

#2275 - Microrrelato

Guardias De Humanidad

Haylen Marin Gómez

Hospital SAn Agustín de Linares, Linares, España

Microrrelato

La guardia se diluye entre latidos y el reloj mastica horas, implacable. Los pasillos se llenan de nombres, diagnósticos y susurros que clavan en la piel el peso de la incertidumbre. El laboratorio ofrece respuestas a preguntas que aún no hemos formulado: paneles de exoma para clasificar lo inclasificable, mientras el hueco en el turno sigue ahí, eterno y brutal.

Cada día la Medicina Interna se transforma en una lucha dual: ciencia de precisión y soledad asistencial. El comarcal cruce como un barco viejo en tormenta, sosteniéndose en la voluntad de quienes eligen quedarse, resistiendo en la trinchera. La tecnología promete un futuro brillante, pero las manos que sostienen ese sueño están rotas, agotadas, buscando un relevo que nunca llega.

La precariedad se desliza bajo la puerta como un viento helado, apagando la fe, recordándonos que el arma más poderosa no es la biotecnología, sino la humanidad que sobrevive a pesar de todo. Y cuando el teléfono suena, cuando al otro lado una voz responde con disposición o desdén, uno aprende que la esperanza es también una apuesta incierta. No hay certeza de auxilio, pero en ese breve eco de apoyo, uno reza para no estar solo.

#2276 - Microrrelato

La Chiquita Polidipsia.

Nicolás Alcalá Rivera

Hospital de Barbastro, Huesca, España

Microrrelato

Pasaba las hojas del historial con delicadeza y temeroso de su poder. Los rastros de tinta arrastraban la curiosidad como una amante debajo de su oscura respuesta. Aún con el tintineo de las luces artificiales y el silencio de la vida dormida, él necesitaba su canción, su solución: una melodía de interconexiones para llegar a un esplendoroso pero corto final.

De repente, los versos rompieron la atención y cambiaron de rumbo, a uno más desconocido, más peligroso. Pero no podía ser como un niño sollozante, tenía que cambiar sus pensamientos, añadir su propia firma de pintura y recorrer otro camino; aunque en este mundo él estuviera ausente.

La noche en la tierra del fuego y los arcos seguía y en la fuente del pequeño corcel donde se encontraba, el animal no cesaba de emitir su llanto suave. Algo lo interrumpió. Una voz delicada susurró en su cabeza. Aterrizaron las palabras como delicadas motas de ceniza, pero brillantes y hermosas. Añadían más notas a la canción, la hacía más clara; le acercaban a su respuesta. La voz continuó, de forma más fuerte y firme hasta dejarlo sin sentido. Antes de desmayarse le pareció ver un ángel blanco, custodiando una ciudad en lo alto de una columna.

Se despertó al poco tiempo, sudoroso pero sonriente. Ya tenía su respuesta, la canción, su corto final. Cogió el historial y anotó una última pincelada. Estaba eufórico. Sonrió y pensó para sí: “Válgame San Rafael, tener el agua tan cerca y no poderla beber”.

#2277 - Microrrelato

¡Disnea!

Juan I. Molina Puente

CA Ávila., Avila, España

Microrrelato

¡Que calor hace este año!

Es de noche y estoy sudando, me cuesta respirar, todo está oscuro. ¿Será un ataque de asma?, ¿Será porque he empezado a fumar hace unos meses?, pero no me ha dado tiempo a ser EPOC. ¿Será un infarto? ¡Ansiedad!

Estiro el brazo y alcanzo un inhalador de salbutamol e inhalo. Nada. Cojo otro con corticoide y nada, cambio de modelo, de marca, de forma, ¿pruebo con un anticolinérgico?. Los agito, intento sincronizar la respiración pero nada ¿y si añado una cámara? o mejor en aerosol. A lo mejor prednisona, 30 mg, una pastilla, solo una. Lo juro.

Aún así sigo con disnea.

Quiero abrir los ojos pero no consigo despertar.

Cuando lo hago el suelo está lleno de dispositivos, parece un mar de plástico. ¡Que estamos haciendo! ¿Donde se recicla todo esto?. Y solo he sido yo y solo en una noche.

Miro el reloj, son las 5 de la mañana. Suena un teléfono, ¿Quién llamará a estas horas?. Es el maldito busca. De nuevo estoy de guardia, me he quedado dormido en una silla del control enfermería después de 16 horas sin parar.

¡Tenemos que hacer algo!.

¡Esto tiene que cambiar!. Uf, ¡que calor!.

#2278 - Microrrelato

El Planeta Es También Un Paciente Al Que Cuidar

Daniel García Guadix

Hospital Universitario Gregorio Marañón, Madrid, España

Microrrelato

La jornada empezaba como cada mañana con un café en la mano y una sonrisa amable en el rostro. A primera hora había reunión del servicio. El jefe iba a proponer nuevas medidas sobre un tema del que no había querido anunciar nada hasta el momento. Todo el mundo estaba expectante. A las 8:15 nos reunimos en su despacho y rápidamente nos quitó la intriga. Se iban a implantar cambios drásticos en la política de sostenibilidad del servicio. El plan era sencillo, apagar los ordenadores y las luces de los despachos al final de la mañana y reducir la impresión de documentos a los estrictamente indispensables, entre otras medidas. Al terminar la reunión cada uno fue directo a sus tareas. Entré, ahora sí, en mi despacho y no pude sentir algo de vergüenza. La luz y el ordenador de mesa estaban encendidos, este último con el informe de alta de un paciente a medio terminar de ayer. Al lado del teclado, una pila de artículos que había ido imprimiendo me miraba juiciosa y en la papelera se acumulaban más papeles hasta casi desbordarse. El universo me estaba llamando la atención. Desde aquel día iba a ser una persona nueva. Me terminé el café, me colgué el fonendoscopio sobre el cuello y salí del despacho decidido no sólo a cuidar de los pacientes si no a cuidar también del planeta.

#2279 - Microrrelato

Microplásticos, Macroconsecuencias

Daniel García Guadix

Hospital Universitario Gregorio Marañón, Madrid, España

Microrrelato

Era un domingo por la mañana. Francisco, de 60 años, había ido a ver a su nieto jugar al fútbol y disfrutaba del partido en compañía de su familia. De repente, se desplomó. Estaba sufriendo una parada cardiaca. Rápidamente, su hijo inició las maniobras de reanimación mientras una sobrina llamaba a emergencias. Lamentablemente no sobrevivió. Nadie en su entorno se lo podía creer. No excesivamente mayor, Francisco era deportista, no fumaba y siempre había sido fiel a las directrices de una vida sana: dieta mediterránea, aire fresco, y la compañía de seres queridos. Ya en el hospital, la familia solicitó una autopsia. La causa de la muerte fue un infarto. Sin embargo, todo iba en contra de lo que a primera vista parecía como cierto; hipertenso bien controlado, sin dislipemia u otro factor de riesgo cardiovascular conocido; a primera vista no era el prototipo de paciente. El microscopio arrojó algo más de luz. En las paredes de sus arterias coronarias, pequeños trocitos de plástico se acumulaban por doquier. Restos de botellas, de bolsas y de envases, una vez útiles, ahora se arrinconaban y deformaban la íntima arterial. Francisco se había cuidado. Sin embargo, la sociedad, con el desperdicio, la falta de reciclaje el gasto innecesario... le habían condenado un destino diferente al que la biología le tenía reservado. Nadie en su entorno se atrevió a volver a comprar cubiertos de un solo uso; y a partir de ese día todos cuanto le conocieron empezaron a reciclar.

