

## Montaña

José Luís Turabián Fernández<sup>a</sup> y Benjamín Pérez Franco<sup>b</sup>  
Tutores de residentes de Medicina de Familia

<sup>a</sup> Centro de Salud “Santa M<sup>a</sup> de Benquerencia” de Toledo. Unidad Docente Multiprofesional de Atención Familiar y Comunitaria de Toledo.

<sup>b</sup> Centro de Salud “Estación” de Talavera de la Reina. Unidad Docente Multiprofesional de Atención Familiar y Comunitaria de Talavera de la Reina (Toledo).

### RESUMEN

Estas historias de la LIBRETA DE VIAJE DEL MÉDICO DE FAMILIA, que forman una biblioteca del médico caminante o viajero emocional, son hojas sueltas en las que se escribe sobre paisajes y emociones; son un atlas de geografía emocional. La evocación de un paisaje ante la asistencia a un paciente –montañas, ríos, valles, playas, mares, desiertos, mesetas, islas, pantanos, cascadas, dunas, bosques, salinas, lagos, etc.-, con las sensaciones sentidas por el médico, de calor, frescor, humedad, dificultad, agobio, serenidad, inmensidad, soledad, etc. No es un diario, sólo una libreta de apuntes con las vivencias del médico sobre los patrones y procesos de la consulta en un cierto caso clínico, que a su vez, puede ilustrar un prototipo de esa clase de casos.

### ABSTRACT

**Family physician’s travel notebook. Mountain.**

These stories of the THE FAMILY PHYSICIAN’S TRAVEL NOTEBOOK, which form a library of the walking doctor or emotional traveler, are loose-leaf pages with writings about landscapes and emotions; they are an atlas of emotional geography. The evocation of a landscape before attending a patient –mountains, rivers, valleys, beaches, seas, deserts, plateaus, islands, swamps, waterfalls, dunes, forests, salt marshes, lakes, etc.-, with the sensations felt by the doctor -heat, coolness, humidity, hardship, stress, serenity, vastness, loneliness, etc. It is not a diary, only a notebook with the doctor’s experiences about the patterns and processes of consultation in a clinical case, which in turn may illustrate a prototype for this type of cases.

### MONTAÑA

*Es una elevación natural del terreno. El origen de las montañas está en fuerzas endógenas posteriormente modificadas por factores exógenos, como la erosión. Una vez que ha emergido una extensión de rocas, empieza a actuar la erosión y se modifican las formas originales. Los ríos se encajan aprovechando las fracturas del terreno y socavan con mayor intensidad las zonas de rocas blandas. Los valles van diferenciando unas montañas de otras. Unas características fundamentales para considerar un terreno montañoso son el clima y la vegetación. El clima de montaña es más frío y húmedo que el del llano, puesto que la temperatura desciende a un ritmo aproximado de 5°C cada kilómetro de altitud y las lluvias van aumentando con la altura.*



Soledad es una mujer gordita, de 60 años, casada con Federico y con dos hijas, que trabaja –“con mucho estrés”, dice ella– de administrativa en un organismo público. Su historia médica es abigarrada, estando polimedicada y polivisitada por especialistas.

Este artículo de Revista Clínica de Medicina de Familia se encuentra disponible bajo la licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional (by-nc-nd).



Destaca una distimia; personalidad disfuncional; ansiedad; dificultad de afrontamiento; duelo por la muerte de su padre, con quien estaba muy unida; duelo por la muerte de su madre, con sentimiento de culpa, o de “amor-odio” –que ella llama “como el agua y el aceite”–. Hay una historia muy confusa de problemática familiar, que ella vive como de abusos sexuales a su hija menor, cuando era niña, por parte de un cuñado de Soledad, y que su hija, que no lo ha hablado con el médico, considera una “obsesión”... Soledad refiere haber sufrido también abusos sexuales por parte de un tío materno cuando ella era pequeña. Hay síntomas orgánicos secundarios a ansiedad: mareo, dolores torácicos, lumbares..., fatiga, falta de aire... También presenta artrosis lumbar y discopatía lumbar con “muchos dolores”. Hace no mucho un traumatólogo le diagnosticó “fibromialgia”. Otros problemas son úlcera péptica – gastritis rebelde al tratamiento erradicador de *Helicobacter pylori*; enfermedad de Plummer (bocio multinodular) con hipotiroidismo post <sup>131</sup>I; asma bronquial persistente leve-moderada y bronquiectasias en lóbulo medio derecho, lóbulo inferior derecho; disfunción sexual quizás secundaria a antidepresivos; vaginitis atrófica; alguna cifra alta de presión arterial que hace un año el cardiólogo diagnosticó y trató como hipertensión arterial, con ecocardiograma normal, y de hipercolesterolemia con un riesgo cardiovascular de 7 % en 10 años (Anderson).

Su tratamiento es igualmente largo... y alto como una montaña...: duloxetine, lamotrigina, botrizolam, diazepam, omeprazol, cinitaprida, budesonida, formoterol, salbutamol, tramadol, paracetamol, tiroxina, simvastatina, enalapril, etc...

Soledad es una montaña –con un origen endógeno, y una modificación exógena por parte de sus contextos de vida, especialistas y fármacos–. Los ríos de médicos y fármacos socavan el terreno y forman cauces... en su fisonomía.

Cada visita es como la ascensión a una montaña...

- “Tengo más dolores...”.
- “Tengo mareos y dolor del cuello...”.
- “Estoy peor del estómago...”.
- “Lo peor es la depresión...”.

- “Vengo del cardiólogo...”. “Vengo de la psiquiatra...”. “Vengo del digestivo...”. “Vengo del traumatólogo... Y me han recetado todo esto...”.

En cada visita, el médico percibe la dificultad de volver a intentar ascender esa montaña... Después de pertrecharse empezando por el motivo de consulta, el médico desvía un poco la entrevista hacia lo emocional..., intentando avanzar algo en esa montaña..., o al menos llegar a un lugar desde el cual ambos puedan ver, desde allí, el paisaje circundante...

El clima de la montaña es muy cambiante y se puede pasar de un día apacible y delicioso a otro con niebla o nieve...

La familia está “cansada” de que ella esté siempre enferma... No la comprenden... “No tengo superados los problemas que viví con mis padres... Cuando sueño con ellos me levanto con dolor de cabeza... No, no, esto no se lo cuento a la psiquiatra... Ella me receta...”, explica Soledad, mientras llora.

Según ascendemos por la montaña el clima es más frío... El médico a veces también está cansado..., para tanto alpinismo..., tan seguido, sin reposo..., y siente también síntomas:

- “Dolor de cabeza, náuseas, falta de apetito, agotamiento físico y trastornos del sueño... ¿No serán síntomas del mal de altura?” – se pregunta el médico a sí mismo.

“Probablemente es el cansancio normal de ascender a una montaña...”, se dice, y sigue por el sendero que bordea la montaña...

- “Si no llego a la cima..., a ver si puedo quedarme al abrigo en esos hondos valles..., y descansar un poco. ¡Hasta la siguiente consulta de Soledad!”.

Las montañas son bellas y transmiten una sensación de fuerza, majestuosidad y cierta altanería. Saben que para la mayoría de los humanos son inalcanzables, teniendo que conformarlas con contemplarlas...

- “En todo caso, me he llenado los pulmones de aire limpio y fresco, y ese olor a frescura, ese olor a montaña...” – pensó el médico.