



Nuestros recursos frente a las personas enfermas y el sistema sanitario

Ana Poza. Licenciada en Psicología. Fotógrafa. Corresponsal del semanario Paraula (Fundación Diocesana para las Comunicaciones Sociales. Valencia.

Lo que sugiere “The potter” (<https://www.youtube.com/watch?v=yuKcoudXfxI>):

- Partimos de recursos (medios que sirven para conseguir lo que se pretende, capacidad de retorno de algo al lugar de donde vino, conjunto de elementos disponibles para resolver una necesidad) para atender a clientes, usuarios, pacientes que son personas enfermas.
- El binomio salud-enfermedad: La OMS define la salud como un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solo la ausencia de molestias o enfermedad. Esta definición pone el acento, mas allá de la dimensión física, en consideraciones psico-sociales del enfermar.
- El sistema sanitario es decir, la fuente de recursos públicos para atender a la salud, es dinámico. Se encuentra en constante transformación y desarrollo, tanto en cuanto a estructuras como en cuanto a profesionales.

¿Con qué recursos contamos?

1- La palabra de Dios, a partir de la cual podemos conocer el talante de Jesús

La palabra de Dios tendría que ser la base que alimenta a nuestro trabajo diario. “Luz verdadera que alumbra a todo hombre (Jn 1,9)

El hermano es la permanente prolongación de la encarnación (Mt 25, 40)

La misericordia tiene una dimensión trascendente “Sed compasivos, como vuestro Padre es compasivo (Lc 6, 36-38)

En el Evangelio, la curación es el símbolo más expresivo y la experiencia que mejor ilumina el sentido de la buena nueva de Jesús (Mt 4, 23)

Tiene mucha importancia la mirada: “Jesús lo miró con cariño” (Mc 10, 21) “Y os daré un corazón nuevo...” Ez 36, 26. Es necesario ver con los ojos del espíritu, ser capaces de hospitalidad, acogida.

Hablar en tono adecuado, con términos comprensibles, mirada acogedora y, en ocasiones, acompañando con el contacto físico, cura las heridas del corazón.

La escucha y el diálogo: “Venid a mí los que estáis cansados y agobiados...” (Mt 11, 28) Un diálogo es más que una comunicación de una verdad... La lectura orante de la Biblia, para tratar de descubrir lo que dice a la propia vida, permite ser testigos ante los hermanos (Evangelii Gaudium 142-157)

Hay que saber mirar, ponerse a la altura de la vista. “Jesús al llegar a aquel sitio, levantó los ojos y le dijo: Zaqueo...” (Lc 19, 5)

Cultivar la sencillez y la capacidad de agradecimiento, para ser capaces de percibir la cercanía de Dios. “Te doy gracias, padre, porque has escondido estas cosas a los grandes...” (Mt 11, 25)

2- Añadir, a la cualificación técnica, habilidades de comunicación y actitud de escucha

Toda relación de ayuda requiere tiempo y escucha activa. Consiste en aumentar los recursos de otra persona o ayudarle a descubrir los que tiene. Las actitudes necesarias para una relación de ayuda son: Empatía, aceptación incondicional (confianza, visión positiva, acogida desde los sentimientos) y autenticidad.

INTERVENCIONES

- Nos expresamos por medio de palabras, pero también a través del cuerpo. Aporta mucha información, para empatizar con el paciente, observar su mirada, sus gestos, su manera de moverse.
- Cuando se ha pasado por una determinada situación es más fácil comprender a quien la está pasando.

Sin duda, aunque es importante que los profesionales aprendan a ejercitarse por otros caminos diferentes, ya que también es necesario que se sientan acogidos y comprendidos los enfermos que viven situaciones por las que los profesionales no han pasado.

- Los dones crecen de forma exponencial cuando se juntan los esfuerzos. De ahí la importancia de saber trabajar en equipo.

- La humildad del profesional, entendida como cercanía, como mirar de igual a igual y no desde arriba, es muy valiosa para el paciente y le genera confianza en la relación clínica.
- Es muy necesario saber escuchar. Solo con permitirle que se exprese, con la experiencia de sentirse escuchada, mucha gente mejora emocionalmente.
- Además de escuchar hay que saber respetar los silencios (nuestros y de los demás) como espacios de comunicación.

: