
ENFERMERÍA Y VEJEZ

Ildefonso Sánchez P.*

Introducción

Mientras tomaba la asignatura de salud mental, cursando el segundo semestre del 90 se me asignó la tarea de realizar un seminario acerca de la vejez.

Esta oportunidad me llevó a pensar en la vejez de mi madre, en la mía, e hizo aflorar el temor que siento de llegar a esta edad.

Pretendí entonces, elaborar un trabajo que tuviera acogida entre mis compañeros, un trabajo donde se tocaran sus sentimientos, de manera que nos motivara a dar lo mejor de nosotros a esta clase de pacientes. Fue así como comenzó a surgir este documento.

Continué trabajando en él y luego de hacerle una serie de innovaciones y modificaciones lo presenté en el curso de contexto socioeconómico de la salud durante el primer semestre del 92, donde se constituyó como el mejor ensayo. En el segundo semestre del mismo año fue la única ponencia presentada por estudiantes durante el V Encuentro Nacional de Estudiantes de Enfermería realizado en la ciudad de Valledupar.

En el primer semestre del año en curso, obtuve el segundo lugar en el concurso realizado por la Revista Proceso con motivo de la celebración del Día Internacional de Enfermería.

Hoy, lo pongo a consideración de la revista Avances, para de esta manera llegar a una mayor cantidad de personas.

“Existe una cosa muy misteriosa pero muy cotidiana. Todo el mundo participa de ella, todo el mundo la conoce, pero muy pocos se detienen a pensar en ella. Casi todos se limitan a tomarla como viene, sin hacer preguntas. Esta cosa es el tiempo”.

“Hay calendarios y relojes para medirlo, pero eso significa poco, porque todos sabemos que, a veces, una hora puede parecernos una eternidad, y otra, en cambio, pasa en un instante, depende de lo que hagamos durante esa hora”.

“Porque el tiempo es vida. Y la vida reside en el corazón”.

Cartilla Tiempo para la Creatividad. (Plan Nacional de Lucha contra la Drogadicción). Alcaldía Mayor de Bogotá. 1987.

Normalmente, al escuchar hablar de vejez, nosotros casi que inmediatamente establecemos una íntima relación con la muerte; dos cosas estrechamente ligadas; dos palabras, para nosotros prácticamente iguales.

En nuestra profesión se nos prepara para asistir pacientes agudos, críticos, crónicos, pero no para asistir, para ayudar y sentir la diferente amalgama de sentimientos de aquel anciano cuya única esperanza de vida es la muerte.

Muchas veces escuchamos como, al asistir a pacientes viejos, la auxiliar de enfermería, la *enfermera jefe*, sienten *alivio* cuando se llega la hora de entregar el turno, notamos la forma en que, detrás del vestido blanco nos colocamos una especie de máscara, de fachada, de ser fríos, de ser distantes. Ser como una especie de profesionales muy eficientes pero que dejamos de ser humanos. Es así como

* Estudiante V Semestre Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Colombia.

asumimos el proceso del envejecimiento como una patología, olvidando que hasta el momento ni la ciencia ni la medicina han podido detener, evitar este proceso natural, hallar la legendaria fuente de la juventud.

No existe ninguna persona de la que se pueda decir que mediante ciertos abordajes y determinados procedimientos se le haya podido prolongar casi que eternamente la vida.

Basta con que observemos a nuestro alrededor, detallemos nuestro medio, nuestra familia, e incluso nosotros mismos y nos damos cuenta que vivimos como si jamás fuésemos a envejecer, nos hacemos a un lado y partimos de la base de lo que es realizable por nuestra sociedad como la salud, el vigor físico y, hoy día todo lo que es conocido como cosas saludables como la buena nutrición, entonces encontramos a la persona que dice *yo no consumo colesterol, yo balanceo mi dieta* y asume que con eso conserva su vitalidad y garantiza su juventud; vemos que se recomienda el ejercicio, entonces la persona dice *yo troto todos los días de la semana o yo hago aerobicos*, internamente tiene la sensación de poder condenar la vejez, de tenerla bajo control.

