hice saber que la prueba no es concluyente y que se necesitaba una prueba confirmatoria. Una cara de angustia y mirada perdida volteó a verme:

-Doctor, no hay nada que confirmar. Yo soy homosexual y hace algunos meses tuve relaciones sexuales sin protección con un chico que recientemente fue diagnosticado con VIH. Yo sé que me voy a morir por esto.

Un mar de lágrimas invadió el lugar, mientras exclamaba lamentos y arrepentimiento de sus acciones. En todo momento le explicaba que era necesario hacerle una prueba confirmatoria, el porcentaje de riesgo de infección y diversa información que lograra tranquilizarlo, pero era casi imposible. Después de varios minutos tratando de calmar la situación, todo quedó completamente en silencio, ni una palabra más ni llanto salió de aquel joven, únicamente asentía o negaba con la cabeza. Le expliqué que se le tenía que realizar una referencia para mandarlo a un centro especializado el cual confirmara o

descartara el diagnóstico y, de ser necesario, iniciar con el tratamiento. Él solo se limitó a asentir con la cabeza, tomar la documentación y retirarse del consultorio, no hubo palabra más.

Semanas después tuve la oportunidad de volver a mirar a este joven, ya se notaba una tranquilidad en su persona. Me acerqué a preguntarle cómo había sido el proceso y con una cara sonriente me contesta:

-Si di positivo, doctor. Pero ya asumí que tengo que vivir con esto y que todo estará bien mientras lleve adecuadamente mi tratamiento. Mi familia me está apoyando mucho respecto al tema y es lo que me mantiene feliz. Le agradezco mucho su atención, muchas gracias-. Procediendo a retirarse del centro de salud.

Durante la carrera nos preparamos para conocer las patologías, su diagnóstico, su tratamiento, fisiopatología, etc., pero nunca nos preparan para tener la habilidad de otorgar malas noticias, cuestiones que suelen suceder cuando eres un médico joven y poco experimentado en el ambiente. Ese tacto para definir las cosas es una habilidad que se desarrolla, y no hay mejor momento para desarrollarla que siendo un médico pasante.

### iii. Corazón

No es sorpresa para nadie que la primera causa de muerte a nivel mundial es debido a enfermedades cardiovasculares, sobre todo el infarto agudo de miocardio y la enfermedad cerebrovascular. Cuando te enfrentas a alguna de estas patologías es toda una experiencia empapada de adrenalina, todos corren para todos lados, la sala de choque (sala especializada del servicio de urgencias encargada de atender a los pacientes potenciales a fallecer) se vuelve un caos, pues “tiempo es corazón” y “tiempo es cerebro”, por lo que es fácil intuir que cada segundo cuenta. En el medio hospitalario se cuentan con recursos para atender las patologías, dependiendo, claro, de la disponibilidad de los insumos y del recurso humano, llegando inclusive a utilizar vehículos aéreos para traslados a centros especializados, con todos los protocolos necesarios.

Un paciente con un infarto agudo de miocardio en un medio hospitalario es una situación que puede causar pánico, por lo que tal situación en una clínica de primer nivel es

un sentimiento de terror, debido a los pocos recursos que se tienen disponibles y por el inminente riesgo de una falla cardiovascular.

El primero de los casos llegó durante el mes de enero del 2023, ya era medio día y la consulta ya se había dado por concluida, particularmente fue un día con muy poca asistencia de pacientes. Me encontraba con mi compañero médico pasante Carlos en la coordinación médica, estábamos acomodando algunos expedientes en desorden y terminando algunas notas médicas, nada fuera de lo normal. En un momento escuchamos que alguien tocaba la puerta de la oficina, me levanté de mi asiento y procedí a abrir la puerta. Era la licenciada encargada del centro de salud, una mujer alta, delgada, cabello rubio, piel morena y un carácter fuerte de sobremanera. De una forma apresurada nos comenta que vayamos a atender a una paciente, maestra de la escuela primaria vecina, la cual se sentía mareada. Rápidamente salimos con mi compañero a atender la situación.

Nos encontramos con una persona adulta mayor, de una apariencia de al menos 70 años, con la mirada baja, cargada por otros dos masculinos (compañeros de trabajo), extremadamente delgada y con una evidente cara de angustia. Procedemos a llevarla a un consultorio para poder brindarle atención e iniciar a tomar signos vitales. Haciendo un interrogatorio se trataba de una paciente femenina de 68 años de edad con diabetes mellitus tipo 2 descontrolada e hipertensión arterial sistémica descontrolada, ambas patologías de al menos 3 décadas de evolución. A pesar de la hora, la paciente no había ingerido alimento alguno ni tomado sus debidos medicamentos, por lo que inicialmente pensamos en un posible descontrol hipertensivo o una alteración en los niveles de glucosa que estuvieran provocando tal cuadro. Nos comentó que durante las primeras horas de la mañana comenzó a sentirse extremadamente cansada, con fatiga y mareo, pero al tener responsabilidades laborales, ignoró por completo su malestar, hasta que en un momento mientras impartía una clase, se cayó de su plano de sustentación, que afortunadamente fue alcanzada por un alumno, quien avisó al personal de la institución y acudieron rápidamente al centro de salud. Evaluando sus signos vitales, la glucosa capilar se encontraba en niveles adecuados, pero vaya sorpresa que nos llevamos al tomar la tensión arterial, la cual de primera instancia la presión sistólica no lograba auscultarse, únicamente la diastólica, teniendo un valor de 100 mmHg. En ese momento nos saltó la alarma de tratarse posiblemente de una

emergencia hipertensiva (tensión arterial anormalmente elevada que provoca daño en algún órgano), por lo que pasamos a realizarle una evaluación rápida en busca de datos de daño cerebral y a realizar un electrocardiograma en busca de afectación cardiaca. Neurológicamente se encontraba sin alteraciones, pero al momento de proceder a realizar el electrocardiograma nos llevamos la primera sorpresa, nunca en su vida se había realizado dicho estudio, lo cual ya es un problema de acuerdo al manejo de este tipo de pacientes. Al ser un estudio que involucra tener el tórax descubierto, se procedió a explicarle en lo que consistía, el cual accedió a realizarse sin ningún problema. Es de conocimiento que los adultos mayores tienen una mayor sensibilidad a las bajas temperaturas y suelen utilizar una mayor cantidad de ropa, pero nunca había visto en mi vida que alguien utilizara tanta ropa por debajo. Poder realizarle el estudio a la paciente fue una odisea, ya que debido a su poca movilidad articular, nos valimos de uno de sus compañeros para poder retirar todo. Cuando por fin se pudo realizar el estudio, nos llevamos una sorpresa literal de infarto, la paciente tenía un infarto agudo de miocardio con elevación del segmento S-T en la cara inferior del corazón. Recuerdo como me recorrió un sudor frío por mi cuerpo, era consiente por experiencia hospitalaria que este tipo de padecimientos pueden resultar fatales de un momento a otro, a veces sin tener tan siquiera tiempo de reaccionar. Inmediatamente se hizo el llamado a una ambulancia para acudir por la paciente, que afortunadamente llegó en tiempo y forma. Recuerdo muy bien la cara de los médicos y personal presente, esa cara de terror ante la situación que se presentaba, nunca se me olvidará.

#### iv. Cerebro

El origen de la conciencia y del pensamiento ha sido tema de debate durante siglos por parte de filósofos, pensadores y científicos, siendo de naturaleza hasta el momento desconocida. La afirmación más aceptada es que todo se encuentra en el cerebro, siendo este órgano el encargado de orquestar las funciones del organismo, y por lo tanto, es considerado por algunos como el órgano más importante. Fueron los primeros anatomistas los encargados de la descripción de la anatomía y funcionamientos de los nervios y por lo tanto, el sistema nervioso central y periférico. Es tema de debate aún en la actualidad el de las múltiples funcionalidades humanas, pero no cabe duda alguna que el cerebro modula la mayor parte de la fisiología.

De manera instintiva por parte de los animales y de forma consciente en los humanos, se considera una parte vulnerable, ya que un daño importante puede significar la muerte o la incapacidad funcional. El ser humano ha buscado a lo largo de su existencia múltiples formas de protección del cráneo y por lo tanto, del cerebro. Todo esto ha sido acorde a las múltiples actividades deportivas o laborales que se pueden emplear, tomando en cuenta un contexto de traumatismo. Pero, ¿qué ocurre cuando todo se destruye por dentro? No existe un método en la actualidad con la eficacia absoluta para evitar patologías del cerebro, que pueden ir desde las hemorragias hasta las enfermedades demenciales y degenerativas.

Durante mi año de médico interno una de las áreas de aprendizaje fue lo relacionado con las urgencias médico-quirúrgicas y al estar en un hospital regional, tuve la oportunidad de conocer múltiples patologías, desde la más “inocente” hasta las más impresionantes, justamente estas últimas las que mayor morbo causan en la población. El infarto agudo al miocardio, los traumatismos craneoencefálicos y el evento cerebrovascular (EVC) son situaciones que suelen poner las capacidades del personal de salud al límite. El EVC era de los escenarios más recurrentes y de mis preferidos, puesto que desde el momento del arribo del paciente, su estabilización, la evaluación, el tratamiento y su recuperación son momentos de aprendizaje. La mayor parte de las ocasiones, el EVC suele suceder en pacientes adultos mayores, por lo que una persona joven es un caso excepcional.

Diciembre fue un mes poco atareado en el centro de salud, muchos médicos salían de vacaciones, algunos otros acudían a capacitaciones. De igual manera el flujo de pacientes se vino a la baja considerablemente, por lo que más allá de las gélidas mañanas y la toma de muestras rápidas para detección de la enfermedad de COVID-19, la cantidad de actividades por realizar no era florida.

Una mañana me encontraba en el módulo respiratorio tomando muestras rápidas para detección de COVID-19, todo marchaba relativamente normal. Continuamente tenía que acudir al módulo para realizar las pruebas, al tener una técnica muy noble con los pacientes, no suelen quejarse, valiéndome un lugar para la toma de muestras. Aún con el frío de las mañanas, la sensación térmica dentro de un equipo de protección personal suele ser alta, por lo que no solían ser de mucho agrado tales circunstancias. Característicamente

durante la temporada decembrina, hubo un alza de casos positivos, por lo que era común tener una cantidad cuantiosa de pacientes positivos. Ese día en especial la cantidad de pacientes solicitantes de pruebas fue baja, por lo que terminé de manera prematura con mis actividades. Una vez terminando me retiré el equipo de protección personal, me abrigué y procedí a adentrarme en la coordinación médica y pasar el tiempo con algo de lectura. El frío era de considerar, además que la falta de movimiento y actividad suele pesar en los párpados, por lo que procedí a salir a comprar un café caliente en mi lugar de confianza. Saliendo de la oficina me coloqué mis auriculares, puse algo de música y me encaminé. Sonaba “You & Me” de la agrupación Flume en mis auriculares, un detalle que me quedó muy bien grabado. Ese día portaba una pijama quirúrgica negra, una chamarra azul y unos tenis blancos, por lo que era fácil intuir que era parte del personal de salud. Transcurrieron cerca de 10 pasos fuera del centro de salud cuando una camioneta muy aprisa interfiere mi camino, en ese momento sentí como la adrenalina recorrió mi cuerpo, mis músculos se tensaron y un miedo abordó todo mi cuerpo. La delincuencia en el país suele tenernos en estado de alerta a todos, por lo que en ese momento en particular, mil ideas de bombardearon. Rápidamente baja de la camioneta del lado del conductor un sujeto de al menos unos 60 años, estatura media, complexión robusta, cabello cano completamente y la angustia se reflejaba claramente en su rostro:

-¡Ayuda, por favor! ¡Ayuden a mi hijo!- Comenzó a gritar desesperadamente.

