

MEMORIAS DE UNA ENFERMERA EN UCI

A veces la vida te presenta ante personas que parecen estar hechas de otro material, y son estas las que te enseñan el valor y la importancia que tiene tu labor profesional.

Esta historia se remonta a la primera vez que pisé una UCI de pediatría, mis pasos tímidos por aquel pasillo reflejaban la inseguridad e incertidumbre que me causaba ese sitio. No obstante, allí estaba ella, llena de cables, con parte de su intestino fuera, bebiendo de un biberón.

Esa fue mi primera imagen al llegar allí, esa niña, tan pequeña, bebiendo de un biberón y sonriéndole al mundo, riéndose en un mundo que con ella se había portado de una manera tan cruel, desafiando a la vida, desafiándonos a nosotros.

El paso de los días allí me hizo dejar de ser una mera observadora y pasé a conocerla por primera vez, tenía una felpa con un lazo enorme rosa que cubría casi toda su cabeza y me miraba con los ojos bien abiertos. Era el momento del baño, la cogí en brazos mientras se cambiaba la cunita que sostenía su pequeño cuerpo, no nos extrañaba, las batas blancas y los pijamas verdes se habían convertido en parte de su familia, desde que nació no había salido del hospital, no había visto una puesta de sol, no había sentido nunca el aire de la calle en la cara no había paseado en su carrito por la tarde con sus padres; su función allí era clara, sobrevivir.

Su mirada desafiante y su llanto ensordecía el pasillo uno de los días, estaba sola, sus padres se habían ido al "hotel de padres" del hospital. Entré a la habitación a darle sinogán y conseguir que su llanto remitiera; tenía hambre, pero no entendía por qué, no entendía que su aparato digestivo se empeñaba en no digerir nada de lo que consumía y hasta el jarabe más amargo le causaba alivio en su eterna sensación de hambre.

Cada día nos buscaba más, nuestra presencia calmaba su rabia, nuestras voces amansaban su ira. Las soluciones, no obstante, no llegaban y su cuerpo seguía consumiéndose y empequeñeciéndose, para la edad que tenía era una niña muy pequeña, los nutrientes no llegaban, su atresia intestinal no le permitía crecer. Todos esperábamos ansiosamente la llegada de una solución pues la pequeña sufría cada vez más, era menos ella, se apagaba aunque continuase en su eterna lucha por regalarnos su alegría infinita y sus ganas de vivir.

Uno de los días, cuando llegué, no la vi en su cunita esperándome a que le diese su medicación, la subieron a planta, los recursos de la UCI no podían seguir "malgastándose" en ella. Hasta que la volvieron a traer de vuelta esta vez con una posible fecha de intervención, el 20 de diciembre. Y una nueva esperanza más.

Con esa alegría por navidad se despertó la UCI aquel día, decorada de arriba abajo con múltiples dibujos e imágenes infantiles que recorrían sus pasillos y recordaban el espíritu de la navidad, traían consigo, como los reyes magos, la ilusión de vuelta a ese inhóspito lugar. Pues el llanto recorría cada una de sus paredes, al igual que la incompreensión y la soledad de todos los niños que por capricho de la vida estaban allí, intentando comprender lo que ocurría.

No obstante, en ocasiones, es la inteligencia emocional lo que nos permite que niños como la protagonista de esta pequeña historia sean un poquito más felices, para que puedan emitir una sonrisa o carcajada culpable de un equipo profesional que ha elegido enfrentarse con humanidad a dicha situación, que se ha permitido emocionarse y sentir en su trabajo.

Pues esto supone un largo recorrido aun, parece que en pediatría la humanización avanza a pasos agigantados, se están creando espacios donde el juego y la diversión se ha propuesto como

una opción terapéutica comprobándose su eficacia en la recuperación e incluso en la amenización de un proceso culminante o paliativo. Los pasillos de pediatría e incluso los quirófanos se han decorado con múltiples figuras animadas que reclaman a los niños recordándoles que el momento que están viviendo es finito, que los sanitarios solo venimos a ayudarles en este proceso que están viviendo.