Nosotros, en nuestra profesión estamos en constante contacto con el sufrir humano, pero no solamente con ese sufrir del dolor físico, sino también con el sufrir emocional. Por esto es necesario que tomemos conciencia que en la vida hay estaciones, inviernos y primaveras; muchos momentos en que pasamos por dificultades, por momentos difíciles, momentos en que sentimos que ya llegamos al borde del abismo y vamos a resbalar, y es entonces cuando nos percatamos que no estamos preparados porque en nuestra sociedad se nos lleva siempre a exaltar los buenos momentos y a hacer a un lado los malos.

El personal de salud en general, tenemos unas formas muy eficientes de vivir los duelos, de vivir las tristezas, pues, en cierta forma, se nos mecaniza para ello; para ser indolentes, para no vernos afectados, para no sentir.

Inevitablemente todos los días nos vemos sometidos a pérdidas: perder ilusiones, avanzar y llegar a los cuarenta años y darnos cuenta que hemos perdido vitalidad, destreza; perder tiempo, perder al padre, a la madre, al hermano, al hijo. Mas, como hemos sido preparados socialmente para la alegría pero no para asumir que así como hay día hay noche, que como hay luz hay oscuridad, entonces nos llega el momento de volvernos locos, de querer llorar,

querer gritar, querer sentir, querer darnos, vivir como humanos.

A nosotros, el personal de enfermería, se nos ordena *tiene que hacerlo, tiene que poder*, lucir siempre pulcros de blanco y sonreír en cualquier momento y situación.

El día que se le de campo a la tristeza, que se legitimicen los sentimientos, se legitimize el *no puedo hacerlo, soy bueno para otras cosas*, no quiere decir que mi autoestima se baje, no quiere decir que sea incompetente; quiere decir que soy persona antes que enfermero.

Creo que esto nos abre el camino para entender que no estamos preparados para afrontar el que la vida se nos escape de esas manos que poco a poco o rápidamente, no sé, se nos están atrofiando, se nos están arrugando.

Usualmente al diagnosticar una enfermedad mortal se suele escuchar *no hay nada que hacer*. Pregunto ¿por el anciano no hay nada que hacer? Pienso que es el momento en que hay más por hacer, darse más, ejercer mejor, dejarnos y hacernos sentir. Es el momento de recordar que el es un paciente no querido, es el que no nos gustaría que nos correspondiera en un turno, el que se queja, el que es chocho, el que protesta por muchas cosas y no entendemos por qué.

El percibe esa sensación de desamparo, de no ser importante, de ser un estorbo, el capta que está utilizando una cama –porque nosotros se lo hacemos sentir– que podría ser para otra persona, una persona *útil*.

Todo esto ha llevado durante mucho tiempo a que los ancianos sean rechazados y abandonados pues, de cualquier manera, sentimos que ya no hay desafío, ya no hay reto, ya nada podemos hacer. Pretendo mostrar que es cuando es más necesaria nuestra intervención. Darnos cuenta que como se aprende de la lepra del leproso, de la tuberculosis del tuberculoso, podemos aprender de la vejez del viejo.

Cumplir la tarea de por lo menos escucharlos y darnos cuenta que con los años no solamente llega la vejez, también la muerte social, pues nosotros se la decretamos.

Considero que el reflexionar sobre la vejez no nos lleva a sentir aspereza sobre la vida, sobrecogimiento o cierto escepticismo frente a la adversidad, frente a la importancia de la lucha; al contrario, creo que se forja, día tras día, un mayor aprecio por la vida, por el goce de vivir, por que todos los días somos un poco más

viejos, del goce por la posibilidad de compañía, del goce de cosas tan elementales como ponernos de pie, ahora algo normal y sencillo; mañana, quien sabe; tal vez implique gran esfuerzo, o tal vez nos sea imposible.

Vale la pena vivir cada día con mayor intensidad; con mayor capacidad, de amar, de perdonar, de entregarnos. Poder en el futuro mirar atrás y recordar que hicimos lo que necesita-

bamos hacer, todas las cosas que constituyen la vida.

Quiero invitar a mis compañeros a darle tiempo a nuestros ancianos, oírlos, escuchar sus quejas, entablar una amistad y encontrar que sus quejas no lo son, que detrás de ellas hay soledad, hay falta de cariño, hay frustración; invitarlos a tomarlos de la mano, a dejar que ellos sepan que nos interesan, a dejar que ellos sientan que los queremos.