- ¡No sé qué le ocurre, pero por favor hagan algo por él!- Vociferaba aquel varón.

Procedo a dirigir mi vista al asiento del copiloto, se encontraba un hombre joven, no aparentaba más allá de los 35 años, complexión robusta, abundante barba y se encontraba con los ojos cerrados y la cabeza inclinada hacia atrás. Mi atención logró hacer que me acercara más al individuo, tratando de preguntarle algo, aunque era evidente que no tenía la capacidad de articular palabras y carecían de entendimiento, se encontraba con la comisura labial desviada de lado derecho y realizaba movimientos erráticos con un solo brazo. El conocimiento médico nos describe que todo lo anterior es compatible con un EVC, por lo que cada segundo es de vida o muerte. La sensación de adrenalina y miedo regresaron a mi cuerpo de forma inmediata, pero al igual que cientos de pensamientos: ¿Es un EVC? ¿Se encontrará intoxicado por alguna sustancia? ¿Le habrá ocurrido algo? Eran los

pensamientos que me invadían. El conductor del automóvil de manera precipitada bajó del automóvil al individuo, con la finalidad de ingresarlo al centro de salud para su atención. Rápidamente advertí al conductor de la unidad que era de primordial importancia acudir de manera inmediata a un servicio de urgencias, ya que cada segundo era valioso y estar en el centro era una pérdida de tiempo valioso, pero este hacía caso omiso. El sujeto afectado al no tener la capacidad de poder incorporarse y deambular, quedó sentado a la orilla de la banqueta y era más que evidente su afectación. Inmediatamente realicé una llamada al servicio del 911 para comentar la situación y tener una unidad disponible para traslado o un servicio de urgencia para recibir al individuo, mientras le realizaba preguntas al padre para realizar una historia clínica de urgencias, que para ese momento ya tenía conocimiento que aquel conductor era padre del paciente. Recuerdo aquel diálogo con el servicio del 911:

-Se trata de paciente masculino de 35 años de edad que desde hace 2 horas presenta alteración del estado de alerta, desviación de la comisura labial, hemiparesia derecha, disartria y presión arterial medida en casa de 230/120 mmHg. No es alérgico a nada, ingiere captopril 25 mg 1 vez al día por diagnóstico de hace 5 años de hipertensión arterial sistémica. No ha tomado ningún alimento ni ingerido medicamentos e inició mientras se encontraba sentado en su hogar-. Mientras al teléfono realizaban otras preguntas de índole de identificación, recuerdo algo que me heló:

-Le mandamos una ambulancia a la dirección requerida, llega entre 30 a 40 minutos.

¡Era muchísimo tiempo! Por lo que procedí a tratar de hacer entrar en razón al padre y explicarle que tener a su hijo sentado en la banqueta en espera de una ambulancia no era más que pérdida de tiempo y que cada segundo contaba para salvar a su hijo. Durante al menos dos minutos que se sintieron en extremo eternos, el padre se negaba a llevarse a su hijo y prefería esperar a la ambulancia. En un instante, aquel joven poco a poco comenzó a articular cada vez más palabras y obnubilarse más y más, por lo que en un momento de lucidez y entre lágrimas el padre vociferó:

-¡Ayúdeme a subirlo!-. A lo que accedí rápidamente. El padre se subió al vehículo, lo encendió, me dio las gracias y derrapando llantas procedió a retirarse del lugar.

Me encontraba sudando a pesar del frío que hacía, mirando como el vehículo se retiraba, pensando en lo fugaz que había sido todo, la adrenalina bajaba poco a poco de mi cuerpo y la tensión muscular se retiraba. Un guardia de seguridad me tocó por el hombro en su parte trasera y preguntó si todo se encontraba bien, a lo cual asentí con la cabeza. El café de aquella mañana ha sido el más insípido de mi vida, aunque yo sabía que estaba a la concentración perfecta. Esa impotencia de no poder hacer más y la incertidumbre del resultado final, deja un muy mal sabor de boca.

v. Comida que no es comida

Como padres no creo que exista sensación más terrible que ver la vida de tus hijos peligrar, pues no existe amor comparable con la de los padres hacia los hijos. Desde el vientre de la madre al escuchar el corazón, observarlos en un ultrasonido, sentir los movimientos, ver su nacimiento y sentirlo orgánicamente, escuchar sus primeras palabras o ver sus primeros pasos y todo lo que conlleva el posterior crecimiento y desarrollo, son momentos de satisfacción en los padres.

La atención de los hijos, sobre todo en edades tempranas requiere de una atención total. En la naturaleza las madres suelen cuidar a sus crías de los depredadores, por lo que en la sociedad humana no cambia del todo, ya que el mundo que nos rodea es un potencial depredador. Conforme crecen suelen ser curiosos con su medio y tener nuevas necesidades, por lo que el mínimo descuido puede resultar potencialmente fatal.

La comida nos brinda la energía necesaria para vivir y mantener funcionalidades orgánicas, así como implica un poder social muy fuerte. Prácticamente gran parte de la vida se mueve alrededor de la capacidad para alimentarse. Existe en sus múltiples presentaciones alrededor del mundo, deliciosas o asquerosas, dependiendo del ambiente cultural que se presente. Sin importar la presentación y cultura, todo aquello que es comestible ya es un hecho, pero no siempre ocurre de esta manera.

Acontecía el mes de enero, todavía el frío de la temporada invernal se podía sentir en el ambiente. Fue un día con un flujo de pacientes interesante, todos los médicos disponibles se encontraban con la agenda al máximo, por lo que no era de extrañar que particularmente ese día algo ocurriera. Me encontraba en la coordinación médica, Héctor y la doctora Ojeda se encontraban presentes, platicábamos algunas cosas irrelevantes para el momento, pero de

importancia para nuestro entretenimiento. De un momento a otro la puerta de la coordinación médica se abrió de forma violenta:

- ¡Se está ahogando una niña, vengan!- gritó de forma agitada y desesperada la licenciada del centro de salud.

Rápidamente salté de mi asiento e inicié a correr hacia el lugar donde estaba ocurriendo el suceso. Fue instintivo saber el lugar de los hechos, se escuchaban llantos y gritos por parte de una mujer en el módulo de somatometría. Habían personas alrededor de la puerta, tanto personal como algunos pacientes curiosos. En mi mente corrían pensamientos válidos para el momento: ¿Se estará ahogando? ¿Qué habrá ingerido? ¿Estará consciente? Fueron algunas de las preguntas del momento. Al entrar al módulo, de primera instancia observo a una mujer de al menos unos 30 años, complexión robusta, estatura baja, piel morena, cabello liso y largo, llorando y gritando mientras hablaba con alguien por teléfono. Una niña de no más de 3 años se encontraba sentada en la mesa de exploración, estaba llorando y muy inquieta. Sabía que era ella, por lo que al entrar al consultorio rápidamente la abordé, abrí su boca para revisar que no estuviera algún objeto atorado y justamente cuando estaba por auscultar la vía aérea, escucho una voz que me dice:

- No se está ahogando, ingirió veneno para ratas- exclamó el doctor Paredes desde la puerta.

Recuerdo cómo un “*flash back*” llegó a mi mente. Durante el internado médico, una adolescente de 15 años ingresó al servicio de urgencias por intento de autolisis (suicidio) al ingerir veneno para ratas en grandes cantidades. El manejo de aquella paciente fue multidisciplinario, pero de todo aquel abordaje lo que más me quedó en la memoria fue cuando los médicos urgenciólogos nos enseñaban respecto a estos venenos y que la principal consecuencia era el sangrado masivo, ya que muchos de estos venenos actuaban fundamentalmente inhibiendo la acción de la vitamina K, por lo que debían de tener vigilancia estricta por el potencial riesgo de sangrado. Con esto en mente, era de vital importancia que la menor estuviera en un hospital especializado cuando antes, que, aunque tardan horas en hacer efecto dicho veneno, el tiempo es crucial para determinar el tipo de manejo.

La doctora Servín se encontraba hablando al servicio de emergencias de la Ciudad de México, pero para sorpresa de nadie, las ambulancias tardarían más de una hora en llegar, debido a que en ese momento se encontraban atendiendo un accidente automovilístico. Ante tal situación, fue Héctor el que por iniciativa propia ofreció su automóvil para trasladar a la menor a un hospital pediátrico. La doctora Ojeda le indicó a la madre las acciones que se llevarían a cabo y trató de tranquilizar la situación.

Abordamos el automóvil de Héctor, él se fue conduciendo, la doctora Ojeda de copiloto y la madre con la menor atrás conmigo. Durante el camino la madre nos indicó que su casa estaba de camino, por lo que le pedimos que bajara por el veneno para tener una referencia al momento de llegar al hospital. Todo el trayecto fue tenso, se sentía como todos nos encontrábamos sumamente nerviosos.

Al llegar al Hospital Pediátrico de Coyoacán, nos dirigimos inmediatamente al servicio de urgencias, nos presentamos como personal del centro de salud y la razón de nuestra presencia en el hospital. Nos indicaron llevar a la menor a una de las camas de hospitalización de urgencias, presentamos a la paciente ante los médicos de base encargados, así como a los residentes y médicos internos. Vaya sorpresa la nuestra cuando los médicos de base se pusieron sumamente hostiles con nosotros, como si algo hubiéramos atentado contra su persona. La principal molestia fue haber llevado el frasco de veneno, porque a palabras de una de las doctoras “el ambiente se podría intoxicar y no era necesario mostrar el veneno”. Vaya estupidez tan grande.

Finalmente regresamos al centro de salud, reflexionando en el camino de la responsabilidad que implica ser padre/madre y la cautelosa atención que necesitan los menores de edad. Afortunadamente todo quedó como una anécdota más. Un par de días posteriores al contactarnos con la madre de la menor, nos comentó que todo había marchado bien, que le habían realizado un lavado gástrico y estudios de laboratorio y que sólo necesitó observación. Todos nos sentimos reconfortados después de aquella acción.

#### vi. Pulmones

Se dice entre la sociedad que las formas más crueles de perder la vida son quemándose y ahogándose, siendo situaciones que no se le desean a nadie, pues los pocos que han logrado sobrevivir ante tales situaciones, relatan la terrible experiencia que se experimenta.

Todos alguna vez hemos tenido la sensación de ahogo con la comida, con algún líquido o los menos afortunados, un ataque de asma o alguna patología respiratoria que condiciona la falta de entrada de aire. Es sumamente aterrador el hecho de no poder respirar, la desesperación invade el cuerpo y se busca por todos los medios una forma de poder ventilar adecuadamente. Es una condición relativamente común que puede ocurrir en un contexto clínico como de la vida cotidiana, por lo que hay que reconocer inmediatamente el problema al cual nos afrontamos.

Era el mes de mayo, la última mitad del mismo. Ya se experimentaba el calor de la próxima estación entrante. Todo el personal trataba de ir con la ropa más fresca posible, pues era sumamente caluroso el encierro de los consultorios. En la coordinación médica, optamos por tener un ventilador que nos refrescara, por lo que era un buen lugar para pasar un par de minutos en lo que el cuerpo se refrescaba.

Un día ya casi por nuestra hora de salida, nos encontrábamos todos los médicos pasantes en la coordinación médica, conversábamos de algún caso interesante que alguien pudiera haber visto en la consulta, mientras acomodábamos expedientes, firmábamos notas o simplemente nos estábamos refrescando con el aire del ventilador. Prácticamente sólo esperábamos la hora de salida para poder firmar y retirarnos, nada fuera de lo común. La puerta se encontraba cerrada, sobre todo para evitar que alguna mala palabra fuera escuchada por algún paciente o personal del centro de salud. Sin previo aviso alguno, la puerta fue abierta con brusquedad, entró la licenciada del centro de salud gritando:

- ¡Salgan! ¡Está una señora ahogándose!

