

VALENTÍN  
FUSTER  
JOSÉ LUIS  
SAMPEDRO  
con OLGA LUCAS



LA CIENCIA  
Y LA VIDA

DEBOLSILLO

Valentín Fuster  
José Luis Sampedro  
con Olga Lucas

La ciencia y la vida

SÍGUENOS EN  
**megustaleer**



@Ebooks



@megustaleer



@megustaleer

| Penguin  
Random House  
Grupo Editorial |

## Agradecimientos

Como casi todos los libros, éste también es deudor de muchas personas y circunstancias imposibles de enumerar.

Destacamos únicamente a don Jaime Sebastián, director del parador de Cardona, y a todas las personas, desde las recepcionistas hasta las camareras, que hicieron grata nuestra estancia y fácil nuestro trabajo.

Asimismo agradecemos muy especialmente la inestimable colaboración de Amaya Delgado.

# INTRODUCCIÓN

## Diálogos en Cardona

El 19 de abril de 2007, el doctor Valentín Fuster era investido doctor *honoris causa* por la Universidad Complutense de Madrid.

A la misma hora, en el Círculo de Lectores también de Madrid, José Luis Sampedro recibía un homenaje organizado por la editorial Random House Mondadori con motivo de su noventa cumpleaños.

Al recibir las invitaciones respectivas, ambos lamentaron no poder asistir al evento del otro, pero como el homenaje a Sampedro se alargó más de lo previsto, el doctor Fuster logró colgar el birrete y llegar a tiempo para felicitar a José Luis Sampedro y escuchar su respuesta.

Todos los asistentes al acto quedaron hondamente impresionados por ese intercambio de palabras.

¿Por qué? ¿Porque son amigos y se quieren? Sí. ¿Porque son sabios? También. ¿Por algo más? Sin duda. En aquella sala repleta de admiradores, discípulos, colaboradores y familiares de JLS, muchos habían tomado la palabra para manifestar su cariño y respeto al homenajeado. Todos ellos quieren, y la mayoría conocen, a José Luis Sampedro tanto o más que el doctor Fuster; no pocos son también figuras relevantes en su campo; algunos nos habían hecho reír, otros nos emocionaron, nos refrescaron la memoria, pero ese silencio de respiración contenida de los buenos conciertos, esa atmósfera especial que a todos nos marcó, se produjo cuando Valentín Fuster tomó la palabra. ¿Cuál era el secreto? En mi opinión que los asuntos de «vida o muerte» siempre dejan su

huella y el encuentro entre una persona que años atrás superó un momento crítico y el médico que lo atendió suele estar cargado de una emotividad y un sentimiento de amistad distinta de cualquier otra.

Ignoro si los editores tuvieron en cuenta el dato, si recordaron el libro que José Luis Sampedro escribió con motivo de su estancia en el hospital Monte Sinaí de Nueva York donde conoció a Valentín Fuster, o si simplemente quedaron deslumbrados, pero algo quedó claro: querían más. ¡Que se sienten, que sigan hablando, hagamos un libro! Se iban animando unos a otros y, finalmente, surgió la propuesta concreta: que Valentín Fuster y José Luis Sampedro se sienten a hablar en presencia de Olga Lucas para que ella nos describa y nos transmita lo oído, vivido y percibido.

Que hablen de la salud, de la enfermedad, de la vida y la muerte, del ser humano como ser biológico y como ser social, del mundo en el que vivimos, de lo que quieran y sepan, pero que hablen. Queremos seguir escuchándoles, queremos aprender, emocionarnos, imbuirnos de esa atmósfera especial que se crea en torno a ellos.

Nos contagiaron su entusiasmo: se consultaron agendas, se barajaron fechas y lugares y, finalmente, en los primeros días de agosto de 2007, Valentín Fuster y José Luis Sampedro se reunieron en el castillo de Cardona para charlar y «hacer un libro».