#2280 - Microrrelato

"El Pulso De Dos Tierras"

Darling Vanessa Rueda Cala

Hospital universitario de Salamanca, Salamanca, España

Microrrelato

Dejó el café de las mañanas con su madre
por las guardias eternas en un hospital desconocido.
Cruzó el océano con bata blanca y acento propio,
llevando en el pecho el pulso de dos tierras.
En España aprendió otros silencios, otras formas de sanar,
a curar con otras palabras,
a sentir el peso de la distancia,
mientras su alma tejía puentes entre la nostalgia y la vocación.
A veces, entre pacientes y diagnósticos,
escucha un acento familiar
y se le humedece el alma.
Pero entonces recuerda:
cada paso lejos de casa también la acerca
a la mujer que soñó ser.
Vino con los sueños envueltos en papeles,
y el alma aferrada a aquello que, al partir, quedó atrás : su país natal
Estudió con el peso del mundo sobre los párpados,
y un día, el MIR cedió.
Entonces partió.
España la recibió con bata limpia y acento extraño.
Aprendió a leer cuerpos, a calmar dolores,
a llamar hogar a un hospital con nombres nuevos.
La tratan bien, y aunque es feliz, algo en ella no se instala del todo.
Porque hay nostalgias que ni el tiempo cura,
y pertenencias que no se compran con visados.
Es extranjera.
Y quiere que otros lo sepan:
que se puede llegar lejos,
que vale la pena el esfuerzo
pero que nadie te prepara para echar raíces
con los pies en un país
y el corazón en otro.
Para todos los que dejan su tierra
para sanar en otra lengua,
pero nunca olvidan
cómo late su corazón
al ritmo de una nación.

#2281 - Microrrelato

Un Punto Azul

Mayka Freire Dapena

Hospital Clínico de Santiago de Compostela, Santiago De Compostela, España

Microrrelato

Un punto azul bañado en naranja.

Eso es lo que nos han entregado.

Podría haber sido amarillo o verde... como tantos otros.

Pero nuestro planeta es azul, un azul intenso, aunque frágil. Fértil, pero vulnerable al agotamiento por el uso indiscriminado, por el abuso.

Ojos, manos, piel, pensamiento consciente.

Eso es lo que nos han entregado.

Podría haber sido piedra, tronco, escamas... como tantos otros.

Pero nuestro cuerpo es así, pleno en su engranaje perfecto, aunque expuesto a enfermar, a dolerse, a morir de mil formas distintas.

Urge preservar nuestro punto azul, nuestros ojos, nuestras manos...

Pero cuidar exige tiempo, dedicación, entrega, personas que sostienen, que acompañan, que están presentes.

Implica responsabilidad, reparto de recursos, compromiso con la sostenibilidad.

¿Y quién mejor que tú, querido galeno, para comprenderlo?

Porque en tu esencia habita la economía de la palabra, la precisión del gesto, la integración del argumento.

Sabes tirar con cuidado del extremo correcto del hilo para liberar una verdad silenciada, sin romper el resto de la madeja.

Y nunca olvidarás que curar es reparar con las manos del alma lo que el universo no puede permitirse perder.

#2282 - Microrrelato

No Hay Psicólogos Para Esto

Maider Olaizola Guerrero

Hospital Universitario de Navarra, Pamplona, España

Microrrelato

El pensamiento me empieza a ir más despacio; se me nubla la razón. No pierdo la vista, pero dejo de ver lo que me rodea. El tiempo pasa desvirtualizado, pero entonces algo -entre el espacio que dejan mis costillas- empieza a comprimirse: es el aire. Ángeles, respira. Intuyo que no le pasa nada al oxígeno ni a mi fisiología para que no me satisfaga respirar. Pero lo habitual no está siendo suficiente. Quiero llorar. Me duele todo. ¿Cómo hago para que pare? Que pare, por favor. La ventana no tiene pomo. Más aire, por favor.

Hay ruido fuera de la habitación: carritos, pitidos de máquinas, quejidos de pacientes. Nunca he soportado la quietud ruidosa. Las noches en el hospital me ahogan. Mañana reiniciamos. El día de la marmota.

No puedo respirar. No puedo salir. ¿Por qué vine? ¿Y ahora qué tocaba?

Otra bocanada de aire.

Me da vergüenza que me vean así. Entre las miradas de compasión, a veces se cuela una expresión característica: “A mí que no me toque, no tengo tiempo para escucharle ahora”.

Perdonad si me angustia el olor del hospital, las semanas aquí, la enfermedad. La incertidumbre. La soledad.

¿Cuántas opresiones torácicas se quedan de puertas adentro, en estos edificios repletos de gente?

Las mascarillas de oxígeno funcionan con el aire que nos roban a nosotros.

Joder, mañana no me pidáis una sonrisa, si la ventana no tiene ni pomo.

#2283 - Microrrelato

Vendetta

Jorge Polo Sabau

Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Madrid, España

Microrrelato

Ojo por ojo. Donde las dan las toman. Quien siembra vientos... El karma. Como quieras llamarlo. El caso es que era una tosecilla, cuatro tristes mocos y dos décimas, menos de un día con semejante nimiedad. Y allá que fue con todas sus ínfulas a Urgencias exigiendo placa y análisis. Después de dieciocho horas de guardia, con ojeras, agotamiento y tremenda halitosis, el pobre colega prefirió tirar por la calle de en medio y no discutir, y antibiótico que te crio.

Unos años después, revisando el cajón de las medicinas descubre la caja medio llena ya caducada. Ni corto ni perezoso arroja las cápsulas por el inodoro. Y ahí tenemos a nuestras poligonales y poliédricas moléculas buceando por el alcantarillado, viajando por afluentes y ríos, donde a mitad de camino experimentan un romántico encuentro con un rebaño de microscópicas y peludas longanizas que las catan y saborean. Algunas mueren en el intento, pero otras siguen la máxima del célebre alemán bigotudo, "lo que no te mata te hace más fuerte", y continúan zampándose el veneno como si de golosinas se tratara y multiplicándose hasta el infinito.

Unas cuantas se desvían por una cañería y terminan derramándose por el grifo de una fuente, donde son recogidas en las fauces de nuestro anónimo y querulante protagonista, intrépido y dominguero excursionista en sus ratos libres. A los pocos días le vemos en Cuidados Intensivos mientras el antibiótico de cuarta línea recorre sus venas. Pues eso, el karma.

#2284 - Microrrelato

Silencio

Alejandro Cuéllar De La Rosa

Complejo Asistencial Universitario de León, León, España

Microrrelato

En la penumbra del box 7, solo quedamos él y yo. Las máquinas han cesado su concierto agudo, y el goteo del suero se ha rendido al vacío. Intenté todo: fármacos, maniobras, súplicas técnicas. Pero hay batallas que no se ganan, solo se acompañan hasta el final. Me quedo un segundo más, sin prisa, porque ahora el silencio no es ausencia: es respeto. No hay tubos, ni alarmas, ni bisturís. Solo su piel pálida y mi alma cansada. Afuera, el mundo sigue; aquí dentro, un mundo termina. Y en ese instante, lo entiendo: a veces, la medicina no cura, pero sí honra. Cierro los ojos, inspiro hondo. El silencio pesa, pero no duele. Es paz.