Sin cambiar una palabra más, mi compañera Mónica y yo nos levantamos inmediatamente de nuestros asientos y salimos corriendo para ver qué ocurría. Una señora de apariencia de al menos 60 años, cabello cano, corpulenta, talla chica se encontraba recargada en una de las sillas en la sala de espera, tenía una evidente dificultad respiratoria y se agarraba el cuello. Se encontraba acompañada de un señor de al menos unos 70 años, cabello cano, alto y corpulento, quien la tomaba del hombro derecho. Con un estetoscopio en mano, Mónica fue la primera persona que la abordó para revisarla, al auscultarle los pulmones vociferó:

- ¡No está ventilando!

Rápidamente se acercó la licenciada a nosotros y nos preguntó qué se debía hacer, a lo que le pedí una ampula de dexametasona y salbutamol inhalado, a lo que respondió rápidamente y se dirigió a farmacia. Para este momento, la directora del centro de salud, la doctora Rivas ya se encontraba hablando al servicio de emergencia. Le pedí a una de las enfermeras que me proporcionara una jeringa de 3 ml y un par de toallitas alcoholadas. Llegando el medicamento, lo preparé y procedí a inyectarlo, mientras Mónica le proporcionaba el salbutamol. Una vez aplicado esto, procedimos a llevar a la paciente a un consultorio para tenerla monitorizada. Se sentó en la mesa de exploración, se le colocó un oxímetro de pulso para medir su oxigenación, se tomaron signos vitales y se le realizó auscultación continua de la vía aérea.

En el momento que procedí a auscultarla, se me heló la sangre. Había estado en contacto con pacientes que tuvieron obstrucción de la vía aérea por diversas causas, pero nunca había auscultado una vía aérea que tuviera una obstrucción completa, no entraba el mínimo de aire. Ante tal situación, no pensaba nada más que en estar preparado para una parada cardíaca inminente. La directora se encontraba presionando al servicio de emergencias para el envío inmediato de una ambulancia, pero como de costumbre, nos informaron que tardaría en llegar al menos 40 minutos, que, para ese momento a la intensidad de la patología, la paciente fallecería. Ante la advertencia de una llegada tardía del servicio de emergencias y posibilidad de una respuesta pobre al tratamiento, el carro rojo (mueble presente en instituciones de salud que cuenta con los fármacos e instrumentos necesarios para realizar maniobras de reanimación cardiocerebrovascular) se hizo presente.

Mientras la acción ocurría, nos encontrábamos atentos al testimonio del esposo, el cual narraba:

- Durante la mañana amaneció con mucha tos seca y el pecho le silbaba. Me dijo que le costaba un poco de dificultad para respirar, pero que no era nada de qué preocuparse. En la tarde se encontraba barriendo la casa cuando empezó a agitarse y me dijo que le costaba respirar, pero dejó de barrer y se tranquilizó un momento, pero empezó a agitarse más hasta que ya no pudo respirar.

Por la narrativa del esposo, era más que inminente que se trataba de una crisis asmática. Algo no tan común de presentarse en edades mayores, aunque la paciente si contaba con un historial de atopia. La saturación de oxígeno se recuperaba poco a poco, las respiraciones se hacían cada vez menos rápida y superficiales, los pulmones comenzaban a mostrar una mayor ventilación, en general, todo se encaminaba hacia la resolución.

Pasaron cerca de 40 minutos, tal vez un poco más, el servicio de ambulancias, como en otras ocasiones, no acudió al llamado. La paciente se recuperó completamente, se le indicó un manejo con medicamento basal y otro de rescate, se le realizó una referencia al servicio de neumología de un hospital y al servicio de urgencias para monitorización médica. La sonrisa de aquella mujer fue maravillosa cuando procedió a retirarse, la posible inminente muerte había rosado a su persona, pero habría podido escapar de ella con la ayuda adecuada.

#### vii. Historias de un ex recluso

Dicen que cada persona es un libro por leer, con innumerables experiencias, vivencias y conocimiento en espera a ser abierto. Todos tenemos una historia por contar, relatos que tiene que saber el mundo, pero no siempre existen las posibilidades para realizar tal tarea.

Todos hemos escuchado historias de los abuelos, de aquellos tiempos en los cuáles muchas tecnologías presentes en la actualidad eran algo inimaginable. Aquellos tiempos en los cuales las grandes urbes fueron pueblos de madera y el transporte se daba por grandes bestias. Hemos escuchado historias sorprendentes de las épocas antiguas, sobre todo de carácter benevolente, pero siempre hemos sido testigos de historias no tan gratas con la vida.

Era principios de marzo del 2023, el calor iniciaba a tornarse sofocante, por lo que estar encerrado en un consultorio era casi una tortura térmica. Me encontraba en uno de los consultorios más pequeños, por lo que cada que tenía alguna oportunidad, aprovechaba para salir a tomar un respiro. Faltaban un par de horas para dar por concluidas mis labores de aquel día, los expedientes ya se encontraban en orden y toda la papelería estaba en perfecto estado, por lo que sólo esperaba el momento indicado para proceder a retirarme. A último

momento llevó el personal de enfermería un expediente al escritorio, era un expediente recién abierto, por lo que implicaba realizar historia clínica y una serie de requisitos adicionales.

Llamé al paciente en cuestión y entró al consultorio. Era un hombre de mediana edad, llamaba mucho la atención su rostro con edema, piel morena, cabello en corte estilo militar, complexión delgada y estatura mediana, su vestimenta desaliñada, pero con una gran sonrisa en su rostro. Por la zona del centro de salud, era común tratar con este tipo de perfiles, hombres jóvenes en situaciones no tan favorecidas con consumo importante de alcohol o sustancias ilícitas.

Le indiqué que tomara asiento y le hice saber que, al ser la primera vez en el centro de salud, tendríamos que realizar una serie de documentos, tal y como lo es la historia clínica, a lo que él accedió. Para aquel momento creo que todo marchaba con total normalidad, nada fuera de lo común. Al ser la última consulta, decidí darle tribuna abierta para que se expresara y fue cuando la historia comenzó:

- Pues mire doctor, yo vine porque tengo el diagnóstico de insuficiencia renal crónica, tengo diabetes e hipertensión. Me lo diagnosticó el médico del reclusorio.
- ¿Reclusorio?- Contesté con asombro
- Sí, doctor. A mí me tocó estar en Topo Chico Estuve encerrado ahí como 10 años. Me porté mal con mi familia y con la sociedad y estuve encerrado unos cuantos años.
- ¿Cómo fue que le diagnosticaron sus padecimientos?
- Pues mire, yo estaba en una celda encerrado con otras 6 personas, de grande estaba un poco menos de la mitad que este consultorio. No teníamos camas, por lo que me tocaba dormir en el suelo. Estaba infestado de chinches y cucarachas, por lo que casi no se podía dormir bien. Por eso iba con el médico de la prisión para que me diera medicamento para poder dormir. Antes de estar en prisión tomé mucho alcohol y me drogaba con marihuana y cocaína, tomaba unos 2 litros al día de licor de caña o 1 litro de tequila con unas 3 caguamas, también me metía mucha cocaína y diario me fumaba unos 2 cigarros de marihuana. Adentro del penal seguí consumiendo, era más difícil conseguirlo, pero así seguí como otros 6 años, hasta

que un día me estaba muriendo después de drogarme, caí inconsciente y me llevaron con el médico y pues ahí me dijeron que tenía esas enfermedades. Ya desde entonces ya no consumo nada de alcohol ni drogas.

- ¿Qué medicamentos está tomando para sus enfermedades?
- Pues salí un par de meses antes de que cerraran el penal, el medicamento que me daban para dormir lo dejé de tomar. De la insuficiencia renal no me han dicho nada, sobre todo por eso vengo, porque en la cárcel me dijeron que eso lo veía un especialista. Para la diabetes me aplico insulina 30 unidades en la mañana y para la presión, me tomó una pastilla de losartán.

La conversación duró algunos minutos más, yo estaba fascinado con las historias que inició a contar, sobre el altar a la muerte que se encontraba dentro del penal, el narcotráfico, los asesinatos y ritos que llegaban a realizar con los cadáveres, las múltiples riñas constantes, la comida podrida, la prostitución, entre otros temas. Me resultaba sorprendente de todas las problemáticas que existían dentro de un penal considerado de máxima seguridad. En algún momento de mi vida había tenido el espacio para ver algunos documentales respecto al tema, pero escucharlo de alguien que lo vivió en persona es una historia completamente distinta.

La consulta prosiguió con normalidad, llamaba la atención el edema importante en su rostro y extremidades, algo que por su diagnóstico, no era una buena señal. Tenía múltiples cicatrices en el abdomen, espalda y brazos, que de acuerdo a su versión, habían sido por cortadas con objetos punzocortantes. Todas las uñas de ambos pies estaban infectadas con hongos. A pesar de la apariencia a primera vista, olía agradable, a productos de higiene personal y loción.

Al terminar le expliqué todo lo que teníamos que realizar, los estudios de laboratorio, el medicamento de base continuarlo y agregar manejo para la infección micótica, medidas higiénico-dietéticas, entre otras cuestiones. Le entregué sus recetas y órdenes de laboratorio, lo cité un par de días después y me despedí de aquel paciente.

Terminando la nota médica me puse a pensar como las malas decisiones de la vida te pueden poner en sitios verdaderamente terroríficos. A sufrir de las pocas comodidades de la

vida y caer en condiciones que atentan contra la existencia misma. La importancia se saber llevar los cabos de la vida y no perder el rumbo por los placeres terrenales.

viii. Una sociedad violenta

Nadie tiene la mínima duda que el médico realiza una carrera de carácter altruista, siempre fungiendo por el bien de los pacientes y por la sociedad en general. No cabe duda de ello cuando se visualiza todos los sacrificios familiares, sociales, emocionales y físicos que se tienen que realizar con el fin de garantizar dar lo mejor por el paciente, aunque en múltiples ocasiones, seamos vistos como los villanos de la historia. No hay duda alguna que las instituciones de salud pública son las responsables, en gran medida, de múltiples molestias de las que los pacientes se quejan, ya sea por la mala administración, por algunos líderes deplorables y otros problemas, ocasionando la animadversión de las personas hacia los trabajadores del área de la salud que no tienen culpa alguna, lo que a veces conduce a que se cometan actos de violencia y prejuicio hacia este personal.

Como parte de la promoción de salud y servicios adicionales del gobierno de la Ciudad de México, se realizaban ferias con múltiples servicios, entre los que se brindaba atención de detección de diabetes, hipertensión arterial, VIH, sífilis, entrega de medicamentos, etc., por parte del centro de salud. Dichas ferias llevaban por nombre “Ferias de la Salud”. En verdad a nadie le agradaba acudir a dichas ferias, ya que el calor era exorbitante, el espacio muy reducido, el inicio era con un horario muy estricto y el tiempo para comer no existía. Debido a todo esto, muchos integrantes del personal buscaban alguna excusa con tal de no acudir a ellas.

