

AQUILINO POLAINO y ÁLVARO SÁNCHEZ LEÓN

TODOS SOMOS FRÁGILES

**(TAMBIÉN LOS)
PSIQUIATRAS)**

**UNA
CONVERSACIÓN
SOBRE SALUD
MENTAL**



Aquilino Polaino-Lorente

Álvaro Sánchez León

Todos somos frágiles (también los psiquiatras)

Una conversación sobre salud mental



© El autor y Ediciones Encuentro S.A., Madrid 2024

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Colección Nuevo Ensayo, nº 124

Fotocomposición: Encuentro-Madrid

Impresión: Cofás-Madrid

ISBN: 978-84-1339-173-1

Depósito Legal: M-44-2024

Printed in Spain

Para cualquier información sobre las obras publicadas o en programa
y para propuestas de nuevas publicaciones, dirigirse a:

Redacción de Ediciones Encuentro

Conde de Aranda 20, bajo B - 28001 Madrid - Tel. 915322607

www.edicionesencuentro.com

ÍNDICE

TIMBRE	7
AQUILINO POLAINO-LORENTE	11
CONVERSACIÓN	15
EPÍLOGO O CARTA DE DESPEDIDA A LOS LECTORES	101

TIMBRE

Madrid. Navidad 2022-2023. Cielo gris con luces palpitantes. Calle Velázquez. Hemos venido a pintar un retrato realista de un psiquiatra midiendo la luz de los ojos y las palabras. La vida que ha pasado, los horizontes que se esperan y el pensamiento verbalizado que se ensambla con sabiduría.

En este enclave sereno del barrio de Salamanca donde el pintor barroco expande su apellido, se ubica la consulta del doctor Aquilino Polaino-Lorente. La última. Aquí acaba de colgar su bata después de cuarenta y cinco años de medicina y salud mental. Centenares de pacientes, historias clínicas, historias duras, historias felices, historias incompletas, historias con histeria, historias sin alma, historias con alas, historias de su historia personal y profesional e historia de la psiquiatría contemporánea.

Timbre mañanero. Cuatro días de conversación a pinceladas, buscando un esbozo interior, un paisaje exterior, un balance sin academias y un revulsivo. Aquí, una luz. Aquí, unas sombras. El claroscuro de la vida.

Velázquez. Hemos venido a pintar con letras hondas una tabla sin prejuicios. ¿Qué bulle dentro de un psiquiatra que se jubila después de nueve lustros dando lustre a miles de biografías? ¿Qué ha cuajado en el ambiente de esta consulta sin diván? ¿Qué brillo queda en los ojos de quien ha escuchado tantos dramas sincopados? ¿Es posible confiar en los seres humanos después de sobrevivir a tantas heridas, de tropezar con la misma piedra, de huir hacia adelante, de oscurecer el paraíso? ¿La felicidad es la gran utopía? ¿Nos curamos de las inmundicias? ¿Hay luz al final del hoyo? Porque todos somos frágiles, también los psiquiatras.

Decenas de preguntas al óleo. Yo quiero pintar la estampa de *Inocencio X* —pinceladas sueltas, rojo-sangre, rojo-pasión, rojo-ira, rojo-fuego, rojo-prohibido, rojo-vida— sin perder de vista *El aguador de Sevilla*. Velázquez. Pero quizá hayamos terminado en el epicentro de *La fragua de Vulcano*. Mitos, dioses, humanos, verdades, mentiras, cuerpos, almas, miradas, interrogaciones, paños sagrados, paños menores, metales fríos, hierros incandescentes, golpes, dudas, sorpresas, resplandores, fuego, Apolo, mujeres de Venus y hombres de Marte.

Hace calor de hogar en esta conversación de lo general, lo particular, lo pedestre y lo divino. Crepita la fragua entre preguntas buscando aquilatar la esencia sin barroco de estos años de psiquiatría.

Todas las veces que habrá sonado este timbre por primera vez. Un dolor. Un bajón. Una depresión. Un suicida superviviente. Una luz apagada. Una toalla arrojada y sucia. Una

despensa vacía. Unos tacones planos. Una mirada muerta. Una arteria mustia. Un reloj parado. Una ventana sin vistas. Un pájaro enjaulado. Una flor seca. Un cielo sin azules. Unas lágrimas en catarata. Una respiración entrecortada. Un ramo de espinas. Una taquicardia sistémica. Un cuadro sin aire. Una desgana de vivir. Un sinsabor ambiental.

Y todas las veces que se habrá cerrado la puerta por fuera. Un *reset*. Una ilusión tintineante. Un volver a empezar. Una resurrección casera. Un miedo a volver a caer. Un rostro que resurge tras el llanto. Una esperanza. Un Pantone de posibilidades. Una orquesta de intenciones. Un barco que se aleja del muelle. Un muelle en el corazón. Una sonrisa revolucionaria después del Guernica. Un partido a partido. Una brisa de paz. Un gol. Una portada de campeones.