#2285 - Microrrelato

Detalles Que Sostienen

Alejandro Cuéllar De La Rosa

Complejo Asistencial Universitario de León, León, España

Microrrelato

—Gracias, doctora —dice con voz ronca, antes de que pueda darle el alta.

Me extiende una tableta de chocolate, envuelta con mimo, como si fuera un tesoro. La habitación aún huele a clorhexidina y a incertidumbre, pero él sonríe como si nada doliera ya. Me estrecha la mano, sin miedo, como si eso bastara para cerrar todo el proceso clínico. Y quizás sí. No todos los tratamientos están en los protocolos. A veces, la medicina se sostiene en estos gestos: un dibujo de un nieto pegado a la cama, una mirada cómplice tras dar una buena noticia, un “¿usted también descansa, doctora?” en medio de una guardia infinita. Son cosas pequeñas. Pero yo también me curo un poco con ellas.

#2286 - Microrrelato

Ciclo

Alejandro Cuéllar De La Rosa

Complejo Asistencial Universitario de León, León, España

Microrrelato

Cuando llegó, nadie pensó que serviría para algo. Era una camilla rota, olvidada en un almacén del hospital. El jefe de servicio quiso tirarla; el celador propuso usarla de mesa auxiliar; pero fue Inés, la residente callada, quien pidió conservarla. Tres meses después, la camilla renacía: sin ruedas, sin óxido, vestida con macetas recicladas de frascos de contraste y una tierra tímida traída de casa. La llamaron “Unidad Verde”. Allí crecieron albahacas, lavandas y hasta un pequeño tomate que nadie se atrevió a comer. Los pacientes de Medicina Interna empezaron a visitarla: unos decían que les traía suerte, otros que les recordaba que afuera seguía habiendo estaciones. El hospital, en silencio, respiró distinto. Porque a veces basta con no tirar, con mirar dos veces, con plantar algo donde solo veías desecho. Y entonces, como los cuerpos que cuidamos, lo viejo florece.

#2287 - Microrrelato

"Huellas Tras La Batalla"

Nagore Lois Martínez

Hospital Universitario Severo Ochoa, Leganés, España

Microrrelato

Suena en medio de la noche. Desubicada sigo el sonido y la luz que me guían en la oscuridad. Al otro lado una voz jadeante grita “parada en la 317-B”. De un salto me pongo los zuecos, me cuelgo el fonendo y casi sin darme cuenta estoy en la habitación; me uno al equipo dirigiendo y esperando a los compañeros de la UCI.

Mientras, en medio del silencio y la oscuridad que la madrugada alberga, se escuchan órdenes cruzadas en voz muy alta: “Ambú conectado”, “primera adrenalina”, “necesitamos otra vía”, “relevo”, “...28, 29, 30”..., y 13 minutos después se consigue pulso y latido en el monitor, mientras en el silencio más absoluto todos contenemos un poquito la respiración. Podemos salir e informar a su hija quien llorando abraza a mi compañera por la buena noticia.

La UCI se lleva a Manuela estable. Cuando sale por la puerta empujada por el celador, me quedo un instante sola, en la habitación vacía rodeada de bolsas, jeringas y tubos de plástico, gasas sucias, la mascarilla de oxígeno aún conectada colgando de la pared,..., y no los veo como residuos, sino más bien como huellas que quedan tras la batalla que ha superado Manuela. Acuden los compañeros de limpieza que lo recogen todo y lo meten en el contenedor, borrando casi todas las huellas de lo sucedido. Es difícil volver a la cama de inmediato. Pero esta vez, la vida sigue para todos.

#2288 - Microrrelato

EL ÚNICO CALOR

Alberto Ortiz Parra

Hospital Universitario Virgen de las Nieves, Granada, España

Microrrelato

El sol estival inunda la casa y los niños corren por el pasillo, sus risas vibran en las paredes. Él está en el jardín, todo parece tan real, tan perfecto. La vida late a mi alrededor con esa calidez familiar.

Pero algo no está bien. Las risas comienzan a apagarse, como si se las llevara el viento. Salgo al pasillo llamando a mis hijos sin respuesta. Camino por la casa. Todo parece más lejano, más borroso. ¿Dónde están? ¿Dónde se han ido?

Mis manos tiemblan. El aire es caliente, vivo, pero sin aliento que se escapa. El calor es abrumador y siento que el aire se vuelve espeso, imposible de respirar, apenas masticable.

Intento recordar qué estaba haciendo. El jardín está vacío. El silencio pesa tanto como el calor, y la casa antes viva, parece desvanecerse, como una sombra de lo que fue.

Un murmullo extraño llena mis oídos. Voces desconocidas que no reconozco. ¿Dónde están? ¿Por qué no puedo verlos?

—Está deshidratada —dice una voz. Pero no es la suya. No es de nadie.

Unas manos frías me tocan la frente. Intento luchar, intento regresar a mi casa, a mis hijos, pero las voces se hacen más fuertes.

—La llevamos al hospital.

No estoy en mi casa. No hay risas, no hay juegos. Todo se desmorona, mis recuerdos se disuelven. El mundo real me espera afuera, con un calor distinto, con un pasado que me huye, que me hizo sentir menos sola

—No tenía a nadie. Solo al calor.

#2289 - Microrrelato

Efecto Mariposa

Ana Belén Cantos Fernández

Hospital General Universitario de Albacete, Albacete, España

Microrrelato

Son las 16:30 de una calurosa tarde de septiembre en Madrid. Bebo el último trago de agua antes de tirar la botella y reviso la saturación de Amalia, 76 años, con enfermedad pulmonar crónica e ingreso reciente por insuficiencia cardíaca.

—Amalia, debe hidratarse y moverse. Estuvo mucho tiempo encamada y necesita recuperar fuerzas.
—Lo intento, doctora, pero es imposible. No puedo hacer mis paseos diarios; el calor por las mañanas fue lo que hizo que me deshidratara y mi corazón fallase. Además, mis amigas ya no quieren ir al bar: desde que quitaron los árboles no hay sombra para el café.

Al despedirla, pienso en algo que no aparece en ningún manual: el cambio climático no es una metáfora, es un paciente más. Sus síntomas se filtran en cada ingreso: crisis asmáticas por la contaminación, deshidratación en ancianos por olas de calor, infecciones respiratorias que no distinguen estación...

Recojo la botella que iba a tirar y la dejo para reciclar más tarde. Sé que no curará a Amalia, pero con el paso de los días observo pequeños cambios: el residente que me acompañaba ese día comienza a reciclar el material no contaminado de la consulta, el administrativo se propone reducir el uso innecesario de papel y todos los trabajadores deciden aprovechar la luz natural de los pasillos.

Entonces entiendo que cada gesto cuenta, y que quizás el verdadero tratamiento para nuestros pacientes empieza por sanar el lugar donde todos habitamos.

#2290 - Microrrelato

Código Verde

Ana Belén Cantos Fernández

Hospital General Universitario de Albacete, Albacete, España

Microrrelato

La guardia iba tranquila hasta que nos llamaron para valorar a un hombre de 54 años con insuficiencia respiratoria. Su hija nos comentó que vivían en las afueras, cerca del vertedero. También la recordaba a ella, hace unos meses tuvimos que valorarla por una crisis asmática. En la radiografía de aquel hombre, la neumonía era evidente. Mientras pautaba antibióticos y oxígeno, pensé en el aire que respiraba aquel barrio..

Horas después, al salir del despacho, miré por la ventana del hospital: montañas de bolsas rebosaban del contenedor de residuos comunes. Recordé las cajas de medicación abiertas de más, los envases mezclados con material biológico, las bandejas de plástico de cada comida.