Asistí al menos a unas 6 ferias, la verdad es que nunca me gustó ir. Aparte de las incomodidades mencionadas, el personal contratado por el gobierno de la Ciudad de México era extremadamente prepotente y grosero. En muchas ocasiones hubieron problemas, sobre todo por el hecho de que el espacio asignado para los médicos tenía que ser montado y desmontado por el personal del centro de salud, aun cuando los contratados para dicha actividad eran ellos. Algunas ocasiones lo realizó personal adscrito al centro, algunas otras veces lo teníamos que realizar nosotros. En verdad era frustrante, ya que al menos en el espacio asignado para el personal de salud no se podía realizar otro tipo de

promociones a la salud. Todo estaba lleno de publicidad política de la jefa de Gobierno, lo que llegó a tal punto que el personal rompió y tiró cartulinas que promocionaban la toma de glucosa y tensión arterial, ya que según sus palabras: *“interrumpía con la armonía publicitaria”*. En verdad era un asco. En alguna ocasión ya habíamos tenido algún problema con el personal de las ferias, cuando de forma arrogante y grosera nos ordenaron retirar una carpa, a lo que nos negamos, ya que las órdenes que acatábamos estaban dadas por la directora y la tutora del centro de salud, respaldada por el reglamento de los médicos pasantes. Desde aquél día fui “marcado” en aquellas ferias, era reconocible y tachado de no seguir sus órdenes, algo que poco me interesaba. Algunos otros centros de salud ya se habían quejado de la actitud del personal de las ferias, por irrespetuosos con el personal de los centros de salud y por creer que tenían el derecho de gritarles a las personas, incluso corría el rumor de que uno de los jefes quiso violentar a golpes a un enfermero. Todos ya estábamos hartos de esos eventos, pero nadie de los mandatarios superiores hacía algo al respecto, por lo que todo continuaba.

Llegó el día en que todo colapsó. Lastimosamente, ese día estaba más involucrado de lo que me hubiera gustado estar. Llegué temprano como de costumbre al centro de salud, ya tenía conocimiento desde antes que ese día tendría que asistir a la feria, por lo que fui a comprar un café y un desayuno antes de partir hacia el sitio. A las 08:30 h, el personal de enfermería y el personal médico nos subimos a la camioneta que nos transportaría. Llegamos al lugar, el cual era el Parque La Cantera en el Ajusco, Coyoacán. Bajamos todo el equipo necesario para ese día, enfermería llevaba múltiples vacunas y los médicos equipo de detección. En primera instancia nos percatamos que la carpa asignada a nuestro espacio no estaba colocada, por lo que decidimos esperar a que el centro de salud mandara el personal necesario para la instalación de la misma, ya que esa había sido la orden. Entre todos nos encontrábamos platicando de asuntos personales y laborales, mientras resguardábamos el material. Una persona trabajadora de la feria inició a armar la carpa, pero alguien más de sus compañeros, una mujer que no pasaba de los 30 años, se acercó a decirle que lo dejara de hacer y se dirigió a nosotros:

-¿Quién de ustedes va a armar la carpa? Ya es tarde y aún no tienen hecha su área de trabajo, ya deben de hacerlo.- Todos nos quedamos callados, con una expresión de asombro por la manera tan grosera en la que se había dirigido a nosotros.

- Nosotros venimos como personal médico y de enfermería, no sé si el centro de salud vaya a mandar a alguien del personal, desconozco – contesté-

- Pues ustedes verán, ya que es su responsabilidad y no quieren hacerlo- contestó.

De forma apresurada le indicé a otro personal que guardara en uno de los camiones todo el material para armar la carpa y que ya no nos entregaran nada. Nosotros no podíamos hacer nada, ya que había personas dirigentes del centro de salud que coordinaban todo, así que no nos quedó más que observar. El grupo que nos encontrábamos reunidos procedimos a sentarnos en espera de una respuesta por parte de los jefes, el personal de enfermería se situó en unas bancas del parque y el médico debajo de un árbol cercano al sitio en donde todo había ocurrido. De pronto se acerca un sujeto de al menos 30 años, barba en su rostro, lentes de aumento, estatura mediana, complexión robusta, que portaba un gafete y un chaleco azul. Se fue directamente hacia donde me encontraba parado, mientras detrás de él venían al menos otras 5 personas y aquella mujer que nos había amedrentado momentos antes, mientras me señalaba con el dedo. El sujeto se acercó a mí y exclamó en un tono muy elevado:

- ¿Cómo te llamas?
- Me llamo César, mucho gusto.
- ¿Quién es tu jefe? Márcale que quiero hablar con tu jefe – dijo a modo de orden.
- Puedes buscarlos personalmente tú, mis jefes están en el centro de salud, la que viene de encargada se encuentra en el parque, es la jefa Guille.
- ¡Pues ve y háblale para que venga!- exclamó de forma agresiva.
- Ve y habla tú con ella, no tengo por qué seguir alguna orden tuya.
- ¿Pues tú quién te crees? Dame tu credencial para que te identifiques.
- No te voy a dar nada, no tengo por qué hacerlo – contesté.

Rápidamente el sujeto emprendió una marcha apresurada en busca de la jefa, mientras exclamaba entre dientes algunas palabras que no se entendían. La verdad que la postura y la

agresividad de aquél sujeto subía rápidamente. Decidí ir varios metros atrás de él, para así poder platicar con la jefa encargada de ese momento. Cuál fue mi sorpresa cuando este sujeto me vio caminar y corrió rápidamente hacia mí mientras me señalaba con su dedo índice en el rostro:

- ¡Tú no eres nadie para querer venir aquí a dar órdenes! Ni médico eres, así que ponte a hacer las cosas. Ahorita vas a ver – me dijo en el rostro gritando mientras me salpicaba de saliva por sus gritos.
- Amigo, cálmate. No me señales, por favor- le repetí en diversas ocasiones mientras él continuaba gritando.

Llegamos al sitio en donde se encontraba la jefa en cuestión, ella estaba hablando por teléfono y de manera irrespetuosa llegó a interrumpirla:

- Quiero decirle algo, no sé quién sea este, pero aquí ningún pasantucho va a venir a hacer lo que quiera y a no seguir órdenes – se dirigió hacia la jefa Guille.
- Tranquilo, vamos a platicar las cosas. Vienes muy alterado y estoy viendo desde allá que vienes gritándole al doctor, que no es un pasantucho como dices – respondió con aquel tono de voz suave y dulce que la caracteriza.
- Pues no quiere seguir las órdenes y no quiso poner la carpa- exclamó.
- La carpa no la ponen los médicos, la pone personal del centro de salud. Que, por cierto, justo estoy hablando con ellos y me dijeron que ya habían llegado, pero que no les quisieron dar la carpa, que ya la habían guardado- respondió la jefa Guille.

En su ataque de ira, aquel sujeto no paraba de señalarme con el dedo hasta que deliberadamente me empujó. Era algo surrealista, no podía creer en ese instante lo que estaba pasando y mucho menos podía creer la causa de aquella cólera:

- Ten cuidado que ya me tocaste y me estás empujando. Fíjate lo que estás haciendo porque en ningún momento te estoy agrediendo – le dije.
- Como veas – me respondió mientras me hacía señas insinuando iniciar un conflicto físico.

Cuando todo escaló a niveles más agresivos, un par de policías del parque y compañeros del sujeto se acercaron para poder detenerlo, era tanta la furia de éste que intentaba soltarse de los brazos de quienes lo sujetaban para poder seguir con la agresión. Las personas alrededor observaban con una mirada de juicio, resultaba sorprendente que un trabajador en cierto grado serio, realizara ese tipo de acciones.

Por órdenes de nuestros superiores nos retiramos del lugar para evitar un mayor conflicto. Recogimos el material y la camioneta que nos había dejado pasó por nosotros. A punto de irnos, el sujeto en cuestión se acercó a pedir que nos quedáramos y que todo había sido un mal entendido, pero el daño ya estaba hecho, por lo que la jefa Guille muy amablemente le dijo que no. Llegando al centro de salud, tuve que realizar un escrito formal en donde detallaba el suceso, al igual que múltiples testigos realizaron el suyo. En verdad me sentía avergonzado, aunque sabía que el error no había sido cometido por mí, pero llegué a sentirme juzgado.

Pasaron algún par de días, hasta que me informaron que tendría que presentarme con las autoridades jurisdiccionales y del centro de salud al sitio en donde todo había ocurrido. Al principio se me hizo injusta la decisión, ya que no se podría hablar en un terreno neutral y la otra parte tendría la ventaja de estar con todos sus compañeros de “testigos”, mientras que de mi parte era mi palabra y la de mi jefa.

Llegó el día de presentarse, me encontraba un poco nervioso, pero seguro de mí, que aunque estaba involucrado, no tenía una culpa como tal. Antes de iniciar la plática con la otra parte involucrada, tuve que contextualizar a las autoridades presentes de lo que había ocurrido, de esta manera tendrían más conocimiento, además de la acusación presentada en los documentos escritos. Esperamos durante varios minutos, la otra parte no hacía acto de presencia a pesar de nuestra llegada prematura. Cuando decidieron atender el asunto, era un grupo de al menos 15 personas que venían hacia nosotros. De primera instancia, nadie estaba de acuerdo, ya que se había aclarado que únicamente estarían presentes las autoridades y las partes involucradas. Se presentó como jefe de aquellos trabajadores un hombre de edad mediana, alto y con obesidad, cara redonda y de rasgos grotescos, lentes de aumento y de voz muy fuerte. Vaya personaje aquél, grosero, machista, misógino, vulgar, altanero y todo lo malo que puede tener una persona. Llegó gritando y se fue gritando,

negando que su trabajador haya cometido cualquier acto de violencia y acusándome de ser el agresor con sus “testigos”. No le gustaba que las doctoras acompañantes de mi caso hablaran y se dirigió de formas groseras hacia ellas. Durante las 2 horas aproximadas de la reunión, nunca dejó de señalarme con el dedo y de acusarme, aunque las autoridades le indicaron que ese acto era una falta de respeto y que debía dejar de hacerlo. Por otra parte, el sujeto agresor, callado durante todo momento, con la mirada baja como cuando una mascota es regañada por su dueño, negó en todo momento que se **hubiera** comportado de forma violenta e incluso decía que tenía “testigos”. A última instancia, de las ocho personas que teníamos que estar presentes en aquella reunión, se hizo una junta de al menos 30 sujetos, que en forma hostil nos rodearon, en un acto de intimidación.

Para mí, fueron dos horas de mi vida completamente perdidas, nunca se llegó a ningún acuerdo y no cambió absolutamente nada, ya que en ferias celebradas posteriormente hubo comportamientos agresivos por parte del mismo personal. Yo nunca más regresé a ese tipo de ferias, por mi seguridad e integridad, tal fue la orden directa de las autoridades.

Los hechos ocurridos aquel día son un reflejo de lo que el profesional médico está viviendo cada día, siendo violentado cada vez con más frecuencia por razones desconocidas o por ignorancia del atacante. Los insultos por parte de un paciente pueden ocurrir en ocasiones especiales, son momentos que se solucionan con el diálogo y hacerles saber que existen situaciones fuera del alcance del médico, pero una agresión física ya involucra un nivel de agresión mayor, tal y como ha ocurrido en múltiples ocasiones alrededor del país, incluso llegando a ataques que pueden acabar con la vida de la víctima.

## VII. UN DÍA COTIDIANO

*“La experiencia sin teoría es ciega, pero la teoría sin experiencia es simple juego intelectual”. - Immanuel Kant*

Solemos creer que la rutina nos hace monótonos, que no tiene mayor aprendizaje ni relevancia, se torna aburrido repetir a manera de bucle las actividades del día a día, pero a veces en lo simple se encuentra la belleza, cuando prestamos atención al detalle de la vida, es cuando finalmente comprendemos que todo tiene su grado de belleza.

Mi día a día iniciaba a las 05:30 h., a veces un poco antes o un poco después, pero nunca mucho más tarde. Solía estar algunos minutos a la orilla de la cama, ya sea temblando de frío o simplemente apreciando mi par de sandalias. Una vez que por fin decidía despegarme de la cama, procedía a lavarme los dientes y cortar mi barba en caso necesario. Solía dormir muy tarde, cerca de las 02:00 h., por lo que acostumbraba a bañarme con el agua más fría posible, aunque posteriormente sufriera por mi decisión. Planchaba mi ropa que iba a usar durante ese día y mientras realizaba esa actividad solía escuchar las noticias o reproducir algún video de datos curiosos o historia. Salir del departamento sabiendo un nuevo dato o estar actualizado con lo que pasaba alrededor del mundo me daba una satisfacción inigualable, pues al menos durante ese día era menos ignorante que el día anterior.

