

José Carlos Bermejo Higuera

Director del Centro de Humanización
de la Salud San Camilo

“Cuida tus pensamientos, porque se convertirán en tus palabras. Cuida tus palabras, porque se convertirán en tus actos. Cuida tus actos, porque se convertirán en tus hábitos. Cuida tus hábitos, porque se convertirán en tu destino”.
Mahatma Gandhi

El cuidado es una tesitura de extraordinaria densidad antropológica y moral. Los pensadores griegos utilizaron la expresión *epimeleia* para designar esta cualidad que es una originaria actitud de consideración y de acción, de conocimiento y amor, que deja a la realidad ser, la cultiva hasta que crezca.

La experiencia de la pandemia nos puede hacer tomar una conciencia mayor de nuestra interdependencia radical, la de unos para con los otros. Lejos de proclamar con más razón la conquista de la autonomía personal, moral, por el camino de la libertad, en línea con los deseos y preferencias individuales, estamos ahora más en condición de tener que reconocer nuestra interdependencia radical. Nos sostenemos en función del cuidado que nos damos unos a otros.

Ciudades de los cuidados

¡Qué bien que estamos hablando de la sociedad de los cuidados! Parece que estamos reconociendo el cuidado como un paradigma de humanización. Buscamos la creación y transformación de las ciudades de manera que sean sostenibles, que estén bien organizadas para los peatones, que estén bien gestionadas para el uso debido de la energía, que estén bien diseñadas para los encuentros, para las personas con capacidades diferentes, y también para quienes tienen dificultad de deambulación...

Parece que nos estamos empeñando en promover una hospitalidad compasiva, propia de quien se fija en la fragilidad del prójimo y en su necesidad de ser y de hacerse también por ser acogido. Nos recibimos a nosotros mismos antes



Cuidar con ternura para un mundo humanizado

que hacemos con esfuerzo. Somos resultado de nuestra propia hospitalidad íntima, además de la que nos dispensan y otorgamos entre nosotros. Las ciudades serán dignas de la condición humana, humanizarán, en la medida que sean pensadas (*cogitatus* - acción de cuidar) para prestar atención para asistir, para responder a las necesidades de los más frágiles, no solo de los más productivos.

Cuidar con ternura

El futuro de los cuidados está también en manos de nuestro potencial de ternura, que se debe encarnar en el trabajo contra la soledad no deseada, sufrida; que se debe encarnar en los profesionales del cuidado, que se debe encarnar en los coordinadores y los jefes de programas y servicios.

Nos hacemos y vivimos en función de los mimos de los que somos capaces, esos que expresan una ternura blanda, no blandengue ni infantilizante. La ternura no le pertenece solo a la esfera de lo privado, ni se agota en eventuales

cariños en forma de carantoñas, sino que se expresa también en el espacio público, abiertamente, en la gestión de los lugares, en el uso de la palabra, en las miradas, en el diseño de la tecnología y su aplicación, en la promoción de la intimidad, en la acogida entrañable de la legítima rareza de cada uno y cada persona.

Las profesiones de cuidado son la ternura de los pueblos.

La ternura no debilita a quien la despliega, sino que empodera a uno y otro, porque genera seguridad y respeto a quien se dirige y muestra madurez en quien la dispensa.

Las caricias, como expresión de la ternura –las físicas y las psicológicas-, son tan necesarias para la vida de las personas como las hojas para los árboles. Sin ellas, los cuidadores mueren por las raíces. Se convertirían en veterinarios de cuerpos humanos.

Lo tierno vence a la rigidez. El cuidado entrañable es lo más opuesto a los malos tratos –físicos, verbales, por omisión, por restricción-.

La ternura es lo más opuesto a la guerra.

La ternura tiene el precio de la compasión, pero genera salud porque estimula y protege. No disminuye la productividad ni la bondad de toda ayuda técnica, sino que pone en el centro a la persona como fin, y es la expresión de la nobleza de la condición humana, de la belleza del corazón, que se conmueve entrañablemente en su interior ante toda fragilidad. Podríamos decir que “la ternura es al cuidado lo que la piña es al zumo de piña”.

Cabe esperar de esta civilización de la ternura, que sea capaz de cuidar tanto y tan bien, que no haya nadie que se quiera morir, y, por tanto, nadie que pida ayuda expresa para procurarse o recibir el acto de morir.

Cuidar no es menos que curar

La modernidad ha traído una fascinación tecnológica que aumenta las expectativas en el poder de curarnos, de intervenir en la naturaleza enfermable o traumatizada. Los avances en las

disciplinas médicas son aceleradas y galopantes, particularmente los que se van produciendo con las tecnologías de la información, que generan evidencias y ayudan a dibujar caminos terapéuticos basados en el conocimiento acumulado.