El sentido de estas líneas preliminares, además de contarles la génesis de este libro, debería ser la presentación de los autores. Tarea fácil y difícil a partes iguales. Fácil porque al tratarse de dos personas sobradamente conocidas no es necesario pasar horas navegando en internet ni consultar las hemerotecas en busca de documentación acerca de ellos.

Difícil porque ¿qué les digo que no sepan ya? La interminable enumeración de cargos, méritos, distinciones y publicaciones pasadas y presentes o la reiteración de las no pocas entrevistas concedidas a los medios sería absurda, pues la mayoría de ustedes han decidido leer este libro precisamente porque saben quiénes están hablando, porque les conocen, admiran y desean «oírles» a través de estas páginas.

A cambio, les desvelaré un poco la trastienda: cómo les he visto en la distancia corta, qué me han parecido, cómo creo yo que son, qué les une, en qué se parecen, en qué coinciden y en qué disienten.

Si tuviera que elegir una única palabra para definir a Valentín Fuster, a José Luis Sampedro y a sus conversaciones, elegiría «sabiduría». Son sabios porque ambos persiguen la sabiduría, conscientes de no alcanzarla. Si se me permitiera una segunda palabra, pondría «bondad» en el sentido machadiano del término. Son buenos porque ambos viven con responsabilidad su profesión y su lugar en la sociedad, ambos tienen el sentido del deber humano como contrapartida al derecho humano, es decir, distinguen entre derechos, deberes y valores humanos. Estas dos cualidades engloban a las demás: son reflexivos, observadores y entregados, amantes de la vida, apasionados por el ser humano y el fenómeno social, por la búsqueda de soluciones a los males que nos aquejan. Son humanos y humanistas: con la misma humanidad y entrega que el doctor Fuster atiende a sus pacientes, trataba José Luis Sampedro a sus alumnos. Y puesto que la palabra «vividor» ha adquirido unas connotaciones injustamente negativas, diré que son vitalistas.

Tal vez alguien eche en falta el adjetivo «humilde». Sí, lo son, pero después de haberlos descrito como sabios, hablar



de su humildad sería una redundancia. ¿Acaso puede alguien concebir a un sabio petulante, arrogante, sentando cátedra en posesión de la verdad? No es el caso, les aseguro.

Son sabios, se quieren, se respetan y se admiran hasta el punto de sentirse honrados por trabajar juntos en este proyecto, deseosos de contribuir a un mundo mejor. Comparten la creencia de que será imposible conseguirlo sin la educación, la cultura y la transmisión del saber. A lo largo de estas páginas ya irán ustedes descubriendo hasta qué punto se sienten obligados con la sociedad. Y a lo largo de estas páginas descubrirán también las diferencias de enfoque.

El médico e investigador trata con personas, con individuos uno a uno, realiza estudios, ensayos y proyectos con grupos o comunidades reducidas; el economista y escritor estudioso de lo social reflexiona y trabaja con datos globales.

Parece más fácil ser optimista al tratar personas individualmente. Más de una vez se oyen exclamaciones como ésta: «¡Pero si hay mucha gente buena, más de la que creemos, lo que pasa es que no son noticia!». Pero cuando se escucha el telediario, se leen los periódicos o se asoma una a las estadísticas, el mundo y sus gobernantes parecen mucho peor.

De ahí la importancia de este libro: sus autores nos ofrecen visiones complementarias sobre la salud del individuo inserto en la sociedad actual.

Que ustedes disfruten y aprendan leyéndolos, tanto o más que yo escuchándolos y redactando el texto final.