El transporte al centro de salud no pasaba más allá de 30 minutos, solía ser muy tranquilo y relajado, incluso en ocasiones era hermoso poder dormir unos cuantos minutos más. No solía poner atención a las conversaciones dentro del transporte, me suelen poner nervioso e incómodo, por lo que los auriculares eran algo fundamental. Me gustaba aprovechar el viaje para leer algún tema de medicina, ya sea por estudio o por las dudas que pudieron haber surgido en el día anterior. Todo momento es un buen momento para aprender algo nuevo, por lo que dejar espacios vacíos sin aprender es perder el tiempo.

La llegada al centro de salud me causaba mucha felicidad, el personal saludaba con una gran sonrisa en su rostro, saludaba a mis amigos y solíamos charlar antes de iniciar con nuestras labores. Ya sea por costumbre o por educación, trataba de darle los buenos días a la mayor cantidad de compañeros. A veces un saludo carismático puede cambiar el día de

las personas, no sé si lo logré alguna vez, pero recibir un saludo de vuelta siempre era algo satisfactorio.

Asumimos que tendremos las cosas durante toda la vida, pero ignoramos que cuestiones tan sencillas como el alimento puede que algún día hagan falta. Un simple café matutino no existe en otras regiones del planeta y somos afortunados de poder deleitarnos con su sabor. Cuando prestas suficiente atención a los aromas y sabores de los alimentos tiendes a tomarles un gusto mayor, más allá de la necesidad metabólica. Se me hizo tradición desayunar acompañado de un café amargo con David, mientras conversábamos o simplemente reíamos de alguna anécdota.

La parte favorita de mi día era llegar al consultorio. Todos los días era una experiencia nueva con un paciente y no había dos consultas iguales. Aún en los días de mayor cansancio, otorgar consulta me llenaba de vida. Las emociones que llegan a emanar de sus rostros, las sonrisas, sus historias, incluso hasta sus enojos, todo era una experiencia nueva. Como decía el filósofo alemán Arthur Schopenhauer: *“Esperar que un hombre pueda retener todo lo que alguna vez ha leído, es como esperar que lleve en su cuerpo todo lo que, alguna vez, ha comido”*. Es claro que no se puede recordar todo lo que alguna vez se leyó, por lo que los pacientes son y seguirán siendo el mejor libro de aprendizaje. Los padecimientos de cada uno aun siendo los mismos, son tan distintos y se manifiestan de distintas formas y, a diferencia de lo que alguna vez se lee, cuando se vive nunca se olvida. En los malos momentos fue lo que más me motivaba a despertar, saber que ese día, con cada paciente que atendiera, aprendería algo inigualable.

La rutina se vuelve aprendizaje, todo dependiendo del punto de vista desde el que lo perciba cada individuo. Con el pasar del tiempo la rutina se hace monotonía, pero cada día es bueno para romperla. La vida del médico debe ser de todo, menos monótona. Le quita la pasión a la atención y se ve reflejado en malos comportamientos hacia los pacientes y en diagnósticos y/o tratamientos deficientes. No romper ese círculo se ve muchas veces reflejado en el médico con una mirada apagada, baja, un rostro inexpresivo, preguntas y explicaciones no comprensibles y sólo la entrega de recetas médicas, perdiendo la pasión por lo que alguna vez tanto amó.

## VIII. EL PEOR AÑO

*“El destino de los hombres está hecho de momentos felices, toda la vida los tiene, pero no de épocas felices”. –Friedrich Wilhelm Nietzsche*

La experiencia del vivir es un carrusel de experiencias, emociones y aprendizaje, es el motor que nos mueve día con día y nos hace diferentes a otras especies en este mundo. Todos hemos anhelado ser felices, aunque la propia felicidad sea un estado transitorio, no siempre se puede ser feliz, ya que existen indefinidas variables que pueden perturbar nuestro estado y desequilibrarnos de un momento a otro.

Los momentos buenos son para disfrutarlos, y los malos para afrontarlos. Todos hemos pasado por situaciones complicadas en nuestras vidas, la dificultad para superarlas es distinta en cada persona. Aunque las circunstancias sean las más semejantes posibles, cada quién vive su duelo según su experiencia y las condicionantes que le rodea, por lo que no existen dos individuos que asimilen la situación igual. Todos nos hemos creído fuertes e indestructibles, pocas veces creemos que lo malo nos sucederá, por lo que no estamos preparados para ello. Le solemos buscar explicaciones a eventos adversos como patrones del número tres, llegando a creer que las desgracias vienen "de tres en tres", pero son situaciones de superstición en nuestro afán de encontrar un equilibrio emocional.

Catalogado por experiencia propia, el año de médico pasante del servicio social ha sido el peor hasta este momento de mi vida, y no por las circunstancias que involucraron el sitio y las personas con las que me rodee en el mismo, sino que más allá de un consultorio, todos tenemos una vida como la de cualquiera otra persona. Así pues, un mar de malas situaciones llegó a mi vida, tal vez por simple coincidencia o porque todo debería haber sucedido de tal manera.

### i. La despedida de un amigo

El 25 de octubre del 2022, recuerdo que me encontraba navegando por redes sociales, era cerca de las 21:00h de aquel día. Estaba recostado sobre un par de almohadas y pasando el tiempo de ocio con toda la cantidad de imágenes y videos que te pueden ofrecer las redes sociales. Entre tanta “infodemia”, me llamó en especial la atención una nota de una página de noticias local de mi lugar de origen: “Joven sufre fuerte accidente en motocicleta”. Detallaba un accidente ocurrido entre un automóvil de servicios públicos y

una motocicleta en la que iban a bordo dos sujetos. Por lo que se detallaba, el conductor de la motocicleta había sufrido heridas menores, mientras que el acompañante se encontraba en estado crítico, por lo que habría sido trasladado a un servicio de urgencias médicas. Aquella noticia constaba de al menos tres fotografías, dos de ellas mostraban los vehículos involucrados, mientras que otra mostraba a un sujeto que se encontraba tendido en el piso y con el cuerpo empapado en sangre. Esta última fotografía me llamó mucho la atención. Aquella ropa, aquel brazo que se mostraba y la morfología de aquel cuerpo, todo aquello lo conocía, aunque no se mostrara ningún rostro. Inmediatamente comencé a mandar mensajes a familiares, amigos y conocidos cercanos en busca de respuesta, cuando lo inminente se hizo realidad: mi mejor amigo estaba a punto de perder la vida.

Nuestra amistad con Erideizer comenzó en la preparatoria y permaneció intacta hasta el día que tuvo que retirarse de este plano. Era de estatura mediana, corpulento, piel morena, cabello corto y rizado y de una risa particularmente burlona. La cantidad de aventuras que vivimos juntos son innumerables, tendría que escribir un libro con especial dedicatoria para contar todas nuestras aventuras.

Desde muy jóvenes supimos que nuestra amistad era algo especial, solíamos comer juntos, salir de fiesta, apoyarnos en nuestros momentos de tristeza y de felicidad. Éramos hermanos de diferentes madres, dos almas gemelas separadas al nacer. Solíamos bromear por todo y por nada, por lo que nunca existían momentos de aburrimiento. Nos metimos en tantos problemas juntos y salimos de la misma manera. No tengo la capacidad suficiente para describir en palabras racionales lo que puedes llegar a sentir por un amigo al cual consideras un hermano, pero todos sabemos lo que son tales sentimientos.

El día del accidente me encontraba como loco tratando de contactarme con sus familiares más cercanos. Tardé un par de horas antes de tener contacto con alguien:

-Eri está muy mal, hijo. Estamos esperando lo mejor, pero se encuentra muy grave.

Traté de ser fuerte en aquel momento, lo conocía perfectamente y sabía que era una persona muy fuerte, ya que años atrás un evento similar había sucedido, incluso de magnitudes mayores y había sobrevivido a pesar del estado crítico en el que se encontraba. Esa noche fue de insomnio, no podía conciliar el sueño por la cantidad de pensamientos que

venían a mí, trataba de buscar explicaciones médicas para el momento y hacía lo que podía para mantener la calma. Durante la madrugada recibí un mensaje de su padre. De manera muy calmada me relataba la situación a su entendimiento y para que estuviera al tanto de toda la evolución, pues conocía perfectamente la amistad entre nosotros:

- Mi hijo se encuentra muy mal, se pegó muy fuerte en la cabeza y no despierta. Traía las pupilas grandotas y me dijeron los doctores que no respondían. Lo intubaron cuando llegó a urgencias, ahorita está en cuidados intensivos.

Esa pequeña descripción bastó para que ya nada fuera igual, pues aunque mi parte más sentimental no quería aceptar las circunstancias, la parte médica me decía que ya no había mucho por hacer. No tenía otra cosa en mi cabeza que no fuera aquel suceso, no podía estar tranquilo, pues reconocía que era sólo cuestión de tiempo para lo inminente.

El 26 de octubre recuerdo que tenía que estar en apoyo con la doctora Valeria, que como antes mencioné, se caracterizaba por su ego patológico y su peculiar satisfacción por humillar a otras personas. Ese día no tenía nada más en la cabeza que no fuera pensar en la situación de mi amigo, situación de la que ya estaban enteradas mis jefas del centro de salud. Recuerdo que particularmente con una paciente embarazada cometí el error de equivocarme un día de las semanas de gestación de su bebé, a lo que la doctora respondió ferozmente evidenciándome ante la paciente. No me quedó nada más que callar, terminar con la consulta, completar el papeleo necesario y retirarme del consultorio, pues reconocía perfectamente que ante aquella situación emocional en la que me encontraba podía responder de manera visceral. Ante tal situación, mis jefas decidieron dejarme de apoyo en la coordinación médica mientras todo mejoraba o recibía nuevas noticias sobre mi amigo, pues era más que evidente la preocupación en mi rostro.

Pasaron un par de días y se volvió habitual preguntar al menos unas dos veces al día sobre el estado de mi amigo. Todo iba de mal en peor, aumentaron las dosis de medicamentos vasopresores, los cuales son una familia de medicamentos que mantienen el soporte cardiovascular, la neurocirugía para evacuar el hematoma que tenía en el cerebro se atrasó debido a que no tenía las condiciones adecuadas para una cirugía de tal magnitud y los reflejos cerebrales se encontraban abolidos. Todo indicaba que ya se encontraba muerto.

El 28 de octubre sus familiares decidieron realizar una serie de estudios que confirmara la muerte cerebral, hasta que al día siguiente a medio día llegó un mensaje de parte de su padre:

-Se fue mi hijo, acaba de morir Eri...

Un frío recorrió mi cuerpo, mis manos y pies comenzaron a hormiguear, sentí un vacío en mi estómago y el llanto fue inminente. Nunca había experimentado aquella magnitud de tristeza, a pesar de que ya tenía la experiencia de pérdidas familiares. Ese día me encontraba en el centro de salud y no me quedó otra más que solicitar el permiso de acudir al menos a verlo por última vez, pues nunca me perdonaría el no poder despedirme de él.

Durante el trayecto de regreso a mi cuarto vine llorando durante todo el camino, trataba de disimular lo posible para no llamar la atención de nadie, pero la tristeza en mi rostro era más que evidente. Entré a mi cuarto, metí algunos cambios de ropa a mi maleta, compré un boleto de autobús por internet, me dirigí a la estación de autobuses y emprendí el viaje. Sólo recuerdo que iba escuchando música mientras lloraba, hasta que naturalmente me dormí.

