

## Tundra

José Luis 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 (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. Tundra.

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.

### TUNDRA

*La tundra es un terreno abierto y llano, de clima subglacial, subsuelo helado y falta de vegetación arbórea. El suelo está cubierto de musgos y líquenes, y es pantanoso en muchos sitios. Es tan fría que los árboles no pueden sobrevivir. La vida vegetal tiende a ser de crecimiento bajo. La mayoría de las plantas de la tundra crecen aplastadas sobre el suelo. Habitan animales como osos polares, lobos marinos, focas, etc. La diversidad vegetal y animal global es baja, ya que es un ambiente riguroso y estructuralmente simple. Con frecuencia, los vientos son fuertes. La tierra permanece constantemente congelada en profundidad, variando la profundidad de este suelo congelado con las temperaturas del aire de áreas diferentes.*



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).



Elisa, de 61 años, como siempre que le ocurría, no pudo dormir varios días antes de la consulta con el especialista, preocupada de lo que pasaría y lo que le diría...

Elisa está como en una zona cercana a los polos, donde los inviernos son extremadamente fríos, los veranos cortos y frescos...

Ahora Elisa le cuenta al médico de cabecera, mientras llora, que el endocrinólogo, gritándola al leer la nota del médico de cabecera y ver que no tomó ezetimiba, le dice que...

- “Todo está mal..., no se logran las metas aconsejadas por los principales expertos americanos y mundiales...”.

Y le aumenta la dosis de metformina 850 mg a un comprimido cada 12 horas, y sube la atorvastatina a 80 mg al día.

- “Pero, ¿y mi hígado?”, le pregunta llorosa Elisa al endocrinólogo.

- “Tiene que tomar todo lo que yo le digo y ya está... ¿o quiere morirse? ¡¡El LDL-c debe estar por debajo de 70 mg/dl a toda costa!!”, le grita el especialista.

Elisa llora desconsoladamente en la consulta del médico de cabecera...

- “Es un buen especialista..., y por eso voy a él..., pero me va a matar a pastillas...”.

Elisa visita la tundra cada vez que va al especialista... Se encuentra junto a la zona de nieves perpetuas. La dureza del clima no permite la existencia de árboles. Su suelo está helado permanentemente...

- “Bueno, Elisa, hay especialistas que solo miran los números, no las personas..., pero la mayoría se fija en las personas. Como ya le dije, esa meta de 70 mg/dl del LDL-c seguramente es la que marcan los “expertos americanos”, aunque pueda ser exagerada realmente... En todo caso puede ser que, en lugar de vivir 20 años más, viva 20 años y 6 horas. Es probablemente un beneficio muy escaso para sufrir esos berrinches durante días en cada consulta...”, le dice el médico de cabecera.

- “Es tan brusco..., tan desagradable..., aunque

voy porque es buen médico..., todos lo dicen” asegura mientras se seca las lágrimas Elisa.

- “No sé, no sé..., si sigo visitándole tendré que tomarlo como me dice...”.

Es un paisaje frío, ventoso y desarbolado... Elisa tendrá que adaptarse a sobrevivir en un medio con bajas temperaturas y fuertes ventiscas, a un suelo pobre en nutrientes y poco profundo...

Elisa presenta hipertensión arterial desde hace años, que dejó de controlarse en cierto momento, hasta que presentó un infarto agudo de miocardio anterolateral, con derrame pericárdico masivo y taponamiento pericárdico, con enfermedad de un vaso y aneurisma anterolateral. Dos años antes se le diagnosticó diabetes mellitus tipo 2. Presenta también obesidad.

No ha tenido dolores torácicos, y una prueba de esfuerzo hace unos años fue negativa. Se encuentra bien, aunque pasa fases de ansiedad en relación con eventos cotidianos, como las bodas y embarazos de sus tres hijas. Vive con su marido, que está bien de salud. Hace una vida normal con su dieta.

Desde el infarto ha permanecido con un control aceptable y visitando a un endocrinólogo. Se trata de un médico que ella percibe como rígido y exigente, pero “buen médico”. Es un profesional brillante muy reconocido en su medio, con conocimientos “a la última” y serio.

En esta zona helada, de superficie pelada, nada se le opone al frío gélido... El viento arrastra algunos copos, y golpea con furia rugiendo y arremolinándose en torno a Elisa...

Las visitas al endocrinólogo están siempre rodeadas de estrés. Aunque ella se esfuerza en cumplir los tratamientos y sus análisis los valora como “buenos”, normalmente recibe una reprimenda del médico, y cuando ella creía que le retirarían algún fármaco o bajarían la dosis –pues en el curso de los años ha ido acumulando numerosos fármacos en su tratamiento–, sucede lo contrario: le aumenta dosis de alguno, o añade nuevos fármacos.

Elisa está perdida, completamente desorientada, en medio de la llanura árida, sin árboles..., y en la que se inicia una fuerte ventisca helada...

Su tratamiento actualmente es: losartán, carvedi-

lol, clortalidona, AAS, atorvastatina, insulina, metformina...

Elisa camina por los pequeños terraplenes de hierbas, de juncos y de líquenes que forman la tundra. Los lugares bajos son húmedos y hasta llenos de agua, formando charcas o lagos pequeños. El suelo es blando y húmedo.

En la anterior visita al endocrinólogo su colesterol LDL era de 96 mg/dl, y el especialista, de una for-

ma seca, le dijo que no se estaban logrando las metas y le añadió ezetimiba a su lista de fármacos.

Elisa había acudido contenta con esos resultados analíticos..., pero aún así, como otras muchas veces...

A lo lejos, el médico de cabecera podía divisar aquel amplio terreno lleno de musgos y de líquenes. El frío era espantoso, tanto que se le congelaba la garganta al hablar...