A la mañana siguiente propuse un “código verde” en el pase de planta: separar residuos, reutilizar el material no estéril y reducir pedidos innecesarios. Al principio hubo resistencia —“no tenemos tiempo para esto”—, pero poco a poco todos colaboraron.

Meses después, los datos hablaron: menos gasto en material, menos basura, menos emisiones por incineración hospitalaria. Y, aunque era imposible demostrarlo, en mi mente la tos de aquel paciente sonaba un poco menos áspera.

Entendí que, en Medicina Interna, cada alta es una victoria, pero cada gesto para proteger el entorno es una prevención silenciosa de miles de ingresos futuros.

#2291 - Microrrelato

El Paciente Invisible

María Teresa Herrera Marrero

Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca, Murcia, España

Microrrelato

En cada habitación hay un paciente que nadie mira, aunque todos respiran de él. No tiene nombre ni número de historia clínica. Es el planeta.

Cada bolsa de suero, cada bata desechable, cada informe impreso, deja una cicatriz en su piel. Durante años lo ignoramos, concentrados en tratar cuerpos frágiles sin ver la fragilidad mayor que nos sostiene.

Pero en silencio comienzan a surgir gestos pequeños: la luz apagada en la sala vacía, el cartón del material reciclado, la energía que fluye desde un panel solar en el tejado del hospital. Detalles casi invisibles para quienes corren entre camas y pasillos, pero vitales para quien carga con nuestra huella.

El paciente invisible lo nota. Su fiebre baja un grado, su oxígeno se estabiliza. Como todo enfermo crónico, no se cura de golpe, pero mejora con cada tratamiento constante.

Quizá un día logremos el alta. Mientras tanto, seguimos su evolución, conscientes de que su salud y la nuestra son inseparables.

#2292 - Microrrelato

La Historia Clínica

María Teresa Herrera Marrero

Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca, Murcia, España

Microrrelato

Exploración inicial: fatiga crónica, fiebre intermitente, dificultad para respirar.

Antecedentes: deforestación, contaminación, consumo excesivo.

Diagnóstico: síndrome de desgaste climático.

Se abre historia clínica. Constan tratamientos indicados: reducir emisiones, reciclar, ahorrar recursos, sanar ciudades, cuidar hospitales.

En el pase de planta, los internistas lo comentan como a cualquier paciente:

—Está grave, pero aún a tiempo de mejorar.

El planeta escucha. Agradece cada gesto: un análisis innecesario que no se solicita, una bolsa que se reutiliza, una energía limpia que ilumina las guardias. Son terapias invisibles, pero efectivas.

En la última línea del informe aparece una nota en rojo:

Pronóstico reservado. Evolución dependiente de los responsables del caso: todos nosotros.

#2293 - Microrrelato

Guardia

Francisco Galeano Valle

Hospital General Universitario Gregorio Marañón, Madrid, España

Microrrelato

Desnuda de ruido urbano,
de artificio y distracción,
renueva votos paganos.

Se enfunde en jirones blancos,
ni rendición ni pureza
anuncian aquellos trapos,
sino negociación frágil,
promesa rota y remiendo.
Son descartes destinados
a un mercadillo en domingo,
raídos por incontables
abrasadores lavados,
vetusta herencia entregada
por generaciones antes,
mil veces restaurada
como el barco de Teseo,
desprovistos harapos
de cordones que evitaran
la tentación del cautivo.

Girones son cicatrices
de batallas anónimas,
tela cansada no cede,
pese a su aroma a desvelo,
sus bolsillos cargan deudas
pendientes, salpicaduras
perennes, de sangre ajena,
muestra su carne y vergüenzas,
un gesto de mimetismo
y empatía hacia su razón
de ser.

El tejido roza su piel,
se insinúa una línea
fugaz y sin testigos
donde el pulso respira,
geografía callada
del deber.

No hay pudor ni presunción,
solo entrega y convicción,
en cada pliegue resuena
la conciencia y el valor:
ser vulnerable sostiene
la frágil condición mortal.

No camina sola, ella es
todas las que fueron antes,
quienes también aprendieron
a errar con el menor daño.

Bebe del cáliz oscuro
de la vigilia y se arma
con sus manos, juicio y luz fría,
lucha en guerra silenciosa
contra la consecuencia de
todas ellas.

Cierra la vieja taquilla,
comienza al fin su guardia.

#2294 - Microrrelato

Medicina Interna, Primer Día

Clara Palacios Morenilla

Hospital Virgen de las Nieves, Granada, España

Microrrelato

Medicina Interna, primer día. Entra la ilusión rauda, veloz, con pasos leves y la sonrisa entera. Un uniforme, un grabado.

Eres alguien, poco, todavía. Ninguna puerta abre, pasillos angostos llenos de luz azulada se extienden ante unos zuecos poco usados. Un primer paciente te sonríe, se ensanchan los pantalones y se derrumban los bolsillos: el libro nuevo, la pluma de tu abuelo y un fonendo fútil, todavía.

Primera guardia, la hora más oscura, antes del amanecer. Escuchas un llanto al fondo del pasillo. El nudo en la garganta aprieta y te tiemblan las manos sobre el hombro de alguien que apenas conoces, todavía.

La primera noche sin dormir de las siguientes, enterrada entre artículos y manuales pesados. Se marca el ceño y pesa más el tiempo. Se estira la ilusión y se desdibuja el horizonte, se curva y se extiende. Macizo blanco, segundo día. Urgencias y un sótano repleto de corazones y manos. Máscaras bajo miradas huidizas buscan tu consuelo. Pasos cortos, que se arrastran. Golpes en la puerta, impaciencia y miedo. Serenidad y hay que avanzar.

El dolor asoma en una puerta y lo alivias, y el mundo parece menos mustio, menos sórdido y lejano. No se esfuma la ilusión, se reconvierte.

La mañana aparece y te dan las gracias y un abrazo. Un “hasta luego, qué suerte hemos tenido”. Y eres suficiente y necesario. Cien latidos y la vida sigue, imbatible hacia delante, tenaz y diligente.

#2295 - Microrrelato

Una Carga Invisible

Daniela Castillo Cabrera

Hospital de Manises, Valencia, España

Microrrelato

Noelia, una mujer serena y optimista, afrontaba una prueba de valentía, su vida, atada a un monitor y cables que suplían la función de sus riñones que ya no responden por una enfermedad. Vivía junto a su hija, Camila, estudiante de medicina que ansiaba terminar pronto su carrera para encontrar el mejor método para salvarle la vida a su mamá.

Camila estudiaba sin tregua, día y noche, la mayor parte del tiempo en casa, un refugio de esperanza. Su ordenador encendido las veinticuatro horas, cargadores enchufados sin alimentar dispositivo alguno y tres lámparas encendidas en su escritorio, a pesar que frente él, se encontraba una ventana por donde entraba la luz del día.

Tenía miedo, del tiempo que le quedaba.

Un día Noelia, tomó una decisión, detener su tratamiento.

Camila entre lágrimas, piensa que su madre se rindió, a pesar de lo valiosa que es su vida. Al entrar a la habitación de Noelia, encuentra en el tocador una pila de recibos de luz que se acumulaban cada mes, la cifra aumentaba desmesuradamente. Una carga invisible de su enfermedad.

Y fue entonces cuando Camila entendió: su madre no se había rendido. Solo había que apagar algunas luces para que la suya, pudiera seguir brillando.