A mi llegada a Puerto Escondido me dirigí rápidamente a mi hogar, vi a mi madre y su rostro de angustia y me quebré, no soporté más con el bombardeo emocional de aquel momento. No me encontraba preparado para una despedida y mucho menos de aquella magnitud. Entre lágrimas me bañé, planché mi ropa, me cambié y procedí a ir al sitio en donde tenían el cuerpo. A dos cuadras de la casa me tomé un par de minutos, dentro de muy poco tiempo estaría frente al cuerpo de mi mejor amigo y ya nunca más lo volvería a ver. Ya nunca volveríamos a tener todas las aventuras que alguna vez tuvimos y eso me destrozaba el alma.

Al llegar al recinto vi el rostro de sus familiares, pálidos, tristes, angustiados, melancólicos, etc. Un momento nubló mi memoria, pues me encontraba dando mis condolencias a todos mientras nos abrazábamos y llorábamos, hasta que en un momento me encontré frente al féretro. Recuerdo ese rostro hinchado, aquellos ojos cerrados, el cráneo rapado, una vestimenta blanca y elegante, aquella cicatriz de su rostro, todo como una

fotografía instantánea, parecía dormido, y qué mejor que así hubiera sido, pero nada más alejado de la realidad. Lloré y lloré frente aquel féretro de madera durante un tiempo que no recuerdo, sólo lo hice hasta que no salió más lágrima alguna.

El féretro fue llevado a los sitios de mayor importancia en su vida tal y como marcan las costumbres del lugar. Se escuchaban los ruidos del motor de motos acelerando tal y como le gustó en vida, se entonaron sus canciones preferidas y finalmente fue llevado al pozo de tierra en donde descansaría por la eternidad. Sigo sintiendo aquel mal sabor de boca al ver como la tierra tapaba poco a poco aquel cajón de madera y sigo extrañando su compañía como desde aquella última vez que lo vi.

ii. El no poder decir adiós

Brenda fue una pareja sentimental que me acompañó durante algún tiempo, para ser más preciso, durante el año del 2020. Extrovertida al por mayor, talla mediana, delgada, cabello lacio y negro y muy bella de rostro. Nuestro acercamiento se dio por una amiga en común, quien fungió como “Cupido” en aquel momento. Su vida solía ser un acervo de problemas, tanto familiares como personales, por lo que solía tener momentos que rompían con su estabilidad mental. A pesar de todo, era alegre y le encantaba aprender nuevas cosas, nunca paraba de leer, por lo que, a pesar de no tener estudios universitarios, su expresividad solía ser culta y basta. Durante algún tiempo compartimos experiencias juntos, solíamos divertirnos los dos solos o en compañía de amigos, explorar nuevos sitios y garantizar que cada espacio y tiempo de convivencia fuera gratificante para ambas partes. A pesar de que la distancia y las circunstancias emocionales nos separaron en cierto grado, siempre se mantuvo la comunicación y la amistad, por lo que cada vez que convivíamos era gratificante.

Recuerdo la última vez que la vi, era diciembre del 2022. Ella salía del trabajo por allá de las 21:00 h, mientras que yo disfrutaba de un periodo vacacional, por lo que solía moverme de sitio constantemente. Por alguna razón desconocida, coincidimos en un espacio y momento, algo que no sucedía desde algún tiempo atrás, por lo que era más que evidente la alegría en el rostro de ambos. Pasamos algún par de horas juntos, platicamos acerca de nuestras vidas y lo mal o lo bien que nos iba. El tiempo pasó rápido y ella tenía

cosas pendientes por hacer, por lo que nos dimos un abrazo y nos despedimos con un beso en la mejilla, sin pensar que aquel momento sería el último en el que nos veríamos.

El 1 de febrero del 2023 parecía ser un día más del montón, me encontraba planificando algunos preparativos, ya que en tan solo 10 días más sería mi cumpleaños. Por la hora del día, ya me encontraba en mi cuarto descansando, por lo que en mi momento de ocio me encontraba viendo algunas noticias o contenido humorístico en redes sociales. Como si una especie de *deja-vú* se tratase, la vida me trajo un recuerdo amargo, pero en esta ocasión con un toque adicional. Una noticia en particular se encontraba circulando en medios noticieros de Puerto Escondido, narraban los hechos: *“Una mujer joven y de complexión delgada, top deportivo, short deportivo y tenis deportivos fue víctima de un accidente automovilístico, en el cuál dos autos colisionaron y uno de estos pasó a arrollar a la peatón, sufriendo impacto contra un muro de concreto, por el momento se desconoce a la víctima, pero su estado es crítico, debido a que tenía heridas de gravedad”*. Al observar las imágenes sólo podía pensar en lo desafortunada que había sido aquella persona, pues era inminente que nadie podría sobrevivir a un impacto de semejante magnitud. La verdad que en el momento no le di el mayor de los intereses, sólo seguí deslizando la página del celular.

Eran poco más de las 4 de la tarde cuando un mensaje llegó a mi celular, era de Sonia, esa persona que había servido de Cupido en algún momento:

- ¿Ya supiste lo de Brenda?
- No, ¿qué pasó?- contesté sin saber de lo que me hablaba.
- La atropellaron y está muy grave. Es la que sacaron en la nota de que había sido arrojada por un carro- contestó.
- ¡No digas cosas! ¿Cómo está?
- Está muy grave, dicen que se fracturó las piernas, los brazos y la cara. Andan buscando donadores de sangre por que está vomitando sangre y está perdiendo mucha sangre, la van a intubar.

Que sentimiento tan cruel el de aquel momento, muchos recuerdos pasados bombardearon mi mente, ese sudor frío había regresado, el hormigueo de mis extremidades

y ese vacío en mi abdomen. Un llanto me inundó los ojos, pues conocía perfectamente lo que seguía después de aquella noticia, sólo era cuestión de tiempo para que llegara ese mensaje o llamada fatídica. Entre los sentimientos de tristeza me llegó el enojo, no podía creer que esto se estuviera repitiendo en tan poco tiempo, no superaba la etapa de duelo de una persona y una nueva llegaba a mi vida. No entendía por qué a mí, no encontraba una explicación lógica y mucho menos el sentido de tantas desgracias en cadena. Quería golpear la pared y abortar mi enojo, pero aunque me autoinfligiera daño, nada de eso iba a cambiar la situación. Por la tarde del mismo día llegó el mensaje que tanto temía, Brenda ya no estaría más entre nosotros. Fue como un impacto a puño cerrado en el pecho, la noticia me dolía en mi cuerpo, podía sentir ese dolor emocional convirtiéndose en un dolor físico.

Por circunstancias ajenas a las mías, no tuve la mínima oportunidad de decirle un último adiós. Las circunstancias tan violentas de los hechos hicieron tomar decisiones a los familiares, por lo que rápidamente el cuerpo fue cremado y hecho cenizas. Qué sentimiento tan desagradable no poder decirle el último adiós a esa persona especial.

### iii. Lo incurable

Todos en algún momento hemos tenido ese sentimiento de miedo al recibir una noticia por parte de un médico, pues estamos conscientes que puede cambiar el rumbo de nuestras vidas sin dar marcha atrás. En algún momento hemos sido testigos del desplome de algún paciente al enterarse que tiene una enfermedad crónica o alguna que terminará con su vida de forma inminente. Aunque afortunadamente la situación no me puso en tales circunstancias, la incertidumbre de los hechos no me dejaba en paz.

Me encontraba en mis primeras vacaciones, había regresado a Puerto Escondido a disfrutar de las mismas. La emoción que me corría era gigante, regresaría a ver a algunos amigos, a disfrutar el mar y el sol, convivir con mi familiar en la cena de Navidad y de año nuevo, por lo que es explicable toda la felicidad que recorría mi cuerpo.

Recuerdo que ese día me encontraba en la playa con algunos amigos, estábamos viendo la puesta del sol. Un mensaje llegó a mi celular, era un conocido que me pedía el favor de aplicar un medicamento inyectado a uno de sus familiares, este último en estado

terminal por múltiples patologías, las cuáles nunca fueron esclarecidas por la misma familia. Yo acepté la tarea y al cabo de media hora ya estaba en el hogar del enfermo. Me encontré con una persona caquéxica, los ojos hundidos hasta las cuencas, postrado en cama. De la manera más cordial saludé a los presentes y procedí a preparar el medicamento una vez revisada la receta médica. El medicamento constaba de vitamina B, por lo que no le vi el mayor problema. Limpié la zona de punción, apliqué el medicamento y de un momento a otro el individuo realizó un movimiento brusco y la aguja se introdujo en uno de mis dedos. Para aquel momento sabía todo el protocolo que seguía posterior a la misma, por lo que tuve algo de pánico, pero también traté de guardar la calma y seguir los protocolos de limpieza de la zona. En un momento me acerco a mi amigo y le pregunto:

- ¿Por qué tu familiar está así? ¿Qué enfermedades tiene?
- No lo sé, nunca nos dijeron. Regresó del norte de país así- contestó.

Qué miedo tan grande tuve en aquel momento, miles de cosas malas se vinieron a mi mente, pensando sobre todo en VIH-SIDA. La familia no tenía conocimiento del todo acerca de la enfermedad de aquel hombre y su estado físico denotaba una enfermedad grave. Sólo me quedó salir del lugar y dirigirme a mi hogar.

Durante toda la noche después del accidente no podía pensar en otra cosa que no fuera la posibilidad de contraer una enfermedad contagiosa que resulta mortal en muchas ocasiones. Temprano al otro día contacté vía correo a un exprofesor universitario encargado de la materia de infectología y de algunos programas especializados en la atención de personas infectadas por VIH. De acuerdo con sus recomendaciones, tendría que tomar medicamento postexposición, con el fin de prevenir la transmisión. Lo complicado del asunto era que dicho medicamento tendría que conseguirlo en la capital del país. ¿Cómo le diría a mi madre que tendría que irme de regreso a la Ciudad de México? ¿Cómo le explicaba la razón? Mis posibilidades eran cada vez menores y todo indicaba que tendría que encontrar una forma de regresarme. Para fortuna mía, cerca de Puerto Escondido existe un centro encargado para la atención de dichas situaciones, por lo que me comuniqué rápidamente. Una voz dulce y atenta me contestó al otro lado de la línea, recabó mis datos con mucha amabilidad y me contactó con el médico encargado de dicho programa, ya que al ser fin de semana la clínica estaría cerrada, lo que involucraba dejar pasar el periodo de

ventana de 72 horas correspondientes para iniciar el tratamiento, cuestión que me tenía aún más nervioso.

-Hola, soy el doctor Camacho, encargado del programa de atención a pacientes con VIH, ¿en qué puedo ayudarte? - me contestó el teléfono

Después de entablar una conversación de poco más de 20 minutos, de manera muy atenta y con las palabras más adecuadas para bajar mi nerviosismo, me comunicó la terrible noticia de que el centro se encontraría cerrado durante el fin de semana y la dificultad para la atención que eso implicaba. Para mi buena suerte, el médico viajaba de vacaciones al sitio en el que me encontraba y con él llevaría todo lo necesario para la atención médica, incluyendo el medicamento. La sensación de aquel momento es indescriptible, sentí que algo había regresado a mi cuerpo.

Al otro día por la noche logré tener una reunión con el médico encargado. Nos vimos en un hotel de la ciudad. La reunión fue de lo menos tensa y lo más cálida posible, tomando una bebida a la orilla de una alberca, mientras me realizaba la historia clínica. Realmente fue algo que nunca había experimentado y, hasta cierto punto, era raro. No duró más allá de 30 minutos, me proporcionó el medicamento antirretroviral, le entregué un presente y me marché. De camino a casa no podía detener un solo pensamiento: ¿Cómo haré para que mi madre no se dé cuenta? Aunque darle una explicación sería algo relativamente sencillo, sabría que algo de duda habría en ella.