Pero, a la vez, nos vamos dando cuenta de la relevancia del poder de cuidar, conjugando otros verbos importantes, junto al de curar: prevenir, paliar, rehabilitar... Asistimos, pues, a una puesta en valor de la cultura paliativa, en la cual nacen los cuidados paliativos, como espacio multidisciplinar y da curso a estrategias de control de síntomas, de soporte emocional y espiritual, en los procesos de final de vida.

Cuidar el morir define a una sociedad, genera espacios de sentido encontrado, significado, en medio de una sociedad que encuentra dificultad a integrar el límite, el fracaso, el morir. En numerosos lugares se puede encontrar el significado de “cuidados paliativos”. En la fase terminal de la vida, cuando la técnica es muy útil, particularmente para controlar el dolor y procurar confort, pero cuando estamos también en la hora de la verdad de la relación y cuando la vida se presenta en su fragilidad extrema, surge la necesidad de encontrar a un semejante que esté dispuesto a cubrir la fragilidad cuando el enfermo no puede, para aliviarlo en el sufrimiento, procurándole calor, consuelo y apoyo. Y este es el significado de paliar. Allí donde no se puede anular la raíz del sufrimiento porque procede en su gran parte de la proximidad de la muerte, se puede aliviar, cubrir con el “*pallium*” o manto de la relación interpersonal. El desafío no es solo promover los cuidados paliativos como tipo de servicio de salud al final de la vida, sino promover una cultura paliativa.

Cuidar no es menos que curar.

Más aún, curar es una forma de cuidarnos los seres humanos. Se hace urgente la promoción de la humanización de la salud, del sistema sanitario, de la asistencia sanitaria, incidiendo

Sigue en la página 7

en la clave del cuidado esmerado, empático, libre de relaciones dispáticas que añaden sufrimiento evitable.

En bioética, cuando distinguimos entre curar y cuidar, o entre éticas de la justicia y éticas del cuidado, podemos olvidar que la ética del cuidado, además de concretarse en un conjunto de actividades prácticas, necesita la teoría y el pensamiento. A medida que profundizamos en el ámbito del cuidar y lo planteamos en clave de responsabilidad, necesitamos de mediación reflexiva.

Humanizar el cuidado siendo artesanos

En efecto, una de las claves para humanizar las relaciones es el cuidado, que constituye un verdadero arte. En el siglo XVI, San Camilo de Lelis, patrono de enfermos, enfermeros y hospitales, un innovador muy particular en contextos de cuidados de la salud y de los procesos de vulnerabilidad, hizo una aportación merecedora de ser evocada.

Este hombre, que se rodeó de compañeros para educar al cuidado de la vida frágil y enseñar a otros a hacerlo humanamente y cambió radicalmente los olores hediondos por aire puro, que hablara del hospital como jardín, que concibiera las llamadas de los enfermos como sinfonía, y fue visto saltando y bailando por el hospital. Un biógrafo sostiene que una de las intuiciones más brillantes de este “genio de la caridad” es la de haber introducido, en la asistencia a los enfermos, la idea de la belleza. La belleza como referente para hacer atractivo el cuidado. Cuidar bien al otro no como deber, sino como belleza.

Hay una concepción de las relaciones de cuidado como arte, que puede dar paso a la artesanía del encuentro interpersonal y de ayuda. Los artesanos se caracterizan por usar materiales típicos de su zona de origen para fabricar sus productos. Son profesionales muy particulares, tanto que la “profesionalización” de su trabajo podría hacer perder su especificidad, su diferencia, su toque particular.

El cuidado no es solo una tarea práctica para resolver problemas, sino un oficio que transforma al paciente, el mundo material del cuidado y al propio cuidador. Sí, al propio cuidador también, porque la relación en el cuidado puede hacer artista al agente de salud. Cuidar está en el corazón de las relaciones. No solo curar o intentar evitar la muerte; también cuidar. Cuidar en la cronicidad, en la dependencia (desde el bebé, al discapacitado, al enfermo, al mayor, a quien muere...), en los procesos diagnósticos, en los terapéuticos.

Cuidar siempre.

La institucionalización del cuidado desafía la personalización. La complejidad del cuidado abre espacios a diferentes Centros –por ejemplo, residencias de mayores-. Estos tendrán ante sí la tarea de promover un cuidado integral generativo, ayudado de la robótica en todo lo que contribuya a humanizar, sin estereotipar los cuidados burocratizándolos hasta mecanizarlos y despersonalizarlos.



Centro de
Humanización
de la Salud

Religiosos Camilos



www.josecarlosbermejo.es