En este medio siglo, por la consulta del Dr. Polaino-Loriente han pasado mujeres y hombres de todas las clases sociales con casi todos los diagnósticos posibles. Primero en Argüelles. Después, en Cuatro Caminos. Y ahora, en esta fragua de Velázquez. Los ricos, que también lloran. Los pobres, que también ríen. No hay fronteras de códigos postales. Depresiones y esquizofrenias. Disforias y ansiedades. Ingresos y *lexatines*. Angustias y desorientación. Obsesiones compulsivas y fanatismos caseros. Psicoanálisis y terapias con cintura. La compleja madeja y la absoluta grandeza de los seres humanos tejen las entretelas de esta conversación paliativa.

El doctor y todos sus achaques. Aquilino y todas sus lecciones aprendidas. Una cocacola. Un cigarro humeante. Una

columna vertebral al borde del desahucio. Luz tenue. Dos sillones orejeros. Más de cien preguntas que podría haber hecho usted, pero que he tenido la suerte de hacer yo.

Silencio. Se escucha.

AQUILINO POLAINO-LORENTE

Siempre ha hecho lo que le da la gana y, normalmente, mirando al sol a la cara.

Breve apunte sobre el entrevistado. Al otro lado de esta conversación está Aquilino Polaino-Lorente, nacido en la sierra de Cazorla en 1945. Donde nace el Guadalquivir. Hijo del médico Pedro Polaino (1910-1982) y de María Lorente (1913-1997). El cuarto de siete hermanos de una familia cristiana, educados todos «en la libertad y la autoexigencia»¹.

Serrano. Andaluz medio suizo. Su enseñanza básica discurre entre un colegio que dirigía un ex guardia civil y los maristas de Jaén. Sobresalientes habituales en su hoja académica. Cursó el preuniversitario en Madrid para poder hacer allí la carrera. La capital española fue su pérdida y su búsqueda. Antes de empezar Medicina se enganchó a la lectura de

¹ Entrevista de Fernando Fernández Rodríguez al Dr. Aquilino Polaino publicada en *Sobre Aquilino Polaino-Lorente. Persona y obra*, Editorial Ideas y Libros Ediciones, AEDOS, cuaderno 29, Madrid 2023.

los clásicos españoles, franceses y alemanes. Después se pegó a las letras de Freud, al psicoanálisis y a la poesía simbólica francesa.

Los poetas malditos le agujerearon el alma. Crisis de fe a los catorce. «La lectura sistemática de las obras completas de Freud suscitó en mí ese estado de conciencia tenebroso y crepuscular entre la duda y la ingenua credulidad, la negación de la vida real y la desesperanza, la abolición de toda certeza y el contumaz enraizamiento de la sospecha». (...) «Mi fe religiosa enflaqueció, se debilitó y casi estuvo a punto de fenecer. Me estaba volviendo raro sin saber por qué»².

En el Madrid de entonces (1962) conoció también a Josemaría Escrivá de Balaguer y volvió a sus orígenes interiores al conocer el Opus Dei. *Camino*. Paso a paso. Compromiso. Dios, trabajo, prestigio profesional, apertura a los demás, visión social.

«Madrid acoge a todo el mundo, sin preguntar de dónde vienes ni a dónde vas»³. A los quince años empezó Medicina en la Universidad Complutense como quien arranca la subida del Everest. Tentaciones de abandonar. Esfuerzo. Superación. Buenos profesores. Talento. Prácticas en el Hospital Clínico de San Carlos. Pacientes. Ilusión por la ginecología.

² Id.

³ Ib.

En 1965 se fue a vivir a Granada y allí terminó la carrera con veintiún años. «Mis años granadinos fueron un sueño maravilloso». Licenciado.

Próxima parada: Sevilla. Adiós a la ginecología. Años de especialidad en Neuropsiquiatría. Residencia. Psiquiatra. Pinitos docentes. Profesor ayudante y profesor adjunto en la Universidad Hispalense. Doctor.

En el curso 1972-1973 obtiene una plaza de profesor adjunto de Psicología Médica en la Facultad de Medicina de Córdoba. Después, se forma en Psicología (Complutense) y Filosofía (Universidad de Navarra).

Psiquiatra, psicólogo y filósofo. Humanista. En sus primeros pasos profesionales conoce a Erich Fromm y a Viktor Frankl. Estancias en Múnich y Viena. Formación en terapia familiar en Filadelfia.