La historia de esta pequeña bebé de apenas nueve meses trajo consigo la importancia de la humanización de los cuidados y como estos podían conseguir que una niña que jamás había visto el sol pudiese bailar y sonreír al ritmo de la música infantil que sonaba en la televisión de su cuarto, porque sí, antes las televisiones no existían en las UCIs pediátricas, ni tampoco se permitía la visita de los padres ni su permanencia en ella, para aliviar el sufrimiento psicológico tanto de los niños como de los padres, y fomentar así el contacto piel con piel y el amamantamiento en los casos en los que aun era posible.

En adultos, el recorrido es aun más largo, pues las personas adultas se enfrentan a una situación de abandono y descontrol cuando son ingresados en un servicio así. Las paredes y los pasillos de la UCI de adultos están coloreadas de tonos fríos y opacos, solo se permite la visita de los familiares a la hora de la comida y la televisión no existe, se encuentran en una sala transparente en la que se encuentran semidesnudos y observados por el profesional que ejerce su función desde fuera, aun así, existen excepciones como la de "Paquito", el hombre que se pasó más de un año en la UCI tras ser infectado por COVID-19.

Cuando lo conocí, al principio, su actitud ermitaña me originó rechazo, aun así, el paso de los días me hizo comprender el por qué y conocí todos los recovecos de una habitación que se encontraba coloreada de múltiples fotos. Un día durante su seguimiento acudí a controlarle las constantes vitales y administrarle su medicación, y fue en esta situación en la que con su orificio orotraqueal taponado intentó explicarme quién era él y su mujer en una foto en tonos sepias, me presentó a sus nietos, me habló de cuando fueron a verlo en su visita al exterior del recinto hospitalario, en los denominados "paseos de la UCI", en los que estos consistían en sacar a los pacientes, en los que su estado de salud se lo permitía, a la calle para que pudiesen disfrutar de los rayos de sol y de aquellos familiares que llevaban tanto tiempo sin ver.

En su relato una lágrima escapó y recorrió toda su mejilla, que decidí limpiar, ahora entendía el por qué de su rabia, ya no podía ser abuelo, no podía llevar a sus nietos a las clases de refuerzo por las tardes, se había perdido unas navidades con ellos y no sabía cuándo volvería a verlos. Ante ello, cogí su mano y lo miré a los ojos, tras la doble mascarilla que ocultaba casi toda mi cara y le dije que tenía una familia preciosa, que de alguna forma entendía su malestar y su ira, que era muy injusta la situación que estaba viviendo y que no pudiese de ninguna forma pasar tiempo con sus nietos.

Este aislamiento que supone ser ingresado en servicios así supone un enorme malestar psicológico, que debemos combatir, el cual no debe hacernos sentir incómodos, pues las emociones nos incomodan, hacer frente al sufrimiento ajeno nos aleja de esta humanización de los cuidados, nos aleja del sentido de nuestra profesión, el cual es cuidar.

Con esto otra historia, en este mismo servicio aparece en mi memoria, y es que la vida tiene muchas maneras de transformarnos la vida y darle a la misma un giro de 180 grados. El protagonista de esta otra historia es José, un chico de 17 años que tras una mala caída en la piscina sufrió una fractura a nivel cervical que decidió dejarlo parapléjico, su estancia en la UCI se convirtió en un calvario, estaba solo, lloraba, no entendía lo que pasaba, preguntaba constantemente a los intensivistas si volvería a andar, y estos de forma esquiva nunca le

respondían con una verdad, iban lanzando pequeñas dosis de esperanza recurriendo a la rehabilitación por parte de fisioterapia de sesiones que únicamente servían para mantener su masa muscular a tono. Con insistencia del personal de enfermería se consiguió que los padres pudiesen pasar tiempo con él de forma excepcional; que uno de ellos pudiese permanecer prácticamente casi las 24 horas del día. Y su sentimiento de soledad y desorientación con el mundo exterior empezó a menguar, sus padres le llevaban su teléfono móvil, le hacían videollamadas que lo conectaban con lo que antes era su vida, con sus amigos, con sus amigos, con el resto de su familia. Le transmitían cómo había quedado el Madrid en el partido del día anterior.

