

# CARTA AL DIRECTOR:

## MÁS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA COMPASIVOS

### MORE COMPASSIONATE NURSES

Estimado Director,

En nuestra profesión, estamos acostumbrados a llevar un ritmo de trabajo acelerado, ritmo, que con un mundo conmocionado en medio de una pandemia nos ha estado llevando al límite de nuestras capacidades muy a menudo.

En estos tiempos donde el sufrimiento se multiplicado por mil, necesitamos más que nunca, ser enfermeras y enfermeros compasivos.

El trabajo *“La importancia de la compasión en enfermería”* <sup>(1)</sup> me invitó a reflexionar sobre esta *“falta de compasión”* evidenciada en diversos estudios, reflexión que me gustaría compartir junto a la invitación de mejorar las prácticas al entregar cuidados de enfermería humanizados.

Como menciona Papadopoulos, *“la compasión es la cualidad humana de entender o ser conscientes del sufrimiento de los demás...”* <sup>(2)</sup> seguida a la definición viene el cuestionamiento: ¿En qué momento comenzamos a ser indiferentes al dolor ajeno? Se entiende que el ambiente de la salud es estresante, compe-

titivo, donde se debe sobrevivir a turnos extenuantes que finalmente nos van deshumanizando. En estas condiciones es fácil convertirse en un ser híbrido entre máquina y muerto viviente, que puede terminar haciendo su quehacer en forma mecanizada. Otro punto para reflexionar es que, si al estar expuestos constantemente a al sufrimiento, hace que a la larga vayamos perdiendo la capacidad de asombro, y finalmente perdamos la capacidad de sentir. Sumado a los anterior, las instituciones hospitalarias impregnadas del modelo biomédico y curativo reducen lo humano a los biológico, alejando el trabajo de los enfermeros de la visión humanista y holística del cuidado <sup>(3)</sup>

Entonces, ¿estamos destinados a ser poco compasivos? ¿Qué podemos hacer para cambiar esta triste realidad? ¿Qué puedo hacer en lo personal para poder ser una enfermera compasiva? Sugiero partir por pequeños pasos, gestos que son considerados compasivos y que pueden hacer la diferencia en alguien que lo está pasando mal. Una son-

risa, una mirada, dedicar tiempos, y como se menciona en el documento de estudio, no necesita ser mucho tiempo, pero que este sea de calidad ya que el objetivo es demostrar preocupación por el paciente. <sup>(1)</sup> La empatía es esencial, ponernos el lugar del otro ¿Cómo me gustaría que me traten? Y ¿si fuera mi madre, mi hermano o mi hijo?

¿Compasión con nuestros colegas? los estudios muestran que tampoco somos compasivos con nuestros pares. En Chile salió a relucir estas preocupantes prácticas de la peor forma de todas, con el suicidio de colegas. ¿Cómo llegamos a eso? Sea cual sea la respuesta, nada justifica que nuestro trato con los demás genere más sufrimiento del que ya puedan tener las personas.

Es imperante ejercer acciones que fomenten ambientes compasivos, donde los integrantes del equipo de trabajo puedan estar alineados en apoyarse, ser empáticos y que este ambiente se pueda extender a los pacientes.

Llama la atención, el debate sobre, si la compasión se enseña o no. Se sabe que hay personas que son compasiva innatamente. Si no se es compasivo por naturaleza, ¿se puede aprender a ser compasivo? Yo me inclino a decir que sí, y creo necesario partir desde la formación en pregrado, formando en valores, con la visión de no solo estar formando

bueno profesionales, sino también buenas personas, que salgan a servir, y sobre todo teniendo en cuenta que “Educar es humanizar” <sup>(4)</sup>. Que es justo lo que necesitamos hoy día, profesionales de enfermería que sean humanos y que no pierdan esta capacidad de seguir siendo humanos, con sentimientos, emociones, y con la capacidad de poder reconocer al otro con la calidad de humano, que siente y sufre.

La invitación final colegas, es a estar atentos y no dejar que la llama de nuestra lampara de la vocación por el servicio se apague, que no dejemos de sentir el dolor ajeno, que mantengamos viva la convicción que nos llevó a dedicar nuestra vida al cuidado de los demás.

**Catheryn Alejandra Alvarado Altamirano**

***Enfermera, docente de enfermería de la Universidad San Sebastián, Chile.***

## BIBLIOGRAFÍA

1. Santana, H, y Morales , M (2021). La importancia de la compasión en enfermería. Revista Ene de Enfermería. Consultado de <http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/1212>
2. Papadopoulos, I, Taylor, G, Alí, Sh, et al (2017 ) Explorando el significado y las experiencias de compasión de las enfermeras: una encuesta internacional en línea que involucra a 15 países. Journal of transcultural nursing : official journal of the Transcultural Nursing Society, 28(3), 286–295. Consultado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26718861/>
3. Troncoso, M. Valenzuela, S (2007) Cuidado humanizado: un desafío para enfermeras en los servicios hospitalarios. Chile Consultado de <https://www.scielo.br/j/ape/a/jBBKWkbnB97tbbKd5b-LTVms/?lang=es&format=pdf>
4. Rodríguez, J (2018) La identidad de la Universidad San Sebastián. Reflexiones a la luz del Humanismo Cristiano. Chile.