Catedrático de Psicopatología de la Universidad Complutense de Madrid en 1978. Más de setenta libros editados. Cerca de doscientos capítulos en publicaciones de otros autores. Y centenares de artículos en revistas especializadas. Pionero. Impulsor de los conocimientos relacionados con la Psiquiatría Infantil.

Académico correspondiente en las Reales Academias de Medicina de Cádiz, Valencia y Sevilla.

En 1994 sufrió un grave accidente de tráfico, cuya historia relata en primera persona en *Una vida robada a la muerte*. Cincuenta y cuatro años de la mano de la diabetes.

Hasta 2022 ha ejercido la psiquiatría en su consulta privada en Madrid.

La mejor manera de conocer su historia y su legado, su pensamiento y su obra, es leer las 370 páginas de *Sobre Aquilino Polaino-Lorente. Persona y obra*, publicado en julio de 2023 por la Asociación para el Estudio de la Doctrina Social de la Iglesia (AEDOS).

CONVERSACIÓN

¿Cómo afronta un veterano de la psiquiatría este tsunami de patología mental que nos acecha después de la pandemia?

La pandemia ha sido un terremoto para toda la sociedad que ha afectado masivamente a la población. Toda la incertidumbre que se tejió desde el principio en torno al virus y la tensión que ha vivido el Sistema Nacional de Salud han hecho que el sufrimiento humano de muchas personas se haya potenciado de forma tremenda. Hoy estamos pagando esos platos rotos, que ya venían desportillados de antes.

Además del ingente número de muertos de esos días, una cifra difícil de digerir en cualquier sociedad, las consecuencias patológicas de la pandemia han sido numerosas y variadas. Todavía hoy nos estamos haciendo cargo de sus dimensiones.

Ha crecido el índice de preocupación general entre los ciudadanos, y eso se observa claramente en la consulta. La ansiedad, la depresión y el miedo, que venían ascendiendo significativamente antes de la llegada del virus, han explotado

en aspersor. Además, nos hemos distanciado físicamente demasiado entre nosotros por culpa de la pandemia. Como se ve, hemos sido protagonistas de la tormenta perfecta: muchas circunstancias han coincidido para comprometer la debilidad y la fragilidad humana.

Para muchas personas con antecedentes psiquiátricos, la pandemia ha sido un volver a empezar. Para muchas personas sin episodios previos relacionados con la salud mental, el virus ha sido un factor desencadenante de trastornos que todavía estamos intentando saber gestionar.

Hoy tenemos más diagnósticos físicos que nos hablan de problemas psíquicos: náuseas, taquicardias, hiperhidrosis, ataques de frío o de calor... Se acrecienta el número de personas con ansiedad fóbica a salir a la calle y, a la vez, con ansiedad y disgusto porque en sus casas se sienten privados de libertad. Todo esto es mucho más general de lo que nos parece cuando andamos en modo casual por la vida real. La pandemia se nos ha atragantado más de la cuenta, aunque perviva un cierto silencio y la sociedad que refleja la opinión pública pretenda pasar página a toda costa.

Supongo que también han crecido las patologías mentales graves.

Por supuesto. En estos años han crecido las conductas extremas, y eso se refleja en los diagnósticos psiquiátricos. Muchas personas han derivado hacia la paranoia y hacia una desconfianza masiva que refuerzan las teorías de la conspiración. Todo eso se proyecta en la familia y en el trabajo, y



¿Qué bulle dentro de un psiquiatra que se jubila después de 45 años tratando miles de biografías? ¿Qué brillo queda en los ojos de quien ha escuchado tantos dramas? ¿Es posible confiar en los seres humanos después de sobrevivir a tantas heridas? ¿La felicidad es la gran utopía? ¿Las enfermedades mentales se curan? ¿Vivimos en una sociedad tóxica? ¿Estamos condenados a la oscuridad? ¿Hay luz al final del túnel?

Conversar con un psiquiatra de su carrera médica justo después de colgar la bata es sanador. Más de cien preguntas sobre él y sobre cada uno de nosotros: depresión, alegría, soledad, familia, inmadurez, valores, suicidios, vidas con sentido, obsesiones, ilusiones, alcoholismo, medicina, drogas, salud, ataques de pánico, libertad para cambiar, incertidumbres, motivaciones, disforia de género, confianza, sexo sin alma, fe en las personas, emociones desbocadas, inteligencia emocional, muerte y resurrecciones.

Este diálogo entre un médico-catedrático con tono muy divulgador y un periodista especializado en salud está escrito para todos aquellos en busca del sentido de la vida dispuestos a asimilar para siempre que nadie es perfecto y que todos somos frágiles, también los psiquiatras.

TODOS SOMOS FRÁGILES

(TAMBIÉN LOS
PSIQUIATRAS)

Depósito Legal: M-44-2024

ISBN: 978-84-1339-173-1

