

Albert Jovell

Médico y sociólogo



Es médico, sociólogo y presidente del Foro Español de Pacientes, entre otras muchas cosas. Es la cara más conocida de un equipo que investiga, trabaja y lucha por conseguir una medicina más efectiva y más humana. Acaba de publicar “La confianza” (Plataforma editorial), un libro sobre un tema escasamente valorado, origen de muchos de los problemas que sufre la sociedad actual.

Texto: Mariló Hidalgo
Foto: © Jesús Mendo

Cuestión de confianza

Posee una amplia formación académica. Participa en distintos proyectos de investigación dentro y fuera de nuestro país. Ha trabajado en el sector privado y en el público. Es asesor de gobiernos y empresas privadas en temas de medicina preventiva y salud pública. Colabora con distintos medios de comunicación. Da conferencias alrededor del mundo y además encuentra tiempo para escribir. En su último libro nos habla de la enfermedad que afecta a la sociedad actual: la desconfianza. “El miedo y la ansiedad nos convierten en personas más vulnerables y, en ausencia de referentes de credibilidad, nos volvemos desconfiados”. Albert Jovell está convencido de que la confianza es una necesidad humana: “sin ella no somos nadie”.

-¿Cómo conviven bajo una misma piel el sociólogo y el médico?

-Interesante pregunta... Digamos que uno se focaliza en las personas y el otro en la sociedad. Uno posee una visión orgánica, individual y otro aporta una visión más global, completa, próxima a la vida real. Ambos viven influenciados por el

contexto social.

-En un momento determinado de su vida le diagnostican un tumor y empieza una lucha que marca su vida. Eso le convierte inesperadamente en paciente. Hoy asegura que en realidad ha hecho dos carreras de medicina. Una sentido como médico y otra tumbado como paciente. ¿Qué le ha aportado una y otra?

-La de medicina aporta el lado racional, científico. Dice cómo abordar las cosas desde la fisiopatología. Ayuda a entender los procesos, la técnica. La horizontal como paciente me ha aportado una visión más humana, personal e íntima. Qué supone tener determinados síntomas, tener que pasar por un quirófano en varias ocasiones, vivir la experiencia de estar hospitalizado, quimioterapia, radioterapia... Ver la medicina desde el otro lado.

-Preside el Foro Español de Pacientes, la Universidad de los Pacientes y la Fundación Biblioteca Josep Laporte. ¿Cómo surgieron todas estas iniciativas? ¿Con qué fin?

-Aunque con el tiempo se han convertido en complementarias, surgieron con ob-

jetivos distintos. La Fundación nació con la idea de crear una biblioteca digital para profesionales de la salud. El Foro surgió cuando la Biblioteca empezaba a realizar actividades de investigación para pacientes. Manejábamos mucha información y en un momento determinado las asociaciones nos pidieron que la vertebrásemos y creásemos una asociación que en cierta forma representase a todo el conjunto de pacientes, con independencia de la enfermedad.

Además de un tratamiento efectivo para su enfermedad, lo que en el fondo solicita el paciente es compasión y cariño

dad que padecían. Así nace el Foro, pero si lo que uno busca es información, investigaciones concretas sobre una determinada enfermedad, hay que dirigirse a la Universidad de los Pacientes. Ahí tenemos buenas web, selección de trabajos especializados, información muy bien organizada, a disposición de los pacientes.

-Dígame, ¿qué demandan los pacientes españoles?

-Nuestra relación es con pacientes que forman parte de asociaciones, por tanto están muy concienciados. Sus demandas son precisas. Por las encuestas que hacemos comprobamos que la gente lo que demanda es lo que realmente valora: menos tiempo de espera, más dedicación por parte de los médicos, mayor confort y comodidad, más información y sobre todo mejor comunicación médico-paciente. Estas serían las cinco grandes demandas. Lo que en el fondo solicita el paciente además de un tratamiento efectivo para su enfermedad, es compasión y cariño. Quiere que se le atienda y en este sentido hay estudios que demuestran que recibir buenos cuidados aumenta la calidad de vida y de supervivencia del individuo. Por encima de todo esto, los pacientes en nuestro país manifiestan tener una gran

confianza en la profesión médica, a pesar de las quejas que en un momento determinado puedan realizarse.

