

## LO ÚNICO QUE NOS PERTENECE DE VERDAD ES EL AQUÍ Y EL AHORA -ENTREVISTA A RAMÓN BAYÉS

// fecha de publicación 04/02/2009 6:00:00

 [Enviar](#)  [Imprimir](#)

ISSN 1886-1385 © INFOCOP ONLINE 2007

Hoy, 4 de febrero, es el **Día Internacional de las Personas con Cáncer**. Este año *Infocop Online* ha decidido conmemorar esta fecha entrevistando a **Ramón Bayés**, que el pasado 22 de enero fue investido doctor "*Honoris Causa*" en Psicología por la UNED, y es pionero y experto en el área de apoyo psicológico a las personas con cáncer y, en general, ante el sufrimiento y la muerte.

**Ramón Bayés Sopena** es Doctor en Filosofía y Letras (Sección de Psicología) y Diplomado en Psicología Clínica por la Universidad de Barcelona. Desde 1983 ha sido Catedrático de Psicología Básica en la Universidad Autónoma de Barcelona, y en 2002 fue nombrado Profesor Emérito por dicha Universidad. Durante más de cincuenta años, se ha dedicado a diferentes áreas de la Psicología, aunque es una figura de referencia en el área de la Psicología de la Salud, experto en cáncer, SIDA y cuidados paliativos, como demuestran sus más de 700 publicaciones, e *Infocop Online* ha tenido el placer de entrevistarle.



### ENTREVISTA

**En primer lugar, el equipo de *Infocop e Infocop Online* desea darle la más sincera enhorabuena por este merecido reconocimiento. ¿Qué supone para usted este galardón? ¿Cuáles son sus próximos retos?**

Me considero un hombre afortunado pues un doctorado *Honoris Causa* supone la culminación de toda una vida académica. Para mí, además, el título tiene un valor personal añadido, pues me consta que la iniciativa partió de un antiguo alumno. Hace muchos años, cuando todavía no existían estudios de Psicología en el País Vasco, un reducido grupo de vascos, navarros y riojanos vinieron a estudiar Psicología a la Universidad Autónoma de Barcelona y asistieron a mis clases; Francisco Claro, actual decano de la UNED, era uno de ellos. Ha constituido igualmente para mí una íntima satisfacción comprobar la cantidad de colegas, algunos de ellos antiguos alumnos, que se han desplazado desde lugares distantes (Barcelona, Valencia, Sevilla, etc.)

para acompañarme en este día. Para mí, como profesor, este hecho tiene un valor incalculable. Contestando sintéticamente a su primera pregunta: para mí este galardón supone afecto, sentirme valorado y querido. En cuanto a la segunda, cuando hace ocho años, llegó el día de mi jubilación, ya manifesté que yo no me jubilaba, que, en todo caso, trataban de jubilarme pero que, mientras mi salud lo permitiera, no lo conseguirían. Tengo 78 años, me mantengo activo y, en la medida de mis posibilidades, sigo escribiendo, formando parte de grupos de investigación y patronatos, participando en congresos, dando conferencias. Está a punto de salir mi próximo libro con el título **"Vivir. Guía para una jubilación activa"** (Paidós, 2009). Se cuenta que un día, un periodista se acercó a Gandhi y le preguntó: *"Sr. Gandhi, Vd. ya lleva cuarenta años luchando sin descanso, ¿para cuándo unas vacaciones?"*. A lo que Gandhi contestó: *"Yo siempre estoy de vacaciones"*.