#2296 - Microrrelato

“LA MELODÍA”

Encarnacion Palomino Núñez

Hospital Universitario Puerta de Hierro Majadahonda, Madrid, España

Microrrelato

El tambor marcaba el compás en ritmo sinusal. Pum pum. Pum pum.
Desde su caja torácica, dos trompetas conservaban un murmullo sincronizado.
El piano de cola, regio, resonaba en el hipocondrio derecho armonizando al resto.
En el silencio de la habitación, irrumpían los gorgoteos postprandiales de un acordeón de varios metros.
Dos guitarras coordinadas emanaban música como un río hasta la vejiga.
La sutileza del arpa se esparcía en cada centímetro de su piel expuesta. Escalofríos.
El encéfalo, capitán, oteaba a todos desde la azotea.
De sus labios ya no salían clamores amilanados, si no una voz de calma y alivio.

En aquella habitación de hospital
Alzando su batuta invisible, el internista, director de orquesta
Logró que cada órgano recordara su partitura
Hasta que el cuerpo entero volvió a sonar como sinfonía.
La melodía de estar vivo.

#2297 - Microrrelato

Las Dos Caras De La Misma Moneda

Ana Gutiérrez Piñón

Hospital Universitario y Politécnico la Fé, Valencia, España

Microrrelato

El frío que me producía la ropa mojada sobre la piel me recordaba que no sólo había tormenta dentro de mi cabeza, si no también fuera de ella. Noté impasible una lágrima rodar por mi mejilla, como si el agua que rodeaba el hospital y que había arrasado la ciudad se colara por las grietas de mi memoria. El agua de una dana implacable que había destruido todo a su paso.

Miré a los ojos a la médica. Hablaba sobre los pulmones, hablaba sobre el agua, hablaba sobre el cuerpo. Hablaba y decía cosas sobre la vida de mi padre que yo apenas lograba escuchar. Hablaba y lo único que se repetía en bucle en mi cabeza era la palabra “fallecido”.

Era una mujer joven. Mientras me soltaba palabras amortiguadas, yo me preguntaba si ella sentiría pena. Si era capaz de sentir la tristeza que me asfixiaba y no me dejaba respirar. Si sentiría la rabia, el miedo, el dolor. La miré a través de esa mascarilla que tan impersonales nos hacía. No parecía sentir nada.

Parpadeé. La chica frente a mí tenía los ojos llorosos y en su mano sostenía las pertenencias de su padre ahogado.

Ahora la médica era yo. Y sí que lo sentía.

#2298 - Microrrelato

El Viaje Del Guante Azul.

Lucía Ordieres Ortega

Hospital General Universitario Gregorio Marañón, Madrid, España

Microrrelato

El tiempo se detuvo por un segundo mientras el guante azul se abría paso hacia el suelo, como a cámara lenta. Lo observó fijamente, en trance. A su alrededor, los sonidos habituales de la planta llegaban amortiguados: el carrito de Enfermería con la medicación, un auxiliar intentando convencer al paciente anciano de la habitación de al lado de que se sentara en el sillón, una estudiante presentándose a la hija de otro paciente para realizar una historia clínica, el ruido de pasos decididos de una adjunta de camino a informar a un familiar...

En ese fugaz instante, pensó en la gran cantidad de guantes que se utilizaban cada día. Pacientes aislados, curas, aseos, exploraciones físicas...que no serían posibles, al menos de forma adecuada, sin esos guantes que damos por sentado. Tanto es así que muchas veces los desperdiciamos sin sentido. Sintió agradecimiento teñido de frustración. ¿No habría otra forma de hacer las cosas?

Por el rabillo del ojo se dio cuenta de que tenía un puñado de guantes en el bolsillo de la bata, olvidados desde hacía meses. Y ahí estaba, cogiendo guantes nuevos diariamente y -probablemente- olvidando un puñado nuevo cada vez.

Con un suspiro, tiró el guante sucio a la basura. Se puso uno limpio, sonrió y pasó a ver a Emilio, que le esperaba impaciente, sintiéndose solo en su habitación de aislamiento.

#2299 - Microrrelato

El Tacto Del Plástico.

Lucía Ordieres Ortega

Hospital General Universitario Gregorio Marañón, Madrid, España

Microrrelato

Cuando llegó la pandemia, los pacientes se enfrentaron de repente a una tropa de personal sanitario enfundado en batas, mascarillas y gafas. A menudo se preguntaban quién era la persona detrás de todo el plástico. Se acostumbraron a no percibir el tacto humano salvo que fuera detrás de un guante, de una cortina de plástico.

Se usaron miles, millones de guantes, mascarillas y batas.

Sin embargo, ese plástico nos permitió acompañar a los pacientes. Estar a su lado en los momentos difíciles, especialmente cuando no podían tener otra compañía. Asegurar que pudieran recibir un último abrazo de sus seres queridos, apretar una mano amiga al recibir noticias duras, apoyarse en otra persona para poder levantarse de la cama por primera vez tras un ingreso muy prolongado.

Ese plástico nos permitió, en los momentos más oscuros, mantener la humanidad.

#2300 - Microrrelato

Un Verano Más

Denisse González Martín

Hospital Universitario de Canarias, San Cristóbal De La Laguna, España

Microrrelato

Debería ser un turno más para Marta, pero ella, con más 25 años de experiencia, sabía que después de tres días de ola de calor, sus pacientes, ancianos y frágiles, no lo estarían pasando bien. En cuando empezaron a transmitirle el cambio de turno sus sospechas se confirmaron: tres pacientes recortando diuresis e hipotensos, dos con problemas respiratorios (dicha calima).

Marta se propone hacerles el día un poco más llevadero y en cuanto prepara la medicación, inicia la ronda con una sonrisa, una ristra de vasos y una botella de agua fría.

La planta es una sauna y fuera es aún peor.

Cada verano se plantea pedir traslado a algún área más moderna que si cuente con aire acondicionado. Hace años, las olas de calor eran una o dos al año y no duraban más de dos días, pero cada vez duran más y casi no hay respiro entre ola y ola.

Cada verano recuerda que sus pacientes no tiene opción de elegir y se mantiene un año más con su botella de agua fría, su ristra de vasos y su sonrisa, acomodándolos, ayudando a cambiar sábanas empapadas de sudor, y asegurándose que el poco aire que dan los ventiladores esté bien orientado.

Y llega a la última habitación. Pedro, su paciente más arisco, le tiende la mano desde la cama y susurra: "gracias por no rendirte". En ese instante, Marta entiende que no era solo botellas de agua o ventiladores: era su presencia lo que hacía la diferencia.

#2301 - Microrrelato

El Teléfono Y La Niebla.

Fernando Jaén Águila

Hospital Universitario Virgen de las Nieves., Granada, España

Microrrelato

Pierdo la memoria. Me cuesta saber dónde estoy, qué día es. Olvido cada vez más cosas, no reconozco ciertos lugares. Veo caras de personas como si estuvieran detrás de un velo blanco y transparente. A veces hay una niebla espesa, que no sé si está en mis ojos o fuera de mi. Una clara densidad que amortigua mi propia voz. Aún recuerdo fragmentos del pasado, como el teléfono de casa. Era de un color verde grisáceo, con un disco de marcación en el centro. Lo trajeron cuando nació Fernando. Y también el número, que comenzaba con el prefijo de Granada, 958. Cuando me viene a la mente, intento llamar. Telefoneo, pero no sé ni qué hora es. A veces llamo de madrugada. Pocas me lo han cogido. Una vez contestó mi hijo, al otro lado. Al oír su voz quedé mudo. No pude decirle nada. Lloré. Lo he intentado en otros momentos. Insisto. Cada día que pasa me cuesta más recordar. La próxima ocasión, espero que hablemos. Espero que pueda decirle lo mucho que le quiero. Darle las gracias por seguir dejando flores en mi tumba.

