

Ética del cuidar

Todos somos enfermos en potencia

En nuestra condición de seres humanos, todos somos potencialmente enfermos porque, por naturaleza, somos frágiles y vulnerables, al tiempo que pequeños universos, dependientes y fugaces.



Francisco Montero
Enfermero y doctor en Filosofía
Máster en Bioética
Miembro del Comité de Ética Asistencial
Hospital Universitari de la Vall d'Hebron

El ser humano es potencialmente un ser enfermo. Esa es la gran premisa de partida. Todos podemos enfermar en cualquier instante porque somos seres frágiles y desvalidos, porque la vulnerabilidad es un rasgo intrínseco a nuestro ser, a nuestra propia naturaleza como personas.

En su más radical profundidad, los humanos también somos, de origen, un misterio inextricable, seres inacabados, imperfectos, con fecha de caducidad y de difícil caracterización filosófica. Somos pequeños universos en nosotros mismos, pero sin lugar a dudas seres extraordinariamente dependientes y fugaces.

El ejercicio del cuidado está indisolublemente ligado a la ética del cuerpo, puesto que la gestión de la atención personal implica, por regla general, contacto y trato directo con una corporeidad que nos es ajena, vulnerable y frágil, que sufre, que siente, que tiene dolor... y ello comporta tener consideración, respeto, acompañamiento, delicadeza en el trato, una cierta invasión de la intimidad, atención a la dignidad humana y algunas dosis de pudor personal. Sólo quien se ha sumergido en los abismos insondables de su propia vulnerabilidad, de su propia aflicción y sufrimiento es capaz de comprender a aquel otro que está completamente hundido, abandonado a la intemperie de la enfermedad. En el escenario de la acción de cuidar se produce el encuentro entre dos microcosmos personales, entre dos destinos singulares, entre dos conciencias ensimismadas que se miran frente a frente.

La vulnerabilidad como base y frontera del cuidado

Por tanto, la vulnerabilidad, es decir, la fragilidad de la persona, es la base y, al mismo tiempo, el límite del cuidado. Ya hemos dicho que la persona es finita, quebradiza, fronteriza... precisa de los demás para sobrevivir, necesita del cuidado y ayuda de otras personas, especialmente cuando atraviesa por determinadas circunstancias de extremo desamparo, como son el padecimiento

y la enfermedad. Es justamente en el desarrollo de la enfermedad cuando el ser humano adquiere la clara conciencia y máxima percepción del vértigo que supone el reconocimiento de su enorme fragilidad. En el epicentro del problema se halla, pues, el sufrimiento, el dolor físico y espiritual y el acompañamiento del que cuida y mitiga ese sufrimiento. Quien merece cuidado y atención por sí mismo como algo insustituible es, precisamente, la persona humana, porque es un ser valioso en sí mismo, un ser que tiene dignidad y no precio. El ser humano no es una cosa entre las demás cosas, es un ser, un *subjectum*, cargado de drama existencial. Por tanto, no es un objeto, es un sujeto. Como decía el filósofo Zubiri, es un ser "sentiente" (no sintiente), esto es, un ser en medio de un mundo abierto a las cosas, pero el hombre se "siente sentir" o, mejor aún, se siente a sí mismo; es un juego de palabras que encierra la clave del drama existencial. La persona necesitada de cuidados jamás puede reducirse a un conjunto de cosas o sistemas integrados, sino que debe ser contemplada como un tú, como un *alter ego*, no en una relación vertical, sino horizontal, como alguien que está frente a nosotros: dependiente y fugaz, efímero, también, como nosotros mismos.

Como decía Kant: "La humanidad misma es una dignidad, porque el hombre no puede ser tratado por ningún hombre (ni por otro, ni siquiera por sí mismo) como un simple instrumento, sino siempre, a la vez, como un fin; y en ello estriba su dignidad."

Antropología del cuidar

Quien cuida, aquel que ejerce la acción cuidadora, es, de igual modo, un ser humano y ello significa que también es frágil y limitado, a pesar de que en nuestra sociedad contemporánea hay cierta tendencia a enmascarar la vulnerabilidad, a negarla. El olvido permanente de la fragilidad del hombre contemporáneo es una de las notas más características de nuestro tiempo y explica, en parte, la dificultad que posee el sujeto moderno para integrar la experiencia del sufrimiento y del dolor en su vida diaria y, especialmente, la de su muerte. La vida es rara porque nos morimos y eso nos eleva a todos a la categoría de filósofos, por el sentido trascendente que ello encierra. Decía Miguel de Unamuno que el hombre "es un animal vertical guardamuestras". En el largo proceso de hominización, que se remonta a la oscura noche de los tiempos, nos dice la antropología que "el hombre es humano desde que entierra a sus muertos". Pues bien, no es menos cierto que, como afirma la enfermera canadiense Simone Roach, "aquello que nos define e identifica como especie es, justamente, el cuidado de nuestros enfermos, de nuestros niños, de nuestros ancianos y moribundos".



