

# COMENTARIO

## CONSIDERACIONES SOBRE LA FATIGA

UNO DE LOS problemas que más a menudo se plantean al Médico general y al especialista en enfermedades nerviosas y mentales, es el de la fatiga. Acompañante habitual de todos los estados patológicos por los que atraviesa un organismo, debe ser tomado en cuenta por el clínico, quien sabe que habitualmente sigue las vicisitudes de una enfermedad. Pero en forma independiente, se tiene a menudo la consulta de hombres y mujeres sanos cuya única queja es precisamente: la fatiga.

Un correcto interrogatorio, una minuciosa exploración física y múltiples exámenes complementarios, no manifiestan a menudo la causa de estos estados de fatiga *sine materia*.

Muchos autores se han ocupado del tema y llegan habitualmente a la conclusión de que estos síndromes acompañan a menudo a estados depresivos, de los cuales la ascendencia psiquiátrica es franca.

Mas los enfermos no lo entienden así y muchos de ellos se niegan a ser considerados enfermos mentales y por tanto a consultar al psiquiatra. Es en ellos en los cuales el internista debe actuar como psicoterapeuta con una actitud compasiva para la enfermedad y el enfermo.

Probablemente la causa más frecuente de la fatiga psíquica sea la de estar ocupado en tarea no acorde a nuestro sentido vocacional. Aquel que iguala la vocación con el trabajo, pocas veces se sentirá fatigado mentalmente. Claro está que si su labor es fatigosa terminará cansado, mas al mismo tiempo contento de la actividad desplegada. El reposo lo repondrá ostensiblemente de su queja. En cambio el que trabaja en lo que no es afín a su temperamento o aun más, en lo que le es odioso,

seguramente presentará, muchas veces por mecanismo inconsciente, un síndrome de fatiga.

¿Qué madre se siente fatigada mentalmente al final de la jornada diaria por atender a sus hijos? Probablemente ninguna, porque casi todas las mujeres tienen la excelsa vocación materna muy arraigada; habrá, claro está, fatiga muscular, fatiga física, que como decíamos anteriormente, se curará en plenitud con el sueño y el descanso nocturno. Al día siguiente empezará llena de placer su jornada. El investigador, el ingeniero, el médico y el abogado, el artista y el maestro, el militar y el sacerdote, no sufrirán síndrome de fatiga crónica, si tienen vocación y aptitud suficiente para el cargo que han elegido. En cambio metidos a políticos, a negociantes, a ejecutivos; pronto encontrarán ese desgano de quien no ha nacido para semejante actividad.

Muchas consideraciones podemos hacer sobre la fatiga, que es por desgracia uno de los males del siglo, y que va asociada siempre a perturbaciones mentales, ostensibles u ocultas, que el médico general debe saber explorar para poderlas resolver. Un entrenamiento firme sobre cuestiones psicosomáticas y una paciencia sin límites para escuchar el quejoso, son requisitos indispensables para el éxito en el tratamiento de uno de los síndromes que nuestra civilización provoca.