**Su curriculum permite hacerse una idea de su brillante carrera; no obstante nos llama la atención el cambio de rumbo que decidió dar a su vida a los 29 años: de perito industrial eléctrico a Doctor *Honoris Causa* en Psicología. ¿Podría ser un ejemplo de la búsqueda de felicidad a la que alude en su discurso de investidura?**

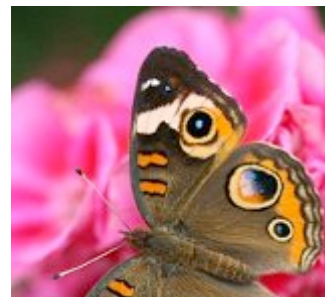
Tal vez. No acababa de gustarme la profesión de perito industrial aún cuando, gracias a ella, tuve la ocasión de viajar por Europa en unos años en los que, para un joven en edad militar, no era fácil conseguir pasaporte y visados para salir del país. Decidirme por la licenciatura en Psicología no fue elección fácil: tenía esposa, dos niños pequeños, una suegra con hemiplejía, poco dinero y cuatro empleos a tiempo parcial, en otras palabras, lo que ahora se llama un triste mileurista Pero, junto con mi compañera Angels – con quién, después de 48 años, aspiramos a conseguir el Guinness de pareja estable - vimos claro que se abría un nuevo horizonte y que teníamos que intentarlo. Posiblemente, fue una decisión arriesgada que proporcionó sentido a nuestras vidas a la par que la posibilidad de alcanzar mayores cotas de plenitud.

**¿Qué es lo que le ha aportado la Psicología a lo largo de su trayectoria personal y profesional?**

Muchísimas cosas: Aprender, adquirir conocimiento; la posibilidad de viajar, de conocer personas, lugares y costumbres muy diversas; trabajar en equipo con profesionales de otras disciplinas, hacer amigos – algunos entrañables, como Alfonso Carlos Comín, Josep Toro, Pilar Arranz, Pilar Barreto o Javier Barbero. Un camino para llevar a cabo un trabajo muy satisfactorio ya que disfruto investigando, dando clases, atendiendo a los estudiantes, tratando de ayudarles como otros profesores antes lo hicieron conmigo. La oportunidad para conocer directamente a personas de gran calado, como Piaget, Skinner, Eysenck, Bijou, Richelle, Yela, Pinillos, Siguán, Ribes, Gracia, Cassell, Callahan, Broggi, Camps, etc. La vida ha sido muy generosa conmigo y yo, en la medida de mis fuerzas y posibilidades, trato de ser generosa con ella.

**Durante muchos años, la Psicología ha intentado ser una especie de "ingeniería del comportamiento", sin embargo, en los últimos años también se está regresando a las emociones. En su opinión, ¿cuáles son los ingredientes para formar buenos psicólogos?**

A mi juicio, el objetivo es claro y doble: intentar formar buenos profesionales y buenas personas. Fomentar el interés de los estudiantes: investigar es divertido; interactuar, satisfactorio; ayudar, reconfortante. Respetar en todo momento al interlocutor, escucharle activamente, mantener las puertas siempre abiertas, tratar de comprenderle en su complejidad, perdonar y perdonarse los errores y



equivocaciones, sin por ello dejar de fijar límites. Trabajar siempre con objetivos bien delimitados y, a la vez, ser flexible; cuando te encuentres con algo nuevo verdaderamente interesante, cambiar de objetivo. Fomentar ilusiones; y en lo posible, vivir en el presente pero con proyección de futuro.



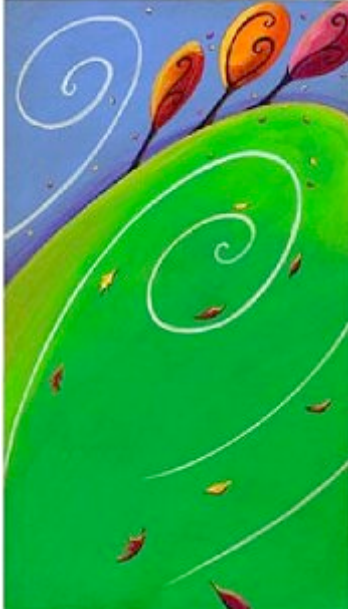
**Según su amplia experiencia, ¿cuáles son los errores que debe evitar un psicólogo en el ejercicio de su profesión en el ámbito de la salud?**

Muchos errores proceden de tomar decisiones sin previamente deliberar suficientemente. Antes de obrar es necesario escuchar activamente, mostrar frente al paciente una actitud hospitalaria, validar su biografía, explorarlo a través del counselling. A veces, no es cuestión de incrementar el tiempo – del cual muchos profesionales sanitarios andan escasos – sino de una sonrisa a tiempo, un apretón en el brazo, una palabra amable, sentarse aunque sea brevemente junto a su cama, mirarle a los ojos amistosamente. Hace algunos años, con una alumna de último curso de licenciatura, llevamos a cabo un trabajo para estudiar el grado de satisfacción de una paciente que había sido ingresada en un hospital universitario tras un embarazo difícil; tuvo una hemorragia, necesidad de intervención quirúrgica y otras complicaciones. Recuerdo que, de los días que estuvo ingresada en el hospital después de dar a luz, lo que valoró más positivamente fue el momento en que le pusieron su hijo sobre el vientre inmediatamente después del parto (9 sobre 10); pero lo segundo mejor valorado, fueron los 10 minutos de compañía que le dedicó espontáneamente una estudiante de auxiliar de enfermería (8 sobre 10), cuando encontrándose aislada en boxes en espera de un quirófano disponible, se sentía abandonada, lejos de los suyos y sin información. En resumen, a mi juicio, se podrían evitar muchos errores en el ámbito de la salud y se podría paliar mejor parte del sufrimiento hospitalario, si los sanitarios, se dedicaran a escuchar más a los pacientes y se quejaran menos de sus propios problemas.

**En su ceremonia de investidura, habla también del "sufrimiento y la felicidad", ¿cuáles son los componentes del sufrimiento? En relación a ellos, ¿cómo podría ayudar un psicólogo a reducir el sufrimiento?, ¿podría también ayudar a conseguir la felicidad?**

En el modelo que elaboramos en 1996, con Pilar Arranz, Pilar Barreto y Javier Barbero a partir de las aportaciones de otros autores, definimos el sufrimiento como la *consecuencia, dinámica y cambiante, de la interacción en contextos específicos, de la percepción de amenaza y la percepción de recursos, moduladas por el estado de ánimo*. El psicólogo dispone de instrumentos para evaluar tanto las preocupaciones (amenazas) como los recursos y los estados de ánimo. Su herramienta prioritaria de intervención clínica es el *counselling*. Con un buen adiestramiento en todos y cada uno de estos elementos no hay duda de que, en muchas ocasiones, se puede ayudar a prevenir o aliviar el sufrimiento de los pacientes y sus familiares. En cuanto a la felicidad, creo que es preciso conseguir que los pacientes - en especial los que padecen enfermedades graves - no caigan en la rumiación de un pasado irrecuperable ni piensen únicamente en lo felices que podrán ser si logran curarse. Lo único que nos pertenece de verdad son el aquí y el ahora. Como dice Compte-Sponville: hay que aprender a "*desear lo que tenemos, lo que hacemos, lo que es, lo que no nos falta*". También los enfermos de cáncer, los de SIDA, los que han recibido un diagnóstico de Alzheimer. La vida, la amistad, el afecto, son un permanente regalo.

**Hoy, 4 de febrero, es el Día Internacional de las Personas con Cáncer. Como experto en el área, ¿cuáles serían las labores más importantes del psicólogo en relación a las diferentes fases por las que puede pasar un enfermo y sus familiares?**



Cada persona es un mundo, cada enfermo de cáncer es distinto a otro en su genética, su fisiología y su biografía. Tal vez uno de los aspectos en los que más puede influir el psicólogo – en realidad todo el equipo – es en la gestión de los numerosos y dilatados tiempos de espera que deberá soportar el paciente a lo largo de su enfermedad: a partir del descubrimiento del primer síntoma, visita al médico, realización de pruebas diagnósticas, envío al especialista, comienzo del tratamiento, secuencia del tratamiento, seguimientos,... Los aspectos psicológicos cobran especial relevancia en algunas de las fases por las que tiene que pasar, en especial, cuando se encuentra en espera del diagnóstico o en la proximidad de unas pruebas de seguimiento. Es asimismo importante la labor del psicólogo en el mantenimiento de la cohesión del equipo asistencial y en la prevención del *burnout*.

**Hasta no hace mucho tiempo, cáncer era sinónimo de muerte. ¿Cómo debe trabajar el psicólogo este aspecto? En ocasiones, la muerte es la realidad que tanto la persona como sus familiares han de aceptar, ¿cómo puede un psicólogo aliviar el sufrimiento ante una realidad tan dura como es el final de la vida?**

Pilar Arranz suele decir que la comunicación en estos casos puede ser difícil pero que la incomunicación lo es mucho más. La muerte, las pérdidas de todo tipo, forman parte de la vida, debemos aprender a aceptarlas y a convivir con ellas. En la proximidad de la muerte, los sanitarios no sólo deben hablar a los pacientes como profesionales sino como personas que comparten su misma condición humana. Nos dice Callahan que no importa que el profesional carezca de respuestas ante el dolor, la injusticia o el sufrimiento; lo relevante es que él sea el interlocutor del paciente y que, en un contexto de sufrimiento, el paciente reciba la ayuda que necesita. Por otra parte, señala el paliativista Enric Benito, las falsas expectativas de curación, mantenidas desde el miedo y con la complicidad de tratamientos fútiles, acaban siempre por derrumbarse. Cuando existe, la ocultación que mantiene al enfermo en la incertidumbre le impide tomar decisiones y ser propietario de su vida hasta el final. Es cierto que todos somos distintos y que puede haber excepciones. Pero las excepciones son esto: excepciones. A las puertas de la muerte lo que se pide, primordialmente al psicólogo y a los demás sanitarios es que, además de aliviar el dolor, sepan permanecer, escuchar, preguntar, compartir, respetar, validar, acompañar.

**El psicólogo es una figura que comienza a ser algo más habitual en ciertas unidades hospitalarias, como son oncología, cuidados paliativos, etc. Sin embargo, el sufrimiento no sólo ocurre en experiencias vitales tan extremas, sino en la vida cotidiana. No puede obviarse que cada vez más gente presenta problemas psicológicos como ansiedad, estrés, depresión; de hecho entre el 30% y el 60% de los pacientes que acuden a Atención Primaria lo hacen por esta razón. Ante esta realidad el gobierno británico ha iniciado un plan pionero – *Improving Access to Psychological Therapies Programme* – que supone un cambio radical del modelo sanitario, puesto que prevé la incorporación**

**de 3.600 psicólogos en tres años a la Atención Primaria para dar respuesta a la demanda. ¿Qué opina a este respecto? ¿Cree que el sistema sanitario español podría beneficiarse de la implantación de un plan similar?**

Desgraciadamente, no conozco el plan del que me habla y, por tanto, no puedo opinar sobre el mismo. La falta de psicólogos de la salud tanto en los hospitales como en los departamentos de prevención de accidentes, tanto en el ámbito laboral como en tráfico es notoria y debería ser corregida con urgencia. Sin embargo, estimo que también tendríamos que preguntarnos si los licenciados que salen de nuestras Facultades e incluso los mismos PIR están adecuadamente preparados para afrontar el tema del envejecimiento y de aproximación a la muerte *¿Existe suficiente formación en nuestras Facultades, suficientes prácticas supervisadas, suficiente dominio de las técnicas de counselling, suficiente comprensión de lo que es una persona, de lo que comporta una pérdida, de lo inevitable y natural de la muerte?*

**¿Cuáles son los principales obstáculos que, según su opinión, dificultan el progreso de la Psicología y el reconocimiento del papel del psicólogo en nuestro país?**

La inercia. Desgraciadamente, los cambios de actitud en una sociedad no son cuestión de años sino de décadas, de generaciones. Existe todavía un claro divorcio entre algunos de los valores que se imparten en la Universidad, los intereses de otros profesionales y las necesidades de la sociedad real. El cambio se está produciendo, existe; aunque, no nos engañemos, lo que precisa la sociedad son psicólogos de alta calidad que sepan evaluar, afrontar y aliviar el sufrimiento, y contribuir a la felicidad de las personas. En este caso, cuando esto se consigue, no tengo duda alguna: el papel del psicólogo es altamente reconocido y valorado.