La ética del cuidado responde siempre a un imperativo moral: no abandonar a su suerte a aquel que sufre. Existen muchas maneras de vivir la enfermedad, tantas, probablemente, como seres humanos. El modo en el que la persona enferma, cómo acepta su nueva situación y reacciona frente a ella es determinante en el proceso de curación. La aceptación de la enfermedad es el primer eslabón para su ulterior curación. El cuidador debe ayudar al sujeto enfermo a aceptar su nuevo estado y corresponsabilizarse con él. La enfermedad siempre pone en cuestión al hombre y lo hace un ser fronterizo, limítrofe, puesto que ésta le hace enfrentarse a una nueva realidad vertiginosa y penetrar en sus misterios y, quizás, en el lado más oscuro de su ser. Es por ello que la vivencia de la enfermedad, en el sentido fuerte del término, constituye un episodio biográfico irreducible: siempre hay un antes y un después.

No parece correcto afirmar, en la relación que se establece en el acto de cuidar, que el sujeto que cuida sea el elemento activo de la relación, mientras que el sujeto objeto de cuidados representa su polo pasivo. Existe, sin duda, una simbiosis relacional de mutuo beneficio entre el sujeto cuidador y el sujeto cuidado, a pesar del inicial carácter asimétrico.

Para curar es necesario cuidar

Cuidar y curar no se constituyen como actividades paralelas e independientes que no se encuentran nunca –como sucedería con los raíles de una línea ferroviaria–, sino que están estrechamente implicadas. Normalmente, para curar es preciso cuidar. Por tanto, el cuidar (*to care*) propio de la enfermería y el curar (*to cure*) propio de la medicina no deben considerarse como formas excluyentes o antagónicas, sino complementarias. Existe una sinergia entre ellas que favorece la lucha contra esa fragilidad y menesterosidad humanas. Ambas se necesitan mutuamente. Sin cuidados, no hay curación posible. Y es que el

acompañamiento siempre mitiga el sufrimiento. Hemos dicho que el cuidar responde a un imperativo ético: no abandonar nunca a aquel que sufre. Y no abandonarlo significa, justamente, acompañar, consolar, mirar, acariciar, dar la mano, estar presente...

El padecimiento y el dolor nos ensimisman, ahondan nuestra mismidad y desarraigo, porque la muerte se nos muestra siempre como una acechante amenaza. Por tanto, ese sufrimiento humano requiere acción urgente, eficacia, cuidado, acompañamiento, compasión (del latín *co-patere*, "padecer con"), consuelo, solidaridad... La máxima es: frente al sufrimiento, acción; pero una acción eficaz y eficiente y una capacitación permanente, con grandes dosis de sensibilidad ética.

Además de la capacitación permanente y de la sensibilidad moral, se han apuntado algunos "constructos éticos" básicos para el ejercicio del cuidado que es conveniente tener en cuenta, como son la compasión, la empatía, la competencia, la confidencialidad, la confianza y la conciencia, atributos todos ellos que sirven de ayuda para identificar las conductas específicas del cuidar. En esta misma línea podemos segregar los denominados "rasgos categoriales del cuidado", como son el tacto y la caricia (dentro de nuestro especial y personal universo simbólico), la escucha atenta y sincera, y no perder, incluso en las situaciones más dramáticas del proceso, el sentido del humor. Y, por último, hay que abundar en lo esencial del cuidar, que englobaría aspectos como "dejar que el otro sea", es decir, que se autodetermine; también "procurar por el otro" y "no sustituirlo", respetando su principio bioético de autonomía, y anticiparse al "poder ser del otro" a través de la plena confianza. Como afirma G. Brykczynska, "confiar en alguien es creer en él, es ponerse en sus manos, es ponerse a su disposición. Y sólo es posible ponerse en las manos de otro si uno se fía del otro –'con-fía en el otro'- y le reconoce una autoridad no sólo profesional, sino también, y he ahí lo más importante, moral." **SR**