

El doctor Esteban predica con el ejemplo

El jefe de Oncología del HUCA se mueve en bicicleta por Oviedo: “Una ciudad menos contaminada también es salud”

Carlos LAMUÑO
El jefe de Oncología del HUCA se mueve a pedales por Oviedo. Lo hace en su bicicleta vintage, de casa al hospital y del hospital a casa, tratando de evitar las cuevas más agresivas. “Luchamos por tener la ciudad más limpia de Europa, pero tenemos que pelear por tener la menos contaminada, eso también es salud”. El doctor Emilio Esteban (Mieres, 1959) aguarda paciente tras una hilera de coches a que el último semáforo de Marqués de Santa Cruz se ponga en verde. Se deja llevar por la pendiente, gira a la izquierda en Uría y, pedaleando, entra en el paseo de los Álamos hasta llegar al Escorialín. Se baja sin dificultad de la bicicleta y se retira de la pernera del pantalón de traje una cinta reflectante. “Imagínate todo esto sin coches, todo peatonal... ¿por qué tenemos que esperar diez años para ser europeos? Esto tiene que ser ahora”, relata apuntando al tráfico que se arremolina bajo la gran bandera de la Escandalera.

A sus ojos, Oviedo necesita una intervención: peatonalizar, trazar carriles bici y convertir el transporte privado en algo marginal. Es un gasto que se convierte en “un ahorro en el largo plazo para la Administración” y que también significa salud. Emilio Esteban cree que sacar los coches de las ciudades es una inversión básica y que tendría incidencia en las cifras del cáncer, como un factor más de prevención. Invertiendo ahí, en prevención, cree que se podrían evitar el 30% de los cánceres. Luego está lo de fumar, alimentarse mejor, hacer ejercicio físico y hacer de nuestro entorno un lugar menos contaminado. Eso también influye. De ahí su empeño por quitar los coches de delante y su activismo ciclista. Todo un jefe de Oncología, con su corbata, su flequillo inconfundible, a pie de asfalto tirando de pedalada.

Cada año, unos 6.200 asturianos enferman de cáncer. A Oviedo le corresponde un cuarto de los casos. Más de cuatro ovetenses al día contraen la enfermedad. Casi 130 al mes. Más de 1.500 vecinos tendrán que enfrentarse a la palabra cáncer por primera vez en este 2021. La mejor manera de ganar la batalla es no librarla, evitando presentarse a la contienda siempre que sea posible. “Al final”, dice el doctor Esteban, “en medicina, todas las batallas se terminan perdiendo. Somos mortales y hay que asumir ese rol”. Pero en esa batalla que acaba como acaba “el oncólogo médico quiere conseguir esa victoria pírrica, ampliar sus conocimientos y acompañar al paciente y su familia en su sufrimiento”. Ante la pregunta de qué es lo que tiene que

tener un oncólogo, el doctor Esteban no se lo piensa, mira un segundo al suelo y responde de inmediato que lo que necesita es “valentía”. “Tú coges a un plantel de jóvenes médicos que acaban de terminar la carrera y, posiblemente, los que quieran dedicarse a la oncología sean los más valientes”, explica. A la palabra cáncer, todo el mundo le pone “un sambenito de muerte”. “¿Quién decide que quiere luchar contra algo a lo que nadie quiere hacer frente, que quiere ir contra un monstruo tan terrible? Claramente, los valientes”.

Para el médico, es una guerra diaria en la que nunca termina de asumir las derrotas del día a día. “Nunca te endureces”, reconoce. “Aunque la muerte forma parte de la existencia, el duelo siempre es muy difícil. Pero lo debes tomar como algo que no merme tu energía para enfrentarte a otro reto, que siempre es otro paciente. Has de tener la motivación de aprender para poder resolver; pero en primera línea, viendo cara a cara al paciente, a su familia, asumiendo su dolor. Pero no es un drama, como se pretende, es una profesión hermosa”.

A todo esto, el año pasado se sumó otra palabra: coronavirus, un terremoto que sacudió todos los sistemas sanitarios del mundo. Pero el jefe de servicio de Oncología del HUCA niega que haya tenido un impacto en su área. “Las consultas, intervenciones y seguimientos se mantuvieron en los niveles del año anterior”, asegura. En total, han aplicado “más de 12.000 tratamientos terapéuticos”. Todo esto ha sido gracias al esfuerzo de los sanitarios.

Son las 18.00 horas, Esteban cuenta que acaba de salir del Hospital. Lleva allí desde las siete de la mañana. Este es su “único rato libre del día”, el tiempo que tarda en volver a casa en bicicleta. Cuenta que, desde que empezó todo esto, al llegar nunca se ha encontrado una mala cara o una mala palabra. Y eso que no dudó en arrimar el hombro haciendo “guardias covid”, trabajando horas extra con pacientes infectados por coronavirus. “Cuando cruzas la puerta, derrotado, agotado física y mentalmente por lo que has visto, se podría pensar que tu familia pudiera tener miedo de que les contagies; pero yo siempre he encontrado la sonrisa cálida del hogar”.

Durante el confinamiento, todos los días, a las 20.00 horas, muchos españoles salían a los balcones para aplaudir a los sanitarios por su labor. Al doctor Esteban nunca le gustaron esos aplausos. Para él, la medicina es una elección de vida, no una labor heroica. Cada uno debe cargar con las decisiones que



Emilio Esteban, jefe de Oncología del HUCA, con su bicicleta en el Campo San Francisco. | Irma Collín

“Con mucha más inversión en prevención se podrían evitar el 30% de los cánceres”

“Nunca te endureces”, reconoce Esteban, “enfrentarte al duelo siempre es difícil”

“No me gustaban los aplausos, no somos héroes, hemos elegido esta profesión libremente”

toma. “Yo en la carrera estudié lo que era una pandemia, igual que estudié lo que era un tumor, y no me hice médico para estar en mi ‘círculo de confort’”, explica. Los aplausos, más que los sanitarios, cuenta Esteban, los merecen sus familiares, que no han elegido asumir la carga de dedicarse al cuidado de los demás.

En Asturias, y en concreto en Oviedo, la lucha contra el cáncer es una de las industrias más punteras, y tanto los políticos como la patronal quieren que el futuro de la capital del Principado esté ligado a la Salud. Al calor del HUCA, la FINBA (Fundación para la Investigación y la Innovación Biosanitaria de Asturias) trabaja en avanzar en nuevas terapias. “Estamos metidos de lleno en la FINBA, son el soporte de la investigación clínica que realizamos; gracias a ello tenemos mucho peso en la investigación nacional e internacional”, relata Esteban. Actualmente, las dependencias de la FINBA se están preparando para acoger una unidad de inmunoterapia, donde se aplicarán tratamientos avanzados contra algunos tipos de cáncer de la sangre. La inmunoterapia se añade así a la quimioterapia y la radioterapia. Bajo la dirección de Esteban, el área de Oncología médica del HUCA trabaja

en una línea de investigación que permitirá saber qué tratamiento es más eficaz y menos agresivo en cada persona. “No todo el mundo reacciona de la misma manera a los tratamientos, eso se debe a las diferencias genéticas de cada persona”, explica el doctor.

Son esas diferencias genéticas las que nos han hecho evolucionar y sobrevivir durante miles de años, pero también son las mismas que nos hacen enfermar. “El cáncer es el último recurso del organismo para destruirnos, tenemos una obsolescencia programada. Pero también es un juego entre nuestro código genético y el mundo ambiental”, relata el oncólogo. Es ahí donde tenemos que trabajar. “Tenemos que incidir en la prevención, es una línea de trabajo para la Administración, pero empieza por nosotros mismos”, indica. Reducir la contaminación se trata, a su entender, de “la inversión básica y fundamental”. “La estadística nos da la razón: si te alejas de las ciudades, la incidencia de los tumores de respiración baja”, explica. Para él, Oviedo tiene que dar ejemplo, forma parte del relato de esa “Ciudad de la Salud” que quiere construir la Administración. Y, además de por los polos biosanitarios, esto pasa por tener una ciudad más limpia, más verde.