

# Cuidar de otros, cuidar con otros y cuidar de sí mismo

**Consuelo Gómez Serrano**  
[cgomez@bacata.usc.unal.edu.co](mailto:cgomez@bacata.usc.unal.edu.co)

## RESUMEN

Escrito elaborado para ser publicado con el propósito de dar a conocer al público en general el rol de cuidadores de la salud y de la vida que en el momento actual desempeñan los profesionales de la Enfermería.

Palabras claves:  
Significado del cuidado, Enfermería

## ABSTRACT

Paper prepared for being published UN Periodic on with the purpose of chow the general public the rol of health and life cares that in the actual moment performs the nusering professionals.

Keywords: Means of nursery cares, Nursing

-----  
-----

La especie humana ha logrado mantenerse gracias a la capacidad que ha tenido de cuidarse a sí misma, ya de manera individual o colectiva. La Carrera de Enfermería de la Universidad Nacional de Colombia ha interpretado su misión social como la acción de cuidar la salud y la vida de los seres humanos y, en consecuencia, ha centrado su trabajo académico en la formación de cuidadores, en el desarrollo de la práctica de Enfermería y en la construcción de la conceptualización teórica del cuidado.

¿Quién no se ha sentido agobiado al padecer una enfermedad e inseguro cuando debe ser hospitalizado y se ve obligado a ser cuidado por personas con quienes se relaciona por primera vez? ¿Quién no se ha sentido temeroso e inseguro al tener que cuidar de su pequeño hijo, de un ser querido enfermo o de acompañar solidariamente a sus padres en el proceso de envejecer y morir? ¿Quién no ha necesitado apoyo y orientación por parte de un profesional del cuidado para asumir con confianza los diferentes actos de cuidado que le demanda la vida cotidiana?

Estos episodios de la vida humana ponen de presente la necesidad de contar con una práctica socialmente reconocida como el arte y la ciencia del cuidado: la Enfermería.

## ¿CUÁL ES EL SENTIDO DEL CUIDADO?

El cuidado es un término referido al hacer bien las cosas. Demanda la existencia de alguien que conozca del asunto, que ejecute las acciones, que sea capaz de prepararlas anticipadamente y que sea diligente en la realización de las mismas. Se refiere a la calidad de tener tacto, de actuar con pulso y seguridad, es la habilidad de hablar u obrar con acierto, de realizar las acciones con suavidad, dulzura, moderadamente, de manera dúctil y apacible. En síntesis, es la capacidad de

realizar las acciones de cuidado con la más alta consideración por la persona que las recibe en razón de su situación de vulnerabilidad, indefensión, inmadurez, ignorancia, incapacidad o enfermedad.

La acción de cuidar puede recaer en un objeto o en el sujeto. Para el caso del cuidado de la salud y de la vida, en la mayoría de las oportunidades la acción recae sobre un individuo o un grupo social; es una acción que se realiza mediante la interacción personal, sobre la base del reconocimiento del otro, de su situación particular y del mutuo respeto. El cuidado puede realizarse de manera unilateral, centrada en la decisión total de aquel que brinda el cuidado; puede realizarse de forma compartida y cooperada entre el que brinda la acción de cuidar y el que se beneficia de la misma; o puede ser ejecutado de manera autónoma por parte del que cuida de sí mismo.

El grado de dependencia o de autonomía en la relación de cuidado se vincula directamente con la madurez, integridad, suficiencia, conocimiento, claridad en la percepción de la realidad, capacidad afectiva e interés de aquel que requiere de la acción de cuidado. A menor capacidad de autocuidado de una persona, mayor será su dependencia de quien le brinda el cuidado.

Cuando la capacidad de autocuidado es mínima, o está ausente, se requiere de un oferente del cuidado que se apersona sustitutivamente de esa carencia. En este tipo de interacción, el oferente del cuidado ha de tener capacidad empática para ponerse en el lugar del otro; asumir por aquel el cuidado requerido, velar de manera permanente, alertarse ante la presencia de amenazas, riesgos o peligros; ser la conciencia y el entendimiento del otro. En fin, ejercer la acción de socorrer, ayudar, vigilar, custodiar, enseñar y de estar o hallarse presente para asumir la acción de manera segura y solidaria con la tristeza, la melancolía, el dolor, la ignorancia, la molestia, la angustia, la confusión, la desesperanza, el olvido presente y pasado y la falta de visión de futuro de aquel que se ha puesto o ha sido puesto en sus manos para ser sujeto de su cuidado.