La primera toma fue una experiencia muy difícil, conocía los efectos secundarios que podrían surgir, pero nunca me imaginé que serían tan terribles. Delimité un horario nocturno para las tomas, sobre todo para estar prevenido de los efectos y en el día poder realizar mis actividades sin ningún problema. Esa primera noche, después de al menos 30 minutos, iniciaron los efectos: un vértigo de terror movía todo mi espacio, vomité en dos ocasiones y durante mi sueño sufrí de pesadillas. En la mañana al despertar tuve una sensación semejante a la de estar en estado de embriaguez, con dificultad podía sostenerme en pie, por lo que antes de iniciar con mis actividades esperé un par de horas para mejorar mi estado.

Pasaron los días y los efectos se repitieron con una intensidad semejante durante al menos dos semanas. Todo marchaba con relativa normalidad, hasta que llegó el día que tanto temía: un descuido al momento de esconder mi medicamento llevó a mi madre a descubrirlo. La mañana del 2 de enero del 2023, al momento de despertar, se encontraba mi madre frente a mi cama y recuerdo su cuestionamiento:

-¿Te encuentras bien Jedmahí? ¿Tienes alguna enfermedad que no me quieras contar?- Me preguntó con unos ojos visiblemente llorosos.

- No, ma. Todo bien, ¿Por qué lo dice?- Les respondí, a sabiendas que ya para ese punto había descubierto el medicamento.

En su mano sostenía la caja del medicamento y en ese momento supe que tenía que decirle la verdad de la forma más convincente posible. Sacando coraje de lo profundo de mi ser, le platiqué la situación. Sabía que no sería tan fácil convencerla de que todo estaba bien, pero sólo tenía que contarle la verdad. Entre lágrimas, sólo me abrazó y me dijo:

-Te amo, hijo. Todo estará bien y esto sólo pasará como un momento desafortunado. Vas a ver que no te pasará nada.

Durante el mes de toma de medicamento, fue la persona que me supervisaba y se encontraba atenta a que respetara los horarios y que nunca se me olvidara una toma. Fue un momento que valoro y atesoro en mi corazón, pues quedó demostrado que aún en las adversidades, el amor de una madre es incondicional.

#### iv. Sosteniendo mi cuerpo

Tener un círculo de amigos en el centro de salud colaboró a que fuera más inclusivo en realizar actividades con todos ellos. Solíamos salir a comer, a tomar alguna bebida, a conversar entre nosotros, pero sobre todo, a tener un ambiente laboral lo más amistoso posible. Entre tantas actividades que realizamos, un buen día Fernando, teniendo conocimiento en el área de fútbol al tener estudios como entrenador en la disciplina, nos invitó a crear un equipo de fútbol que representara el centro de salud. Al principio muchos se mostraron un tanto desconfiados de realizar este tipo de actividad, pues físicamente era

más que evidente que no todos contábamos con la capacidad física para realizar un deporte que involucra una resistencia cardiovascular tan exigente. Pero después de un par de partidos de prueba, al notar que la convivencia entre nosotros nos causaba felicidad y era una buena forma de liberar el estrés laboral, todos estaban más que convencidos que era hora de hacer nuestro equipo, el cuál llevaría por nombre: “Atlético Rovirosa”.

Los primeros partidos pasaron desapercibidos, solíamos vestirnos de playera blanca con un short negro. En algunas ocasiones solíamos rentar las instalaciones de un deportivo vecino al centro de salud, donde entrenábamos y pasábamos el rato. Sólo que surgía un problema, la vestimenta no hacía que nos sintiéramos representados, pues era algo muy genérico, por lo que nos pusimos manos a la obra a buscar uniformes, tarea que fue sencilla. Finalmente elegimos el uniforme del equipo de Francia.

Solíamos jugar los días martes, viernes y/o sábados, todo dependía de la disponibilidad de los integrantes del equipo. A veces se ganaba, otras se perdían, pero siempre tratábamos de divertirnos al máximo, nunca perder el objetivo principal, el cual era la convivencia y la diversión. A todos nos emocionaba la idea de ir a jugar un partido, pues a pesar del cansancio de una jornada laboral, el hecho de poder sentir el pasto mojado, el viento que sopla en el campo, el cantar de las aves, la adrenalina de querer ganar durante 90 minutos y al final reunirnos a platicar durante horas y reír durante las mismas, causaba un estado de satisfacción.

Todo marchaba de lo más normal posible, hasta que llegó de nuevo la desgracia a mi vida. Un 15 de junio del 2023 jugamos un partido amistoso contra otra selección de futbol. Llegamos al campo de juego, estuvimos calentando durante algunos minutos hasta que inició el partido. Yo jugaba como volante derecho, por lo que prácticamente todo mi recorrido era a la lateral del campo de juego. El árbitro pitó el inicio y aquel trágico partido comenzó. Transcurrieron alrededor de 15 minutos del partido y en una carrera por la lateral mi pesadilla comenzó.

Los aspersores de los campos de juego amateur suelen encontrarse en la lateral del campo de futbol, por lo que suelen hacerse charcos en algunas ocasiones si no son supervisados de manera adecuada. Dichos charcos, con la evaporación del agua, suelen

dejar un terreno irregular, el mismo que pasaría a cobrarme factura. Durante una jugada, un mal paso en un pequeño pozo hizo que mi rodilla izquierda hiciera un giro de rotación, sentí un chasquido que recorrió todo mi cuerpo del mismo lado, pero en ese momento pasó desapercibido. Gradualmente un dolor intenso apareció, poco a poco se hizo incapacitante, hasta que finalmente el primer tiempo del encuentro terminó. Para este punto, ya no podía caminar correctamente, por lo que pedí hacer un cambio. Tenía en el pensamiento que nada malo pasaría, que sólo había sido una pequeña lesión y que en un par de semanas estaría corriendo de nuevo. Qué equivocado estaba.

El partido finalizó, desafortunadamente perdimos ese día. Para aquel momento, mi rodilla se encontraba sumamente inflamada y me dolía a la deambulación. Cargaba un par de maletas, debido a que ese día partiría mi vuelo a Puerto Escondido para disfrutar de mi segundo periodo vacacional. Algunos compañeros me apoyaron para que no tuviera mayor molestia y David fue quién me acompañó al aeropuerto con mis maletas. Pasó cerca de una hora de mi arribo al Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México y el dolor se hacía cada vez más intenso. Finalmente subí al avión y partí de viaje.

A mi llegada al Aeropuerto Internacional de Puerto Escondido yo ya no podía caminar, en definitiva. Era un dolor que nunca había experimentado. Cada paso era una tortura y lo aumentaba más el hecho de venir cargando un par de maletas pesadas. Sin pensarlo más, tomé un taxi que me dejó en mi hogar. A mi llegada, mi madre ya tenía conocimiento de lo que había sucedido, por lo que estuvo atenta para ayudarme con mis maletas. No hice mayor esfuerzo, procedí a cenar algo y dormir. Esa noche me mantuve despierto hasta muy altas horas de la madrugada, el dolor era insoportable y cada movimiento hacía que el simple hecho de dormir se tornara casi imposible.

El 16 de junio por la mañana tomé la decisión de acudir con un médico traumatólogo, el cual me realizó una radiografía y un ultrasonido en busca de lesiones. Este último no fue posible evaluarlo por la cantidad de sangre libre que había en la articulación. La indicación fue tomar medicamentos antiinflamatorios, uso de rodillera mecánica y de muletas por al menos 10 días, antes de una segunda evaluación. Me encontraba sumamente deprimido, todos mis planes habían sido arruinados y no podía hacer mucho más allá de estar en casa reposando.

Así pasaron los 10 días asignados y no hubo mejoría alguna. En una segunda evaluación el médico determinó la posibilidad de una rotura de menisco y/o una rotura del ligamento cruzado anterior. Mi miedo aumentó considerablemente, sobre todo porque tenía conocimiento de que en ambas situaciones era de esperarse la necesidad de realizar una cirugía. Todo lo determinaría una resonancia magnética de la extremidad, **la** que no fue posible realizar en el momento debido a que en Puerto Escondido no existe el equipo necesario, por lo cual lo más recomendable era acudir a la capital del estado, una tarea imposible por el momento. Ante tal problemática, decidí esperar a mi regreso a la Ciudad de México para poder realizarme el estudio.

El domingo 25 de junio del 2023 acudí a un centro especializado en realizar la resonancia. Una hora de dolor fue aquel estudio de imagen, tener mi rodilla en una posición de extremo dolor durante tanto tiempo fue algo sumamente agotador, pero sabía que todo esto era necesario. Finalmente, el estudio determinó aquello que tanto temía: una rotura de menisco lateral y una rotura de segundo grado del ligamento cruzado anterior.

El 26 de junio acudí a mi unidad de medicina familiar para obtener la referencia al servicio de traumatología, en donde una semana después fui captado como paciente y finalmente recibí el dictamen de necesidad de una intervención quirúrgica seguida de rehabilitación para poder tratar mi padecimiento. Ya no había vuelta atrás, fue una decisión que acabó por hacerme caer en lo más bajo de la tristeza.

Llegó un momento de mi vida en el que ya ni siquiera me importaba que se tuviera que realizar una cirugía. La ansiedad y la depresión me invadieron. Pasaba días despierto tratando de encontrar respuestas a lo que vendría. No paraba de preguntarme cómo iba a salir adelante siendo una persona foránea. Tenía muchas cosas que ir moviendo y con dicha patología no podría realizar nada. Dejé de comer algunos días, simplemente el hambre no llegaba a mi persona. Traté de medicarme para poder conciliar el sueño o, al menos, disminuir la ansiedad, pero nada de eso funcionó. Algunas noches las pasé llorando de la tristeza al encontrarme durante horas encerrado sin poder realizar ninguna actividad. No lograba concentrarme en nada, ni siquiera querer leer me era posible y mucho menos se diga querer estudiar.

Pasaron algunas semanas. El dolor fue disminuyendo paulatinamente y mi movilidad aumentaba de manera considerable. Ya era más habilidoso para realizar mis actividades, dejando atrás la cama y siendo más activo. Mis jefas me habían otorgado la discapacidad para ya no regresar más al centro de salud, prácticamente mi servicio social se había dado por concluido, pero era algo que yo no podía soportar. Un día por la mañana me levanté de la cama, no había dormido durante la noche como de costumbre, me di un baño de agua fría, planché mi pijama quirúrgica, me puse mi rodillera y la ajusté lo máximo posible, me cambié y sin avisarle a nadie, regresé al centro de salud.

Regresar a realizar mis actividades me “regresó la vida”. Volver a platicar con mis amigos, poder reír con ellos, atender a los pacientes y recibir sus agradecimientos, pero sobre todo, regresar a ser médico. Todo esto trajo una tranquilidad inigualable a mi ser. La ansiedad y la depresión desaparecieron, recuperé mi ciclo normal de sueño, el apetito regresó y, en general, me sentía completo en mi persona. A partir de ese momento comprendí el amor que tengo por la medicina y el impacto que ha tenido a mi vida a fin de no encontrarme tranquilo sin vivirla al día con día.

