

ENFERMAR NO SÓLO ES DE OTROS...

José Javier Ramiro Pando Miranda 

Docente Emérito del Departamento Facultativo de Salud Pública
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Tecnología Médica

Universidad Mayor de San Andrés, Especialista en Ginecología y Obstetricia. Especialista en Psicopedagogía,
Planificación, Evaluación y Gestión de la Educación Superior. Miembro Titular de la Academia Boliviana de Historia de
la Medicina. Fundador de MEDICON.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1950-5044>

Correspondencia: rapando51@yahoo.com

El día menos pensado el personal de salud se enfrenta a una contingencia no esperada, se encuentra enfermo.

Repentinamente experimenta los temores que atormentaban a quienes eventualmente tuvo que atender o socorrer, emergen desde las sombras fantasmas como el miedo a padecer dolores (léase ansiedad y hasta algofobia), a desarrollar alguna limitación (léase “incapacidad”), ausencia de ayuda (léase “abandono”) y hasta la posibilidad que su vida llegue a su final (léase “fallecer”).

Surge la pregunta ¿el personal de salud, es invulnerable a la enfermedad?

De ninguna manera, porque somos parte de la sociedad, la misma que opta por acoger o ignorar los mensajes sobre el cuidado de la salud o de la prevención de la enfermedad, esta realidad se agrava en el personal de salud al pensar que la “enfermedad” solo aqueja a los “otros”, a los enfermos que no somos nosotros, sin embargo, cualquier día, como si estuviese agazapada en la penumbra, emerge la enfermedad, de pronto nos convertimos en enfermos y los papeles cambian, ahora experimentaremos en la realidad concreta, las bondades o limitaciones del sistema de salud o los servicios de salud de los cuales formamos parte.

Los prolongados tiempos de espera para la consulta o para los exámenes complementarios, el papeleo excesivo nos hará “padecer”, otro tanto ocurrirá con las prescripciones sin instrucciones adicionales o la letra ilegible de éstas, las ambigüedades terminológicas como el “agravamiento, sobrevida o recurrencia en lapsos indefinidos o vagos, carecerán de sentido. La excesiva dependencia de los “auxiliares de diagnóstico” en desmedro del examen clínico y la frialdad de los informes escritos, nos llevarán a pensar que se espera a que hable el “oráculo tecnológico” o lo que es peor, que defina nuestro futuro.

Las frases lacónicas, el escaso contacto visual durante la consulta o las visitas, los mensajes impersonales, la prisa, el autoritarismo, los profesionales que saben hasta lo que les queríamos decir, coartarán las necesidades de información añadiendo más incertidumbre y por si fuera poco, las

huelgas, paros y marchas parecerán extenderse una eternidad y nos llevarán a cuestionarnos por qué debemos sufrir sus consecuencias.

¿Qué se debería hacer?...

No hay recetas mágicas, pero se podría comenzar promocionando para nosotros mismos “los estilos de vida saludable para cuidar nuestro bienestar”, que en nuestro papel de formadores debería exigirse a los alumnos para predicar con el ejemplo.

Nuestra cultura ancestral nos habla de la trilogía íntima del ser humano, el cuerpo, la mente y el ánimo, al respecto, el estrés y la depresión son y fueron los enemigos de todos los tiempos, por tanto, la salud mental debería ser privilegiada para soportar el estrés con la finalidad de reducir el deterioro emocional. La incorporación de actividades físicas saludables sería deseable tanto como la expansión espiritual.

Al respecto, no solo es aconsejable sino perentorio, que las jornadas de trabajo no sean excesivamente prolongadas (multiplicidad de empleos), instaurar la calendarización de las consultas periódicas con componentes claramente preventivos, evitar la “automedicación” porque enmascara las patologías, aceptar la condición de “enfermo” en ocasión de recibir tratamiento, evitar el papel de sanadores de nosotros mismos porque difícilmente seremos objetivos, impulsar la reingeniería de los procesos administrativos para dar fluidez a la atención y desde luego, promover inclusive hasta el cansancio, las buenas prácticas en la relación médico - paciente, éstas constituyen entre otras, las tareas que deberíamos encarar no solo para beneficio propio, sino para la comunidad también.