La acción de cuidar la salud y la vida de los seres humanos se desarrolla a lo largo del ciclo vital de los individuos; es ejercida por cada uno en el cuidado de sí mismo, por los familiares y amigos en el cuidado del ser objeto de su amor y amistad, por los profesionales de la salud y la educación en la ejecución del servicio para con aquel que lo ha solicitado. La acción de cuidar la vida y la salud de los humanos puede recaer en el ámbito de la vida cotidiana, como también en el de lo terapéutico; en la realización de acciones orientadas a la prevención, a la promoción y al fomento de la salud, como también en la realización de acciones curativas y de rehabilitación; en el acompañamiento de la iniciación y mantenimiento de la vida, como también en el desenlace y extinción de la misma.

El cuidado de la salud y de la vida puede recaer en individuos saludables, en personas con trastornos leves de su salud, con enfermedades crónicas o agudas, en pacientes dependientes en grado sumo de la tecnología médica o en personas en estado de agonía. Cada uno de ellos requiere acciones de cuidado acordes con su situación, con su particular forma de ser y vivir y en concordancia con las exigencias vitales y de cotidianidad impuestas por los daños y limitaciones ocasionados por la enfermedad o por los desgastes generados a través de la existencia. Algunas personas deben asumir cambios drásticos en su estilo de vida, y necesitan apoyo y soporte sostenido para mantener la fortaleza, la persistencia y la paciencia requeridas para enfrentar su nueva situación o para comprender y aceptar la mortalidad de la especie humana y la proximidad del fin de su propia existencia.

Los profesionales del cuidado de la salud y de la vida, así como todos los seres humanos en el ejercicio de su propio autocuidado y en el cuidado de la propia prole y especie se asocian en la responsabilidad de lograr la mejor y mayor calidad de vida posible dentro de las más exigentes condiciones de respeto por la dignidad humana y la cultura.

Los cuidadores de la salud y de la vida no sólo tienen la obligación de mantener su competencia y calidad académica y humana; deben ser conocedores y respetuosos de las prácticas culturales referidas a la salud y asumir el compromiso social de hacer alcanzables y comprensibles los conocimientos y prácticas de la salud, que han de contribuir a la consolidación de una cultura

saludable, y que, en consecuencia, deben estar al servicio de toda la sociedad, sin distinción de ninguna especie.

Las acciones de cuidado de la salud y de la vida se insertan en el campo interdisciplinar, lo que demanda la formación y arraigo de actitudes que fomenten el trabajo en equipo, el ejercicio autónomo de cada profesión y la cooperación y participación solidaria en el desarrollo de los programas y proyectos de salud. Estas afirmaciones reclaman para la Enfermería su propio desarrollo conceptual y su autonomía práctica en el ámbito del cuidado de la salud y el reconocimiento de la profesión en su particularidad y en su especificidad, y en consecuencia con ello, afianzarse en el equipo de salud en la acción recíproca de "cuidar con el otro". La Enfermería es una práctica del cuidado del otro, como también del cuidado de sí. El imperativo ético de cuidar de otro se deriva de la profesión y exige también el cuidar de sí mismo.

En el momento actual, la Enfermería es reconocida como la práctica del cuidado de la salud y de la vida; en la que se estudian postulados teóricos propios o de otras disciplinas para la atención de las demandas de cuidado. Son muchas las voces que claman por la calidad y la pertinencia en los cuidados, como por la resignificación de la ciencia del cuidado. En el intento de desarrollar la Enfermería disciplinadamente no se puede perder la dimensión humana, que ha sido esencial y nuclear en el arte milenario de cuidar.

----- Bibliografía -----

COLLIER, M. F. Promover la vida: De la práctica de las mujeres cuidadoras a los cuidados de enfermería. Trad. L. Rodríguez. Interamericana, Mc Graw Hill, España, 1998.

GÓMEZ, C. El Cuidado: significado y sentido. EN: Memorial del XIV Coloquio Nacional de Investigación en Enfermería. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, Escuela de Enfermería y ACOFAEN, Tunja, abril 1999.

GRUPO CUIDADO. Avances Conceptuales del Grupo de Cuidado. EN: Dimensiones del Cuidado, Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Colombia. Talleres de Unibiblos, Santa Fe de Bogotá, 1998.

<http://www.enfermeria.unal.edu.co>