#2302 - Microrrelato

Impronta

Carlos Bea Serrano

Hospital Clínico Universitario de València, Valencia, España

Microrrelato

Recordaba la primera vez que había entrado en su consulta, hacía más de veinte años. Nadie había sido capaz de ayudarla con sus problemas de piel. Ahora, además, tenía trombos en las piernas y sus riñones fallaban. No era capaz de entender. Ningún médico era capaz de explicar. Pero llegó ella. La recibió en la puerta y se presentó por su nombre de pila. Era internista. Fue la primera que le habló de su enfermedad y le explicó lo que nadie le había dicho. La comprendió como nadie había sido capaz. Empezó un tratamiento que implicaba muchos riesgos, pero su riñón mejoró y los trombos de las piernas desaparecieron. Recuperó su vida y tuvo a su niño. Todo pareció sonreírle durante un tiempo. Un día como cualquier otro, en una revisión más con quien ya era su amiga, encontró un pequeño bulto en la espalda. Diligente y ordenada como siempre, ella solicitó varios estudios. Podía ser una infección por una bacteria poco frecuente, pero el antibiótico no funcionó. Otros bultos violáceos empezaron a aparecer en distintas partes de su cuerpo. Cada vez más numerosos, se extendieron a otros órganos. Nadie sabía cómo ayudarla. Su sangre comenzó a quedarse sin plaquetas y, después, sin glóbulos rojos. Pasó su último año de vida entrando y saliendo del hospital, recibiendo tratamientos experimentales que no pudieron hacer nada por ella. Su internista se mantuvo siempre a su lado. La huella indeleble de su historia nunca la abandonó.

#2303 - Microrrelato

Acercarse Para Ver

Carlos Bea Serrano

Hospital Clínico Universitario de València, Valencia, España

Microrrelato

No fue fácil adaptarse. No hablaba bien su lengua y trabajaba demasiado. Un día comenzó con fuerte dolor de espalda. Le hicieron pruebas que no encontraron y le dieron tratamiento que no funcionó. Cuando empezó a encontrarse peor, no supo qué estaba pasando. Ambulancia, pijamas azules, lilas, verdes, blancos... Tenía líquido en los pulmones y mucha fiebre. Le administraron múltiples tratamientos y volvió a casa. Pero nadie le explicó nada. Pronto la fiebre regresó, alta y constante. Y entonces apareció él, un joven médico con pijama blanco. Probablemente le haría las mismas preguntas de siempre: qué, cómo, desde cuándo... Pero esta vez no fue así. Le preguntó por su pueblo natal, su vida, su alimentación y sus costumbres, con quién vivía, qué hacía, cómo se sentía. En apenas un par de días, él le diagnosticó dos infecciones frecuentes en su región. Empezaron un tratamiento con varios fármacos y la fiebre, al principio, no pareció mejorar. Él no evitaba sus preguntas. Se sentaba en el borde de su cama y le hablaba tranquilo, mirándole a los ojos, explicándole lo que sabía, reconociendo lo que no. Los tratamientos no lograron eliminar del todo la infección del hueso. Aunque la cirugía fue un éxito, no estuvo tranquilo hasta que él apareció y lo saludó con afecto, interesándose de ese modo sincero y cercano que siempre le caracterizó. Desde entonces, no puede evitar abrazarlo cada vez que va a su consulta y recordar a los jóvenes que le acompañan, que aprendan de él.

#2304 - Microrrelato

Cuerpo Tierra

Gema María Ruiz Villena

Hospital Universitario Puerto Real, Puerto Real, España

Microrrelato

Durante años, ignoré las señales. Respiraba con dificultad, pero seguía revolviéndome de toxinas: comida ultraprocesada, estrés acumulado, noches sin descanso. Mi piel, reseca y opaca, era el suelo agrietado de un planeta olvidado. Mi estómago era un vertedero donde todo se mezclaba sin orden: ansiedad, azúcar y grasas. Nunca reciclé mi energía, solo la gasté sin pausa, como quien tala un bosque sin control.

Mis pulmones, antes campos verdes, estaban cubiertos por el humo del cigarrillo, como si ardieran árboles invisibles dentro de mí. El corazón latía como un motor forzado, contaminado por emociones mal gestionadas, por hábitos dañinos. Yo era mi propio cambio climático: un cuerpo descompensado, colapsando por la explotación desmedida de sus recursos.

Hasta que algo hizo clic. No fue un diagnóstico, fue un susurro: “No puedes seguir así”. Empecé a sembrar nuevos hábitos. Respiraciones profundas, con aire limpio. Comida saludable, como agua clara. Reciclé mis pensamientos: lo que antes era ansiedad ahora era calma; lo que era culpa, ahora motivación.

Comencé a caminar descalzo por mi propio cuerpo, reconociendo cada rincón. Me volví más sostenible: menos consumo, más descanso, más escucha. Ya no soy una fábrica al borde del colapso, sino un ecosistema que busca su equilibrio.

Mi cuerpo era el planeta que olvidé cuidar. Ahora es el hogar que intento restaurar.

#2305 - Microrrelato

El Pulso Del Río

Erick Jonathan Rodrigues Caldeira

Hospital St. Joan de Déu. Althaia: Xarxa Assitencial Universitària de Manresa, Manresa, España

Microrrelato

Aprendí a tomar el pulso de otra forma en los caños del bajo delta del Orinoco.

Los Warao, tribu indígena local, no miden la presión ni la saturación; escuchan el rumor del agua, el canto de las aves, el silencio del enfermo. Su medicina no busca dominar la fiebre, sino comprender su causa.

Yo llegué con mi fonendo y mi prisa, con la ansiedad de quien confunde eficacia con salud. Ellos me enseñaron que el cuerpo, los animales y la selva laten al mismo ritmo, y que si uno enferma, el otro también.

No acumulan, no desechan: solo toman lo que van a consumir.

“No heredamos la tierra de nuestros ancestros; solo la tomamos prestada de nuestros hijos”, me dijo un anciano, mientras el río seguía su curso, imperturbable.

Volví a casa con las manos vacías, pero con la sensación de que había desaprendido lo suficiente. Desde entonces intento practicar una medicina más frugal, que respete los ritmos del cuerpo y del entorno; escuchar antes de intervenir, curar sin encarnizar, aceptando que sanar a veces es simplemente no dañar, respetando el entorno que nos mueve y mantiene.

Porque la salud no termina en nuestra propia piel, sino en la interacción con el entorno que nos sostiene, que nos otorga y nos devuelve todo lo que sembramos, sea bueno o malo.

#2306 - Microrrelato

AL OTRO LADO

Antonio Segado Soriano

HOSPITAL GENERAL UNIVERSITARIO GREGORIO MARAÑON, Madrid, España

Microrrelato

Noche cualquiera, calma, todo parece en orden a pesar de días previos ajetreados. Javier mi segundo hijo ya duerme. Hace una semana le operaron de menisco en mi hospital, el Gregorio Marañoñ. La lesión más grande de lo esperado, muletas, ortesis, dificultades para la ducha, contratiempos que poco a poco se ordenan, calma, silencio.....Un grito en la noche "papa me encuentro mal, voy a vomitar, me mareo"....se levanta al baño, mientras reacciono, y, como un resorte, voy hacia él, vomita, de pronto la vida se detiene,.....pierde el conocimiento, sincope convulsivo.....grito, el alma se me encoje....angustia, miedo, llanto del alma.....Todos ayudan, Cristina mi pareja, Sara y Samuel, sus hermanos.....silencio, miedo, angustia. Horas después, en la Urgencia, paredes blancas algo ya grisáceas por el paso del tiempo, ruidos, carros, llantos, risas, algunos pacientes agitados en el área; auxiliares, enfermeras, compañeros....todos cercanos, afanándose en su cuidado, pendientes de cada paciente y sus familiares.....silencio, angustia, miedo, desesperanza, sueño, deseos de escapar, culpa, cansancio. Estábamos al otro lado, en la urgencia, donde casi durante once años trabajé de forma incansable, Madrugada, Javier se despierta, "papa te quiero"....vuelve a dormirse....cansancio, frío, sueño. La vida parece detenerse, todo queda en suspenso. Calma, estas al otro lado, es el Marañoñ, no hay peligro ,angustia, miedo, frío, culpa.... confianza, rezos... Neurólogos, auxiliares, enfermeras, mis hijos, Cristina, todos aportan. Javier despierta, el electroencefalograma es negativo. Volvemos a casa, calma. Al regresar, la noche siguiente antes de intentar dormir un pensamiento: "todos deberíamos estar alguna vez al otro lado".

#2307 - Microrrelato

Órganos De Segunda

Julia Díaz Abad

Hospital Universitario Clínico San Cecilio, Granada, España

Microrrelato

Hacía tiempo que no se fabricaban órganos nuevos. La escasez y la contaminación lo cambiaron todo: la energía, los materiales, la logística. Lo que llegaba al hospital eran piezas recicladas: pulmones ensamblados con polímeros sintéticos, hígados regenerados con tejidos tratados, corazones reconstruidos en laboratorios que ahora dependían más de los residuos que de la ciencia.

El doctor Salazar lo notó con el tiempo. No fue una sospecha repentina, sino una acumulación de detalles: un pulmón que se fatigaba demasiado pronto, un hígado que no respondía, un marcapasos que se degradaba en semanas. Todo reciclado. Todo «según protocolo».

Al principio creyó que era azar. Luego, coincidencia.

Después, un patrón.

Solicitó análisis. No dijo por qué. No era el tipo de médico que alzara la voz; solo observaba con más detenimiento que el resto.

Los informes eran inequívocos: fibras que no deberían estar ahí, residuos imposibles de limpiar del todo, rastros diminutos de un mundo más sucio que antes. Todo lo que la medicina moderna se había resignado a reutilizar estaba contaminado desde su origen. Lo urgente había desplazado a lo seguro.

Desde entonces, cada vez que examina a alguien, no piensa solo en el cuerpo. Piensa en lo que lo rodea. En lo que lo compone. En lo que lo enferma sin que nadie lo note.

Y ahora, cuando vuelve a casa, más cansado que de costumbre, ya no se pregunta qué órgano fallará después.

Se pregunta cuánto daño puede sufrir un cuerpo antes de rendirse con el mundo.

#2308 - Microrrelato

Aire

Julia Díaz Abad

Hospital Universitario Clínico San Cecilio, Granada, España

Microrrelato

A Don Manuel le temblaban las manos incluso en reposo.
Tenía los pulmones cansados, el corazón irregular y la memoria en retirada.
Llevaba tres años conectado al oxígeno, aferrado a ese zumbido constante que marcaba sus días y sus noches.

A las 12:33, el sonido se apagó.

Sin aviso.

Ni luces, ni monitores, nada.

Solo la oscuridad, densa. Y gritos.

El cuerpo reaccionó antes que la mente.

El pecho se alzó por costumbre, pero el aire no llegó. El vacío dolía. Un peso invisible le hundía el esternón.

Intentó no moverse. Cada esfuerzo le robaba el poco oxígeno que conseguía reunir.

El corazón golpeaba sin ritmo; la cabeza le zumbaba.

Fuera se oyeron pasos, puertas, órdenes secas.

—¡Tampoco va el generador! —gritó alguien.

Y Don Manuel comprendió.

No era la primera vez que el sistema fallaba, pero sí la primera en que el fallo lo alcanzaba a él.

Pensó en los días de calor insoportable, en los veranos que ya no terminaban, en las noticias que hablaban de sistemas al límite.

El planeta, cansado, también se estaba quedando sin aire.

El tiempo se le encogió. Todo se volvió quietud.

Entonces, un chasquido.

La luz volvió de golpe.

La máquina resucitó con un quejido eléctrico.

El aire entró de pronto, frío, brutal.

Don Manuel lo recibió entero.

Después, muy despacio, lo dejó ir.

Y comprendió que, en el fondo, todos respiramos aire prestado.

#2309 - Microrrelato

Pulmones De Tierra.

Cristina García-Domínguez

Hospital Universitario Royo Villanova, Zaragoza, España

Microrrelato

Respiro despacio.

El aire llega como un regalo antiguo, filtrado por manos que no conozco y árboles que no veré. En la habitación 312 el tiempo parece moverse más lento, como si las agujas del reloj también necesitaran terapia. El pulso en Medicina Interna late entre el bip de las máquinas y el murmullo de los pasos al amanecer.

Los médicos entran y salen como estaciones. Algunos traen lluvias de palabras serenas, otros dejan pequeños soles en sus gestos.

Una enfermera me dice que conserve la calma, que el oxígeno también necesita confianza.

Yo la escucho, y por un instante creo que el aire me entiende.

Desde mi ventana veo el jardín del hospital. Un olivo viejo resiste el viento. Pienso que se parece a mí, con sus ramas cansadas, pero llenas de vida.

Tal vez todos somos eso: raíces que se sostienen unas a otras, respirando del mismo mundo.

El día del alta, la médica me entrega el informe y una sonrisa.

“No olvide respirar hondo”, me dice.

Y respiro.

Respiro por mí, por ellos, por el árbol que purificó este aire.

Salgo al sol y comprendo:

no se trata sólo de curar cuerpos, sino de cuidar el ciclo que nos une.

#2310 - Microrrelato

Cara B

Lucía Adeva Contreras

CHUAC, A Coruña, España

Microrrelato

Podría decir que tengo una profesión honorable, pero siento que curar es una entelequia, que apenas se sana, y son contados los momentos en los que se alivia.

Podría decir que ayudo a las personas a morir mejor, a transitar con más dignidad hacia el final, pero la realidad es que este sistema es tan infecto que morir en paz en un hospital es una auténtica excepción.

Podría decir que la profesión me enriquece, y es cierto, pero la ansiedad es mi silenciosa compañera, la autoexigencia mi estoccolmense alianza, el cansancio mi fiel camarada, y el desaliento me visita con frecuencia.

Podría decir que el juicio ajeno no me afecta, o que el compañerismo contrapesa la crítica, pero cada error cometido profundiza mis vísceras catalizado por el ácido en mi nuca.

Podría decir que tengo una profesión llena de glamour, pero aguantar la respiración en la soledad de un baño para tratar de engañar a mi sistema gabaérgico no parece fascinante en absoluto.

Podría decir que por las noches veo por la salud de la gente, y lo intento, pero custodiar esta esquizofrénica secuencia por momentos me desvía del camino que dicta el sentido.