OLGA LUCAS

## La hierba crece de noche

*Al fin, Valentín Fuster y José Luis Sampedro consiguen encontrarse. Intercambian saludos, las preguntas y respuestas de rigor «cómo estás, qué tal te encuentras, te veo muy bien, la familia, bien, gracias, todos estupendamente» y sin perder más tiempo se sientan a trabajar con la seriedad que les caracteriza.*

*Yo diría que es algo más que seriedad. Es también la tensión del reto intelectual. Este proyecto les ilusiona, no cabe duda, pero cada uno de ellos tiene al otro en tan alta estima, se valoran tanto mutuamente que ambos dejan traslucir la inquietud de «estar a la altura». Tensión que se disipa en cuanto dejan de dar rodeos y entran en materia.*

## PARA DIALOGAR, PARAR

—Tú estás al comando, José Luis —rompe el fuego el doctor.

—Es lo que se dice hacer de telonero; pues bien, lo hago con mucho gusto. Empezaré por referirme al lugar porque creo que tiene cierto significado simbólico. Además, antes de nuestro diálogo, es imprescindible parar, librarnos de afares cotidianos, de la vorágine que nos aturde.

Para ello nos hemos acogido al parador de Cardona, en la antigua Marca Hispánica de Carlomagno, monumento secular, una gran construcción medieval que fue palacio, fortaleza y monasterio a un tiempo: los tres poderes máximos. Los tres

se desvanecieron aquí. Ahora el parador acoge el poder de la palabra con la firmeza de sus murallas y el espíritu de su iglesia milenaria. Hemos admirado esa colegiata, su bóveda sobre recias pilastras que el arte románico lombardo logró levantar hacia la altura infundiendo serenidad al impulso y solidez al silencio.

Cualquiera que sea su historia, hoy es esencialmente un ejemplo extraordinario de estabilidad, de permanencia, de armonía. Por eso me parece que es lugar adecuado para nuestros fines. Instalados en un recinto que, pese a sus orígenes como templo de poder político y militar, introduce hoy el germen de la serenidad, tan necesario para la reflexión.

Sí, el valor simbólico de Cardona nos ayudará a pensar mejor sobre un tiempo que, creo, a los dos nos parece inquieto, agitado, crispado, retorcido... Por lo que a mí respecta, al menos, me encuentro profundamente alarmado y descontento con el mundo en que vivo. Y lo estoy no tanto por lo que a mí me afecte, porque yo en mi vida no tengo mucha queja. Pero tengo un nieto, como otros tienen sus hijos y nietos; todos tenemos una generación que nos sucede. Me pregunto hacia dónde va esa generación, qué va a ser de ella. Y me pregunto también: ¿qué estamos haciendo?

Ahora, si me permites, antes de terminar, cederte la palabra y oírte, quiero decir que me hace mucha ilusión colaborar contigo en este proyecto. Te lo digo con toda franqueza. No hace falta explicar las razones, desde que nos conocemos ha funcionado eso que llaman «la química». Yo te debo el estar vivo todavía. En un momento dado fuiste decisivo en mi vida. Luego, además, hemos coincidido en muchas cosas, de modo que esta oportunidad es en cualquier caso una suerte.

Es una gran fortuna para mí el poder reflexionar contigo sobre estos temas.

En lo que tú cultivas soy un ignorante. De lo que yo podría saber un poco más que tú, por haberme dedicado más a ello, es en la organización social, el sistema de vida que tenemos. Con eso, repito, estoy descontento. No sé qué piensas tú.

—Bueno, ante todo para mí es un honor que hayas tenido la delicadeza, el riesgo de intentar escribir un libro conmigo. Por otra parte, sí, efectivamente, tú y yo tenemos una química, nos entendemos muy bien, nos entendimos desde el momento en que nos conocimos. Seguramente por eso coincidí contigo en que es interesante hablar aquí, en este lugar que acabas de describir y también con tu expresión «para dialogar, parar».