-¿Qué crítica haría de nuestro actual sistema de salud?

-Es un sistema muy bueno en cuanto a competencias técnicas y tecnológicas. Además es de acceso universal y gratuito. La crítica estaría por el lado de la masificación, la presión asistencial y la mejora de la comunicación entre médico-paciente, como antes comentábamos. La medicina debería estar más cercana a las necesidades reales de los pacientes.

-Cambiamos de tema. ¿Cuánto hay de investigación y cuánto de experiencia en el libro que acaba de publicar, "La confianza. En su ausencia no somos nadie"?

-El tema me parecía muy interesante y nuestro equipo había hecho dos estudios a nivel nacional, así que teníamos datos al respecto. Pero cuando busqué más trabajos o investigaciones para ampliar conocimientos me di cuenta de que existían muy pocas cosas publicadas. Sí había libros de autoayuda pero no de investigación. Se trata de un tema de naturaleza intangible, difícil de medir, de cuan-

Vivimos en una sociedad donde se resaltan más los aspectos negativos que los positivos. Eso al final cala en la gente y acaba generando desconfianza

tifi-car, pero en cambio es algo muy importante que determina las relaciones entre las personas y tiene repercusión en su en-

En primera persona

Dígame algo que haya descubierto en su vida gracias a la confianza.

-Que es una muy buena inversión y que uno se siente bien confiando. Eso no quita que en determinados casos también haya vivido decepciones con personas, lo que indica que en el fondo no era gente de "fiar".

-¿Convivir con una enfermedad le ha cambiado el concepto de la vida?

-Sí, tus planes de futuro quedan muy condicionados. No funcionas como lo haría la gente de tu generación. Por ejemplo yo no me planteo un plan de pensiones. En cambio sí me preocupa el futuro de mis hijos. Vives continuamente el presente inmediato y ajustas a ello tu ritmo mental. Por otro lado, he recibido mucho de la vida y no tengo grandes ambiciones, ni necesidades. Tengo una vida agradable si dejo de lado el hecho de estar enfermo. Tengo una familia a la que aprecio, unos hobbies y un trabajo que me gustan. Estas son cosas que me movilizan día a día.

-Alguien dijo en una ocasión que la batalla de la vida no la gana el hombre más fuerte sino aquel que cree que puede hacerlo...

-Es un poco la historia de la especie humana. Al final, no sobrevivieron los dinosaurios sino las especies más pequeñas. Al final es la capacidad de adaptación a las condiciones adversas lo que te aporta la supervivencia.

-Un pensamiento que podría cambiar el mundo...

-Me gusta el mensaje de Barack Obama que dice que hay que centrarse más en lo que nos une que en lo que nos separa. Esto lo considero muy positivo.

-¿Qué ha aprendido en todos estos años de trabajo?

-Que el hecho de hacer cosas para los demás te produce satisfacciones. Te pone ante continuos retos que son creativos, te ayuda a aprender más cosas y eso produce una sensación de vértigo... que me gusta.

-Tres palabras que para usted tengan efectos mágicos.

-La familia, la confianza y la música... soy un gran devorador de música.

-Por último, tengo entendido que es una de las personas más solicitadas en simposios y congresos sobre salud. Sus ponencias son muy amenas y seguidas por el público en general. ¿Cuál es su secreto?

-Pues no sé... supongo que no sé decir que no a nada. Por otro lado creo que tocamos temas importantes, variados y muy bien preparados. Abordamos asuntos que están de moda e intentamos hacerlo de un modo ameno, cercano a la gente. §



“**La confianza en uno mismo es clave. Si no confías en ti, te va a costar mucho confiar en los demás**”

←
torno. Este libro en concreto intenta ser algo práctico y está planteado desde la teoría sociológica.

-¿Cómo definiría la confianza y qué puertas abre?

