



La re-humanización de la atención psiquiátrica

Calixto Plumed Moreno

Hermano de la Ohsjd, doctor en psicología y diplomado en enfermería

Alguien ha podido atreverse a decir que la deshumanización es la contaminación del hombre. Sencillamente porque estamos en una situación en la que el avance tecnológico es tal, que olvidamos lo que le pasa al hombre. En nuestro proceso evolutivo, hemos pasado de la hominización, nos hemos aproximado a la humanización, pero estamos en momentos de paralización de la misma, que precisa de un nuevo impulso hacia la re-humanización del hombre.

Humanizar es comprender al hombre de forma puramente holística. Sólo desde ahí podemos descubrir a los demás, reconociendo que toda persona es portadora de unos valores que la constituyen como tal y dignifican, si hemos progresado en la hospitalidad. Humanizar un hospital, un centro de salud, se

ha dicho desde el principio por Marchesi, es impedir que se pase de largo junto al hombre, impedir la inhumana división entre persona y enfermedad.

Humanización significa “hacerse cargo” de modo ejemplar de la persona en su globalidad, en un contexto en el que predomina un mayor fraccionamiento y especialización. La esencia de la humanización es la aproximación, el abajamiento a la realidad radical del hombre y del hombre en necesidad, para desde ahí descubrir y tratarlo con la dignidad que le corresponde por el mero hecho de ser persona.

La humanización es una brújula que orienta la vida personal y la actuación en la misma según unos patrones concretos que tienen

en cuenta: una escala de valores, el hombre como centro, el sentido de la vida a nivel personal y profesional. Y esto solo es posible si caminamos hacia el encuentro del ser humano desde lo hondo: escuchando, conociendo, reconociendo sus problemas, sus esperanzas, sus dificultades, su historia. Pero el encuentro solo es posible en reciprocidad.

Las palabras de Pierluigi Marchesi, nos marcan el camino y los senderos detallados de la finalidad de la asistencia integral: Señalo la ética y la psicología, la pedagogía y la sociología, la pastoral sanitaria y la teología para que el agente asistencial se transformase de técnico en experto en humanidad [...] Humanizar la medicina significa poner en el centro de nuestras actividades hospitalarias las expectativas más íntimas del corazón humano [...] La auténtica humanización [...] comparte con el hombre el drama de su sufrimiento [...]

Un hospital debería clavar en la admisión tres "A" (Acoger, Acompañar, Amar), y debería confiar que sus colaboradores interiorizasen las tres "A", desde que el enfermo se presenta en la recepción hasta que sale curado [...] y nadie debe hacerse cómplice del hurto perverso que un profesional sanitario pueda realizar: no dar "el buen día de la esperanza" a quien tal vez tiene miedo de morir.

De qué hablamos cuando nos referimos a la salud mental

En una primera aproximación, podríamos definir la salud mental como ausencia de trastorno psíquico o buen funcionamiento mental. Puede entenderse la salud mental como un rendimiento adecuado a desenvolverse un individuo en las relaciones humanas. La salud mental sería, el estado de equilibrio entre una persona y su entorno sociocultural, que garantiza su participación laboral, intelectual y de relaciones para alcanzar bienestar y calidad de vida.

La atención a la salud mental no solo está limitada a la "enfermedad mental y su tratamiento clínico", también deben trabajarse la rehabilitación y la reinserción social en un esfuerzo por apoyar el proceso de normalización de la persona en su ámbito de convivencia. Se tienen en cuenta además de los aspectos clínicos, los familiares, ocupacionales, sociales y espirituales.

Humanizar la salud mental debería tener como punto de partida hacer accesible a la población, fundamentalmente a la vulnerable o la que ya sufre problemas en este ámbito, lo que la propia salud mental significa y los modos de protegerla. Los diferentes problemas de salud mental afectan a las personas de modo diferente y es clave comprender la experiencia del individuo que tenemos enfrente.

El miedo a la discriminación y los sentimientos de vergüenza se encuentran entre las principales razones que las personas identifican para no hablar sobre sus problemas de salud mental.