Como bien sabes, se nos ofreció hacerlo en Madrid y cuando yo me lo planteé, vi claro que en una ciudad que ha crecido enormemente, no me encontraría sereno. Pese al aprecio que tengo por Madrid, allí echaría en falta la serenidad de este ambiente. Elegimos este parador para que los dos estuviéramos relajados. Y bueno, pues aquí estamos. Tus palabras al respecto me tranquilizan porque yo, como hijo adoptivo de Cardona, de sobra conocía las ventajas de su entorno, pero tú no. Me alegra constatar la coincidencia.

¿Qué puedo aportar yo? ¿Cuál es mi fuerte? La observación, como médico, de la tragedia e incertidumbre humana. Y la observación de la biología humana, como investigador.

A lo largo de estos treinta y cinco años dedicados a la profesión, he sido un observador de lo que yo llamaría la incertidumbre, la tragedia manifestada por la enfermedad, la incertidumbre que la enfermedad trae consigo. He podido obser-

var todo tipo de gente de todas las culturas, he trabajado en distintas instituciones y básicamente he llegado a elaborar una especie de filosofía personal con respecto a la personalidad de los que andamos en este mundo. Mi filosofía es el resultado de una combinación entre Aristóteles y Platón.

Es decir, por una parte soy muy pragmático y me gusta la acción. La acción que tenga una motivación, una especificidad, un objetivo: éste sería mi lado aristotélico. Por otra parte, creo mucho en lo que podríamos definir alma humana, espíritu, humanismo; eso es lo que llamo mi parte platónica y a esa parte le doy mucha importancia.

En consecuencia, y a modo de introducción, te diré que para mí la salud es precisamente un estado de equilibrio corporal y emocional, pero de esto hablaremos luego con más detalle.

—Me parece muy bien, comparto muchas cosas que acabas de decir, pero quisiera apostillar otras.

Me encuentro con la suerte de poder cambiar impresiones con alguien que sabe mucho de lo que yo no sé nada: el hecho de la salud, definido por ti como el equilibrio de la persona y sus actividades. Yo me veo menos eficiente, soy un poco más contemplativo, menos de acción que tu «yo aristotélico», pero eso es secundario, no entra en la cuestión.

## EL INFARTO SOCIAL

—Como introducción —continúa Sampedro— voy a proponerte una imagen atrevida que no sé si compartirás o no. Verás, cuando yo leía en tu libro la descripción del infarto, tus advertencias y explicaciones elementales acerca de los

síntomas, para aprender a distinguir cuándo una persona debe acudir o no al hospital, yo, en paralelo, pensaba que desde el punto de vista social también estamos al borde del infarto. Veo la sociedad a punto de infartar. No sé si te parecerá muy osado por mi parte hablar de «infarto social», pero deja que te explique.

Vaya por delante que cuando hablo de sociedad no estoy hablando de la humanidad, estoy hablando del sistema de vida occidental porque, claro, el ochenta por ciento de la humanidad es otra cosa, algo que no deberíamos, y sin embargo solemos, olvidar porque los occidentales padecemos de un egocentrismo terrible.

Estableciendo un paralelismo entre lo que sucede en lo individual y lo que sucede en lo social, yo diría que la sociedad está en grave riesgo de infarto.

Para no ser demasiado técnicos, tomemos como ejemplo el automóvil: los atascos que sufrimos pueden parecerse a los atascos que se producen en el sistema circulatorio. Comparo la imagen de las arterias y el colesterol adherido a sus paredes con muchas calles urbanas de Madrid, o de donde quieras, y me encuentro que en las aceras, que vendrían a ser las paredes de la calle, está todo ocupado por lo que serían las moléculas de colesterol, los coches. Es decir, las calles y carreteras se atascan igual que las arterias y el sistema circulatorio.

Otro ejemplo podrían ser los apagones en las grandes ciudades. Recientemente en Barcelona, el año pasado en Madrid y en otras ocasiones fuera de España, Milán, Nueva York y otras. Pues ésa es otra circulación que se atasca porque la demanda de consumo crece más rápidamente que los cables o circuitos por los que debe fluir. Se dice: no, ha sido un acci-