-La confianza es vital en la vida de una persona. Es una necesidad emocional que se expresa de forma racional y nos permite relacionarnos con los demás. Nos relacionamos en términos de confianza, lo que ocurre es que no la manifestamos. Donde hay confianza se progresa más rápido, las cosas son más fáciles, el grupo funciona mejor. Es algo así como la gasolina que permite que nos movamos. La confianza dice mucho de nosotros, habla de nuestros valores, aporta mucha información por eso quizás se manifiesta muchas veces de forma ambigua. Tenemos miedo a sentirnos decepcionados, a abrirnos a los demás y no ser correspondidos, a generar situaciones asimétricas.

-Comenta en el libro que la confianza no es algo pasivo. Es algo que hay que ganar y eso no se hace de la noche a la mañana. ¿Sobre qué pilares se edifica?

-Lo primero que debes tener es una actitud

experiencias positivas de relación tengas con una persona, más amplia será la confianza. Tiene que estar basada en la reciprocidad, confianza mutua entre las partes. Dicho de otra forma se trata de cooperar, no de competir para conseguir intereses comunes. Y por último, sinceridad, no ocultar nada, decir la verdad.

-“Sin compromiso no hay confianza y sin confianza no somos nadie”, señala al principio del libro. ¿Por qué piensa que hay tanto miedo al compromiso?

-No lo sé, supongo que porque vivimos en una sociedad en la cual se resaltan más los aspectos negativos y los positivos nunca se convierten en noticia. Cuando uno enciende el televisor, rápidamente le asaltan noticias que en su mayor parte tienen un componente negativo. Eso con el paso del tiempo cala en la gente y al final se acaba teniendo la sensación de que no se puede confiar en la gente, que a la larga te acaban traicionando. En cambio si convirtiésemos en noticia lo positivo -que hay personas que se preocupan por los demás y hacen de ello su forma de vida, por ejemplo-, se ge-

positiva, necesidad de aprendizaje. Cuando alguien se siente decepcionado, la reacción inmediata es traducirlo en desconfianza. Una relación de confianza debe ser simétrica, correspondida, donde exista un intercambio de expectativas. Cuantas más

neraría un clima social distinto, de confianza en el prójimo.

-¿Cree que éste sería el origen de la crisis de confianza que vive la sociedad actual?

-Esto que estamos hablando y también el hecho de que en estos momentos están pasando muchas cosas y muy rápido. El planeta se ha globalizado pero nuestros cerebros, no. Es como si nos encontrásemos dentro de un mundo de alta velocidad y nosotros circulásemos a una velocidad normal y esto genera muchas tensiones. Escuchas un informativo y lo primero que te dicen es que la economía va muy bien porque el Ibex ha subido. La segunda noticia es que la gente no puede pagar las hipotecas y que el nivel de morosidad crece. ¿En qué quedamos? Esto genera un clima de desconfianza donde la persona piensa que

“**La sociedad moderna ha optado por lo políticamente correcto, ha eliminado el diálogo y esto acaba afectando a la democracia y a los derechos humanos**”

la están manipulando, engañando... Al final se pregunta, ¿Soy yo el que no me entero del mundo en que vivo?

Vivir en un mundo que no comprendemos nos angustia y atemoriza, tanto como para no hablar de ello. Nadie se atreve a cuestionar lo establecido y los que podrían hacerlo, no lo consideran oportuno. Se opta por lo políticamente correcto, las sociedades modernas han eliminado el diálogo y eso acaba afectando a la democracia y los derechos humanos.

-“Somos habitantes de la sociedad del egoísmo”. ¿No cree usted que mucha de esta desconfianza tiene su origen en la falta de amor -hacia nosotros mismos o hacia los demás-?

-Sí, la confianza en uno mismo es clave. Si no confías en ti o tienes un concepto de ti mismo negativo, te va a costar mucho confiar en los demás. La confianza es una necesidad del ser humano que nos permite relacionarnos con los demás. §



Foto: Fusión

“**La confianza es una necesidad emocional del ser humano que precisa de un cultivo afectivo**”