

PRÓLOGO

Escuchar y creer

Sí, escuchar y creer lo que nos dice la persona a la que atendemos. Hacerlo, dándole tiempo, sin interrumpir (aunque no lo parezca, es algo que apenas requiere un par de minutos). Escuchar y creer lo que nos cuenta, pese a que nos resulte inverosímil, pese a que su relato no coincida con ninguno de los síndromes o enfermedades que he aprendido; solo ella sabe lo que sufre y cómo lo sufre. Escuchar y creer ese relato es la base de una buena anamnesis. Y ya se sabe..., si nos levantamos de la silla para explorar sin una buena anamnesis orientadora es muy probable que la exploración sea poco útil.

Después, de esa escucha atenta y respetuosa, debemos destilar aquello que más preocupa a la persona que ha entrado en nuestra consulta, porque ello puede ser muy útil para orientarnos y averiguar lo que le ocurre. Y, luego, hemos de explorar con orientación, respeto y proximidad y, probablemente, navegar en un mar de incertidumbre.

He tenido el placer de disfrutar durante décadas de esa escucha activa. Todo un privilegio. Es un privilegio que las personas depositen en ti su confianza: nos confían su intimidad (en la consulta, en el domicilio) y confían en nuestro buen saber hacer para que las ayudemos. De hecho, nos piden eso: ayuda (a veces ni tan solo una solución).

Mientras escribo estas líneas tengo junto a mí las cuatro (¡cuatro!) anteriores ediciones de esta *Guía de actuación*. La primera, del siglo pasado, tiene fecha de 1998. En todas ellas encuentro capítulos en los que consta la fecha en que los revisé; desgraciadamente, son muchos menos de los que deberían ser, pero siempre tuve la *Guía de actuación* junto a mí, y la consulté miles de veces. En ocasiones, fueron consultas furtivas, rápidas, para aclarar las posibles causas de ese síntoma que preocupaba a la persona (y a mí también) que había acudido a mi consulta.

En 1998, la edición de esta guía fue una apuesta arriesgada de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC), que quiso hacer una nueva publicación orientada no a los nombres de las enfermedades, sino a los síntomas y signos que presenta la persona (¡cuyo nombre sí importa mucho!). Llegar a una quinta edición supone el mejor premio para quienes participaron en su elaboración, coordinados inicialmente por Jordi Espinàs (¡gracias!) y ahora por Guillermo García (¡felicidades!). He tenido la gran suerte de conocerlos a ambos y de poder aprender

de su sabiduría profesional y humana, llena de honesta independencia y rigor: ¡un seguro para la calidad de la obra!

La *Guía de actuación* seguirá teniendo sentido si nos sigue ayudando a orientar aquello que le preocupa a la persona que atendemos, aquello que destila de nuestra atenta actitud de escuchar y creer.

Utiliza la guía, tenla cerca en la consulta, busca en ella cuando vuelvas de una visita domiciliaria... Si eres capaz de revisar periódicamente algunos temas, genial, pero no dudes en abrirla incluso delante de la persona a la que atiendes («Si me permite, quisiera asegurarme de unos datos acerca de lo que le preocupa...»). Y no dudes tampoco en consultarla con más calma después de la consulta («Me gustaría estudiar más a fondo sus problemas, permítame revisarlo y en unos días le digo alguna cosa»). Contrariamente a lo que a veces pensamos («Igual pensará que no sé nada»), los pacientes agradecen mucho esos gestos, los consideran una señal de interés por su problema, por su persona.

Y difúndela con orgullo: es una obra colectiva de muchas médicas y muchos médicos de familia comprometidos en ayudar a las personas, en proporcionar una ayuda centrada en ellas, en lo que les preocupa, y no, simplemente, en diagnosticar y tratar las «clásicas» enfermedades descritas por profesionales. Difúndela entre tus compañeros y compañeras del centro de salud y, también, por qué no, entre los especialistas focales: a menudo les sería útil nuestra orientación.

Disfruta de escuchar y creer. Disfruta descubriendo aquello que hace sufrir a la persona e intenta ayudarla: tan solo escuchando y creyendo la ayudarás un montón. Pero si tienes dudas, si no sabes muy bien cómo orientar eso que te explica o aquello que apareció con un signo exploratorio o como un resultado en una prueba complementaria: ¡busca en tu *Guía de actuación*!

Un último deseo: que esta guía te ayude a disfrutar de tu profesión, que te haga sentir orgullosa y orgulloso de ella y te acerque a ayudar a las personas que sufren, aunque a veces nos cueste creerlas...

Albert Planes Magrinyà

Médico de familia

EAP Sta. Eugènia de Berga. Osona (Cataluña)

Expresidente de la semFYC