Los días han pasado tan complacientemente como si de un arte efímero se tratase. El dolor que me atormentaba en todo momento ha cesado y es como si nunca antes hubiera existido. He vuelto a realizar actividades de esfuerzo físico paulatinamente, la sonrisa al caminar una tarde nublada regresó, la satisfacción de sumergirme en las olas del mar una y otra vez se está haciendo presente con el correr de los meses. La rehabilitación ha marchado de maravilla a tal grado que los músculos de mi pierna han crecido nuevamente, aumentando mi fuerza y no siendo dependiente de una sola extremidad. La fecha formal para la realización de la cirugía es el 28 de marzo del 2024. El plan consiste en realizar una meniscoplastía por artroscopía, muy buenas noticias, ya que el tiempo de recuperación es menos prolongado y la estancia hospitalaria se reduce considerablemente. Existen incluso altas probabilidades de que tal cirugía sea cancelada y el manejo continúe únicamente con el programa de rehabilitación, debido a la buena respuesta de mi cuerpo. Pero en lo que llega un último dictamen, seguiré fortaleciéndome.

v. La otra cara de la moneda

Existe un mundo del cuál pocos se atreven de hablar y, aunque es muy conocido dentro del gremio médico, sigue siendo un tabú para muchos. Todos saben que ahí está, todos saben quién lo hace y quién no, pero no todos tienen el valor para hablar al respecto. Con esto me refiero al bajo mundo del consumo de sustancias por parte de muchos médicos, pero en especial, del uso y abuso de alcohol.

Durante algunos años mi consumo de alcohol se podría considerar que era ligero, alguna fiesta casual cada mes, un par de copas, algo de diversión sana y no pasaba de eso. Durante la carrera universitaria algunas veces este consumo se salió de control, llegando al estado de embriaguez y teniendo amnesia anterógrada. En muchas ocasiones no le veía el problema a esto, pues a mi alrededor muchos compañeros pasaban por lo mismo, aunado al consumo de estupefacientes y estimulantes. Me parece que realmente gran parte del gremio médico tiene una dependencia a algún tipo de sustancia, pero muy pocos consideran admisible hablar al respecto, debido que ante la sociedad es increíble pensar que alguien relacionado con el cuidado de la salud y el tratamiento de la enfermedad padezca de dependencias. Nada más alejado de la realidad.

Conforme los problemas llegaron a mi vida durante el año de servicio social, de igual manera llegó el abuso del alcohol. Era un ciclo de dependencia infinito. Conforme me encontraba más triste, más consumía esta sustancia, y conforme más la consumía, más triste me ponía. Algunas ocasiones llegué a pasar días en estado de ebriedad, sobre todo los fines de semana, pues a pesar de todo, siempre respeté mis días laborales. En muchas ocasiones desperté ebrio, completamente decepcionado de la vida, extrañando a mis seres queridos y a aquellos que habían partido, veía a mi alrededor y comprendía que mi vida era un desastre. Me rodeaba de botellas y latas vacías, ceniza de cigarrillo en el piso, un aroma en el ambiente que hasta el día de hoy me repugna. Nunca nadie supo de esto, ni siquiera mis amigos más cercanos lo consideraron nunca problema, ya que se encontraban bajo la misma situación. La gente a mi alrededor no sospechó más que algún par de veces. Siempre garantizaba laborar en las condiciones más aptas posibles, oliendo a algún perfume elegante, la ropa sin rastro de arruga, zapatos impecables, cabello cuidadosamente acomodado, los ojos claros posterior al uso de gotas y un aroma de boca insospechable.

En repetidas ocasiones recapacitaba sobre el abuso que estaba llegando a mi vida. Traté de leer libros de autoayuda, asistir a Alcohólicos Anónimos, realizar retos de desintoxicación, realizar ejercicio extenuante, ir con el psicólogo, pero nada funcionaba realmente. Cada que existía un avance significativo, un nuevo impacto emocional llegaba a mi vida, perpetuando el problema. En muchas ocasiones me metí en problemas con otras personas, llegando a provocar conflictos verbales o físicos. Llegué a tener problemas financieros e incluso problemas con alguna pareja sentimental.

Todo ha mejorado conforme los problemas han desaparecido. El poder asumir la existencia de una dificultad y afrontarla ha cambiado las circunstancias. Ha sido un proceso paulatino, de mucho trabajo interpersonal. Nadie está exento de tener malestares en su existencia y mucho menos de buscar salidas rápidas. Pero el hecho de tener una adicción no mejorará nada, al contrario, trae consigo más problemas. Es cuestión de valentía, de reconocer el hecho de que algo no se encuentra bien en nuestro ser, y aún más de afrontarlo. El proceso no ha sido nada sencillo, han existido algunas recaídas, pero siempre es de valientes levantarse. Como buen hombre de ciencia y un ser consciente, he aprendido a reconocer que no todos los problemas se resuelven con un “echarle ganas”, y como en toda enfermedad, es necesario encontrar ayuda profesional que encamine un tratamiento. La terapia psicológica ha resultado de mucho beneficio, aunado a la búsqueda de actividades que mantengan la mente y el cuerpo ocupado, tales como realizar deporte, leer y aprender nuevas habilidades artísticas. La ayuda de mis seres queridos ha sido fundamental, sobre todo para lograr el entendimiento de que tratar una adicción va más allá de la fuerza de voluntad y son necesarias múltiples intervenciones para lograr un tratamiento eficaz.

Ser médico involucra ser fuerte de carácter, actuar ante las adversidades y tener el temple necesario para que ninguna emoción se interponga con la adecuada atención a los pacientes. Involucra no llorar ante un paciente, aunque estés destrozado emocionalmente y este te grite por alguna circunstancia. Involucra sonreír a todos aquellos que buscan tu atención, aunque no quieras sonreír en ese momento. Es más que sólo tratar pacientes y enfermedades, es una profesión difícil emocional y físicamente. Todos los días son de exigencia máxima para intentar dar lo mejor por y para nuestros pacientes. Siempre existirá

una piedra en el camino, la cual nos hará tropezar o la tendremos que hacer a un lado, pero nunca volver a caer más de una vez en ella.

## IX. LA INCERTIDUMBRE DEL FUTURO

*“Seguramente, un hombre puede hacer lo que quiere hacer; sin embargo, no puede determinar lo que quiere”. - Arthur Schopenhauer*

Son innumerables las experiencias que la medicina brinda a la persona que aprende de su ciencia y arte. La resiliencia es considerada una aptitud de las personas y es una habilidad que se desarrolla como un requisito al querer ser médico, ya que se es consciente de lo difícil que puede llegar a ser aprender la ciencia como ejercerla.

La situación actual de México y el mundo son vaivenes, la economía suele jugar nos bromas pesadas y la distribución de riqueza está en manos de unos cuantos privilegiados, por lo que una seguridad económica pareciera más un sueño que una realidad. Tiempo atrás los estudios universitarios parecían un andamio seguro a la vida profesional, una realidad muy distorsionada actualmente. La profesión del médico cada día se ve más subestimada a tal punto que ha perdido el estatus que alguna vez tuvo.

Con la adherencia a la sociedad de empresas farmacéuticas encargadas de vender al por mayor medicamentos y prostituir la profesión del médico, las personas han caído en la creencia de que todo tiene que darse por la vocación, y en cierto punto mínimo hay algo de razón, pero la vocación no da alimento. En un afán de muchos médicos de tratar de tener un sustento económico más estable, han caído en el juego de muchas farmacéuticas, entrando en la venta de medicamentos inadecuados, aun cuando esto vaya en contra de sus principios éticos, perpetuando situaciones de preocupación global como lo es la resistencia antimicrobiana, escenario que en algún momento pasará factura a todos.

Cada día es más común ver agresiones por parte de pacientes hacia los médicos, llegando en última instancia hasta a quitarles la vida. Las demandas hacia los médicos están a la orden, dándose situaciones desagradables por parte de personas mal intencionadas que sólo buscan un beneficio económico a costa de personas desafortunadas. Debido a estas circunstancias, actualmente hasta se considera un requisito tener conocimiento en la rama legal, aumentando la carga de material por aprender y sobre todo, de tener las herramientas necesarias para defenderse ante tales infortunios.

Tal pareciera que todas las personas sin importar el grado de estudio que tengan saben acerca de medicina, incluso más que el propio médico. Se hace cada día más común ver por el mundo a charlatanes que lucran a costa de la salud de otras personas, con un excelente discurso de convencimiento para cobrar cifras exorbitantes de dinero, pero realmente es lo que convence a mucha gente que está dispuesta a todo con el fin de que estas personas intervengan en su salud. Y por supuesto, no es raro que estos falsos expertos en salud ocasionen a sus víctimas complicaciones, a veces graves, cuando de por sí, en algunos casos, el padecimiento es incurable y el mejor capacitado para proponer el tratamiento que podría controlarlo sería el médico.

Aunque pareciera que el mundo que rodea al médico es su “enemigo”, los propios médicos también puede ser sus enemigos. No es raro que entre el gremio médico se hagan comentarios despectivos respecto a los médicos generales, como si de algo insignificante se tratara lograr terminar una carrera universitaria. Existen insultos y niveles jerárquicos que llegan a nublar una adecuada convivencia. Con la incursión de una medicina cada día más especializada y la integración de tecnologías de inteligencia artificial, la labor del médico general ha pasado a segundo plano en el mejor de los casos. Un cambio radical en la mentalidad del gremio médico y de la población en general es cada día más necesario, inculcando la importancia del médico general como pilar de la medicina, al ser el personaje más importante en la atención de primer contacto.

La incertidumbre del futuro es un pensamiento recurrente y conflictivo que inquieta a la mayoría de los médicos recién egresados. La falta de empleos y salarios dignos, el poco acceso a instrumentos de calidad para una atención médica verdaderamente resolutive, los obstáculos para realizarse como médico especialista y las dificultades para emprender la vida laboral como médico general, son algunas de las muchas incertidumbres que llegan a la mente. Pero sin importar lo que el tiempo delimite a cada médico, el amor a la medicina nunca deberá morir.

## REFERENCIAS

Andrade RP (2020). Narrative Medicine in medical diagnosis. *Colombia Medica*. junio 2020;1-5. doi:10.25100/cm.v51i1.4339

Charon R (2004). Narrative and Medicine. *The New England Journal of Medicine*. 2004;350(9):862-864. doi:10.1056/nejmp038249

Instituto Nacional de Estadística Geografía e informática (1989). Coyoacán. Cuaderno de Información Básica Delegacional.

Jiménez CAR (2017). Medicina narrativa: el paciente como “texto”, objeto y sujeto de la compasión. *Acta Bioethica*. julio 2017. doi:10.4067/s1726-569x2017000200351

Launer J, Wohlmann A (2023). Narrative medicine, narrative practice, and the creation of meaning. *The Lancet*. 2023;401(10371):98-99. doi:10.1016/s0140-6736(23)00017-x

Martiny, B. M., Tolson, G., Pichardo, G. S., Aldave, L. A., Del Sol Hernández Bernal, M., Serrano, R. G. M., Romo, G. S., & Schaaf, P. (2000). Geocronología y características geoquímicas de las rocas magmáticas terciarias de la Sierra Madre del Sur. *Boletín de la Sociedad Geológica Mexicana*, 53(1), 27-58. <https://doi.org/10.18268/bsgm2000v53n1a2>

Milota M, Van Thiel GJM, Van Delden JJM (2019). Narrative Medicine as a Medical Education tool: A Systematic review. *Medical Teacher*. 2019;41(7):802-810. doi:10.1080/0142159x.2019.1584274

Muneeb A, Jawaid H, Khalid N, Mian A (2017). The Art of Healing Through Narrative Medicine in Clinical Practice: A Reflection. *The Permanente Journal*. 2017;21(4). doi:10.7812/tpp/17-013

Sistema de protección social en salud. (s. f.). [http://data.salud.cdmx.gob.mx/portal/seguro\\_popular/index/mapas/gustavorobirosa.htm](http://data.salud.cdmx.gob.mx/portal/seguro_popular/index/mapas/gustavorobirosa.htm)

Urday-Fernández D, Cuba-Fuentes MS (2019). Medicina narrativa. *Anales de la Facultad de medicina*. 2019;80(1):109-113. doi:10.15381/anales.v80i1.15880