La humanización es una brújula que orienta la vida personal y la actuación en la misma según unos patrones concretos que se tienen en cuenta

La atención a la salud mental no solo está limitada a la "enfermedad mental y su tratamiento clínico", también deben trabajarse la rehabilitación y la reinserción social

La bioética en la práctica clínica ha aparecido especialmente en un momento donde la deshumanización de la misma se ha hecho muy presente

Eje Humanización-Ética-Calidad

Es preciso saber conjugar la Calidad con la Ética (Bioética) y con la Humanización, colocándolas simultáneamente en el mismo nivel de importancia y con el mismo protagonismo. Ninguno de estos ámbitos debiera ser ignorado. Nos movemos en cierta cultura de la frivolidad.

Con el riesgo de ser tachados de derrotistas, somos navegantes del vacío, vacío existencial y falta de sentido de la vida, que definiría Viktor Frankl. Y también estamos en la volubilidad de los valores culturales, tan manipulables y cambiantes, que nos rebelamos y avergonzamos cuando tomamos consciencia o los miramos con alguna perspectiva histórica.

La bioética en la práctica clínica ha aparecido especialmente en un momento donde la deshumanización de la misma se ha hecho muy presente. Los principios de la bioética ayudan sin duda a que el trato a la persona se vuelva nuevamente más humanizado y que todo lo demás (tecnología, planificación, economía, estrategias...) sea complementario.

En lo que respecta al principio de autonomía, supone el respeto hacia todas las personas, asegurándoles la autonomía necesaria para que actúen por sí mismas, es decir, como dueñas de sus propias decisiones.

Al aplicar el principio de beneficencia (dignidad) un profesional ético es aquel que hace el bien en su profesión haciendo bien su profesión. Es decir, desarrollando su actividad de manera competente y eficaz y, además, pensando siempre en el beneficio del usuario y de la sociedad. Con el principio de no maleficencia (vulnerabilidad) se hace referencia a no provocar daño alguno. Existe una distinción entre beneficencia (hacer el bien) y no maleficencia (no dañar).

En muchas situaciones médicas, la no maleficencia se debe equilibrar con el principio de beneficencia.

El principio de justicia (integridad) se basa en varios hechos: todas las personas, por el mero hecho de serlo, tienen la misma dignidad, y, por tanto, son merecedoras de igual consideración y respeto.

Hay que luchar por una distribución justa y equitativa de los siempre limitados recursos sanitarios para conseguir el máximo beneficio en la comunidad, evitando desigualdades en la asistencia: ha sido habitual restar medios para abordar la enfermedad mental. El personal asistencial es gestor y administrador de los recursos y de los servicios, que deberá utilizar de una forma eficaz y eficiente, evitando actuaciones inadecuadas.

Epílogo: relación terapéutica como encuentro

En la medida que entramos en contacto con los demás, nos vamos consolidando como personas. Cuando logramos que este contacto se convierta en encuentro, estamos llevando a plenitud nuestra dimensión relacional. De ahí, la importancia de escuchar, aceptar, acoger, saber canalizar los aspectos positivos y negativos que están presentes en toda persona que vive y se siente necesitado de los demás.

Quien trabaja la salud mental, ha de ser consciente de la importancia que tiene el autocuidado, dedicar un tiempo para cuidarse, para realizar un trabajo personal de autoconocimiento que redundará en su calidad de vida y por ende en la profesionalidad en el trabajo, en las relaciones con los compañeros que mejorará la asistencia a las personas. La inclusión de la dimensión espiritual, ayuda a tener más presente otros aspectos de la persona (sentido de la vida, sentido del sufrimiento, valores, esperanza...).

En los Estatutos Generales de la Orden Hospitalaria se mencionan los principios fundamentales sobre los que pilotan los valores que se siguen en la dinámica asistencial de los centros de la institución. La hospitalidad como servicio a la sociedad, es el valor central, que se expresa y se concreta en estos valores: Calidad, Respeto, Espiritualidad, Responsabilidad, Humanización.

Las administraciones públicas cada vez exigen más, porque tienen más capacidad de elegir en precio y calidad. Los resultados económicos son imprescindibles, pero pierden su razón de ser si el servicio prestado no es el adecuado.

Los profesionales implicados han de ser parte activa de un sistema que vele por su dignidad y acojan humanamente.

Todas estas consideraciones han servido para elaborar una escala que nos permite medir la humanización de la salud mental. Ha sido trabajada con las experiencias del equipo y la participación de usuarios de la Clínica Nuestra Señora de la Paz de Madrid y puede ser extensible a las diversas áreas de la salud mental, mutatis mutandis. Hemos concluido en la escala que la humanización de la salud mental navega sobre estos dominios: profesionalidad, espiritualidad, justicia (respeto y empatía).