Quizás no fuera como lo había esperado, y la esperanza se choca contra los muros de lo preestablecido. Pero en mi corazón la ilusión se eyecta en toda su proporción hacia este mundo centrado en la experiencia del que padece, el conocimiento de lo interno y su cuidado, y mi compromiso no se quiebra.

#2311 - Microrrelato

Apagón

Fernando Sánchez Reche

Hospital Universitario Mútua de Terrassa, Terrassa, España

Microrrelato

La luz se fue a las 12:33 h.

En la UCI, los monitores enmudecieron por segundos eternos, hasta que los generadores arrancaron con un rugido.

En planta, los residentes corrieron con linternas como luciérnagas frenéticas.

En el hospital, la tecnología tembló. Pero no la Medicina.

Las manos volvieron a palpar sin pantallas. Las pupilas se entrenaron a distinguir cianosis a la antigua.

Una internista veterana improvisó una consulta en la terraza, con una lámpara solar y un fonendo.

—Los protocolos sirven, pero los principios salvan —dijo—.

Afuera, la ciudad era sombra. Dentro, se respiraba otra luz: la de lo esencial.

Las conversaciones sustituyeron a los teléfonos. Las familias se escucharon de verdad.

Un paciente terminal pidió que no encendieran los focos cuando volviera la corriente.

—Así puedo ver las estrellas —susurró.

12 horas duró el apagón.

Volvió la electricidad. Pero algo había cambiado.

En el comité clínico, propusieron reducir el consumo energético estructural y rediseñar los turnos con menos dependencia digital.

Plantaron árboles donde antes había pantallas.

Devolvieron al hospital su humanidad.

Y cada 28 de Abril, a las 12:33 h, apagan las luces durante un minuto.

Para recordar que la Medicina Interna nunca depende del voltaje.

#2312 - Microrrelato

Código Verde

Fernando Sánchez Reche

Hospital Universitario Mútua de Terrassa, Terrassa, España

Microrrelato

—¿Sabe por qué ingresa, señora Carmen?
—Sí, doctor. Por mi corazón. Pero también por el suyo.

El residente sonrió, sin entender del todo.

Una hora después, encontró en su historial que Carmen había donado su jardín a la residencia de mayores.

Había renunciado al coche, y plantado árboles con su nieto cada domingo.

Ahora, en la planta de Medicina Interna, tejía bolsas reutilizables para las farmacias del barrio.

“No es sólo una paciente”, escribió el médico en la hoja de evolución.
“Es el tratamiento que todos necesitamos.”

#2313 - Microrrelato

Una Noche De Guardia.

Cristina García-Domínguez

Hospital Universitario Royo Villanova, Zaragoza, España

Microrrelato

La noche avanza despacio, con un silencio incierto que ya considero habitual en una planta de hospital. Desde mi cama, escucho el zumbido rítmico de las máquinas y las respiraciones acompañadas de quienes, como yo, esperamos al amanecer.

De pronto, un sonido distinto —más agudo, urgente— rasga la calma. Mi compañero de habitación comienza a revolverse. Su respiración se torna un hilo fino, quebradizo. En segundos, la puerta se abre y entra el equipo de guardia: batas blancas, y voces en busca de serenidad que intentan ordenar el caos.

Puedo verles de cerca, tan humanos como nosotros. Sus manos tiemblan, pero su mirada sigue firme. No ocultan la tensión; la cubren con palabras honestas: “Tranquilo, estamos con usted… respire conmigo.” A su alrededor, todo se vuelve movimiento: medicación, cables, decisiones rápidas, esperanzas que se mezclan con miedo.

Yo observo en silencio, y escucho. Pienso que, en aquel espacio donde la fragilidad se hace visible, ellos son el sostén que mantiene la vida en equilibrio. Que su calma es prestada, pero su entrega, infinita.

Cuando todo termina, mi compañero se ha estabilizado. El médico más joven se queda un instante mirando el monitor, en silencio. Creo que en Medicina Interna se reciclan los sentimientos más dispares: el miedo se vuelve fuerza, el dolor enseñanza, la soledad gratitud. Quisiera decirle tanto… Pero comparto el nuevo silencio, aún de duración desconocida.

Tal vez sanar también es eso:
conservar lo que cura, cuidar lo que nos cuida.

#2314 - Microrrelato

Sweet Home Alabama!

Lucía Adeva Contreras

CHUAC, A Coruña, España

Microrrelato

Sweet home Alabama! Suena el busca y acudo a lo que parece un campo de batalla lleno de enfermeras rebosantes de recados y apurando los últimos tiaprizales. Pasaron las horas necesarias para que a los hipnóticos pautados a media tarde se les haya negado el pase a los pétreos hígados de los pacientes con peores hábitos, iniciándose una oleada de bullicio de difícil contención.

Alveolos burbujeando, flemas atascando las autovías respiratorias, vejigas paralizadas rebosantes, y los aullidos de los agitados que se propagan como una epidemia, en una esquizofrenia digna de noche lunática. Con una visión panorámica desde el control, pienso que reproducen un ritmo Allegro perfecto, a 120, una perfecta fibrilación auricular...

El 655 está inquieto! Desde la puerta observo como su sangre literalmente le hierve de nuestro empeño de perforar sus vías con nuestro cometido de curarle. Aunque no vaya a curarse.

El 672 tiene dolor torácico! El carácter gallego hace totalmente imposible diferenciar una angina de pecho de una fisura en los ligamentos intercostales a causa de los gritos de la noche previa.

Al 620 le falta la pastilla de casa! Un individuo que es en sí mismo un tratado de farmacología andante me mira fijamente esperando que sepa cuál es la pastilla rosa pequeñita.

No hay inhibidor que pueda frenar mi bomba de protones ahora mismo.

Una paciente me pregunta desde la cama qué hago aquí, y me pregunto si tiene un confusional o está totalmente cuerda y la confundida en este delirio soy yo.

#2315 - Microrrelato

Pase De Guardia.

Cristina García-Domínguez

Hospital Universitario Royo Villanova, Zaragoza, España

Microrrelato

A las ocho de la mañana, el hospital huele a café recalentado y a descanso aplazado.

La guardia termina, pero mi cuerpo late en su propio tempo.

Miro la hoja del parte, las notas apresuradas de la madrugada, los nombres que aprendí a pronunciar con respeto. Cada número en el monitor tiene detrás una historia que me envuelve y me desplaza a kilómetros del despacho.

Durante la noche ha habido momentos de calma y pasillos en penumbra, pero también otros en los que el tiempo se dilató, porque albergaba algo digno de espacio.

Mis ojos se posan de nuevo sobre una habitación, una cama, un nombre.

El paciente se apagó despacio, con esa serenidad con que la vida decide marcharse, avisando de ello, conociendo su destino.

No hay familia a la cual avisar.

A veces ocurre.

Nos convertimos en su último hogar, en un horizonte que no se disipa del todo.

Me exijo a aceptar el límite y seguir presente, preservar su dignidad, garantizar su confort. En esos minutos, cuidar y acompañar es la única terapia posible, y sin embargo no por eso resulta más sencillo.

Llegan los primeros compañeros.

El sol entra por las ventanas y tiñe de oro las paredes cansadas.

La ciudad despierta.

¿Quién tomará ahora mi relevo? ¿Qué historias heredará?

La responsabilidad no se apaga al entregar el parte, cambia de manos y la confianza se deposita.

"Buenos días Juan! Te invito a un café, pero no recalentado".