**Para finalizar, ¿le gustaría añadir algo más?**

Sólo repetir que me siento afortunado por haber seguido un camino – el de profesor universitario - que me ha permitido dar sentido a mi vida, disfrutar y seguir disfrutando con mi trabajo sin interrupción. Cuando trataron de jubilarme, de ello hace ya ocho años, y me vi obligado a pronunciar un discurso de despedida en la cena que me ofrecieron los compañeros señalé que me gustaría que los años de trabajo que me quedasen fueran como el largo crepúsculo que se vive, durante el solsticio de verano, en los países del Norte de Europa: largo y suave. Y así ha sido hasta el momento. También recuerdo que cité unos versos de Ángel González, uno de mis poetas preferidos, que sigo considerando vigentes y que ahora desearía recordar:

***El brillo del crepúsculo  
llamarada del día,  
que proclama que el día ha terminado  
cuando aún es de día.***

## Sobre Ramón Bayés

### Bibliografía de Ramón Bayés

#### Artículos Relacionados

- [SOBRE LA FELICIDAD Y EL SUFRIMIENTO](#)
- [RAMÓN BAYÉS Y HELIO CARPINTERO, DOCTORES "HONORIS CAUSA" POR LA UNED](#)
- [HABILIDADES EMOCIONALES Y DE COMUNICACIÓN, ASPECTOS CENTRALES EN LA INTERVENCIÓN AL FINAL DE LA VIDA Y EL DUELO](#)
- [INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL SUFRIMIENTO AL FINAL DE LA VIDA Y EN LA ELABORACIÓN DEL DUELO](#)
- [HOY SE CELEBRA EL DÍA MUDIAL DE LOS CUIDADOS PALIATIVOS – LA IMPORTANCIA DE LA ATENCIÓN PSICOLÓGICA AL FINAL DE LA VIDA Y EL DUELO](#)
- [EL DUELO Y LA MUERTE](#)
- [LA SALUD MENTAL ESTÁ DESATENDIDA EN ESPAÑA](#)
- [EL RELOJ EMOCIONAL](#)
- [INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN CUIDADOS PALIATIVOS - RAMÓN BAYÉS](#)
- [LA INVERSIÓN EN SALUD MENTAL EN ESPAÑA ES MUCHO MENOR QUE EN OTROS PAÍSES SIMILARES - ENTREVISTA A GUALBERTO BUELA-CASAL, REPRESENTANTE DE LA AEPC](#)
- ["UNA SOCIEDAD MADURA DEMANDA LA PRESENCIA DE LOS PSICÓLOGOS/AS EN ATENCIÓN PRIMARIA" – ENTREVISTA A JUAN I. CAPAFONS, PRESIDENTE DE LA SEPCYS](#)
- [LOS PROFESIONALES DE LA PSICOLOGÍA, PIEZA NECESARIA Y FUNDAMENTAL EN ATENCIÓN PRIMARIA – ENTREVISTA A ANTONIO CANO VINDEL, PRESIDENTE DE LA SEAS](#)
- [EL SUBDESARROLLO DE LA ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN LA SALUD MENTAL EN ESPAÑA](#)
- [LA SALUD MENTAL ESPAÑOLA EN EL PUNTO DE MIRA](#)
- [EL PSICÓLOGO EN EL ÁMBITO HOSPITALARIO](#)
- ["LA SOCIEDAD DEMANDA UNA PSICOLOGÍA DE LA SALUD EN LA SANIDAD PÚBLICA" – DEBATE EN TORNO AL CARÁCTER SANITARIO DE LA PSICOLOGÍA EN REDACCIÓN MÉDICA](#)

---

05/02/2009