Y, a pesar de que de forma interna seguía desconociendo lo que ocurría y seguía preguntando cuando sus padres se iban que iba a ser de él, nadie le contestaba; el silencio y la evasión del tema se hacía evidente; la respuesta más clara era la siguiente:

- "Estás aquí para ponerte bueno, si no, no estarías así"-

Lo que estableció un nuevo conflicto ético en los cuidados, el cual se basaba en la siguiente pregunta: "¿hasta qué punto es ético ocultar información con la intención de no causar sufrimiento psicológico o que el paciente no deje de luchar contra una situación que no tiene reversibilidad?"

Queda mucho recorrido, y más en el ámbito de los adultos, ya que el nivel de razonamiento de estos les permite hacerse preguntas y transmitir las al medio que les rodea, así como responder de una forma u otra al problema que afecta a su salud en dicho momento. Por tanto, es en la formación psicológica en la que nos encontramos escasos de información, como he mencionado anteriormente el sufrimiento nos incomoda y este es una de las causas del síndrome de burn out que caracteriza este tipo de profesiones.

He apreciado como situaciones de este tipo causaban la huida del profesional que lo atendía, al igual que el desinterés y la evitación con el fin de no tener que atender a esta persona, que tantas preguntas incómodas nos hace.

Cuando se es un niño, el paternalismo profesional apenas se hace perceptible, pues los cuidados se basan en satisfacer las necesidades básicas, pese a ello, mostrar una relación sentimental con un niño nos resulta más atractivo que hacerlo con una persona adulta, ya que entendemos que estarse debe autorregular y autogestionar por ella misma.

Sin embargo, hay situaciones en la vida en las que las herramientas emocionales que teníamos no nos sirven para combatir la situación dichosa que nos ha presentado la vida y no nos queda otra que pedirle ayuda a la persona vestida de azul, blanco o verde que entra en nuestra habitación y contarles lo que nos ocurre, buscando de alguna forma que ese profesional sepa satisfacer esta necesidad que también forma parte de los cuidados que brinda enfermería y de la humanización de estos.

El no brindar esto, sobretodo en la infancia, origina situaciones como las de la próxima protagonista de la historia, Sara, otra niña que con 6 años de edad jamás había conocido otra cosa que un hospital. El caso de esta niña, en particular, tras ser valorado por especialistas, dio como resultado al diagnóstico de una escasa función social de la niña, sus padres estaban ausentes, nunca se había relacionado con niños de su edad y cuando se intentaba incluir en actividades con otros niños de su edad que organizaba el hospital y se le facilitaban juguetes, la niña no jugaba ni interactuaba con nadie, ni siquiera con el profesional que entraba a su

habitación a saludarla. Ella venía de otro hospital, proveniente de otro país y la no interacción con ella, el no enfrentarse a las necesidades emocionales que tenía había propiciado que emergiese en ella un apego evitativo que ahora era muy difícil de tratar sin intervención de psicología.

Es por ello que estas situaciones, me refuerzan en la idea de garantizar una formación de calidad desde las facultades, pues entiendo que uno de los problemas principales a los que se enfrenta enfermería es a la invalidación de esta como una ciencia de tipo cualitativo, ocultándose bajo el prestigio de la investigación médica basada en números y parámetros y que únicamente tienen en cuenta el diagnóstico y no a la persona.

Como se ha visto en estas historias, pequeños gestos, pequeñas expresiones, caricias, miradas, e incluso la propia decoración de la habitación puede hacer que el paciente se encuentre más incluido en el proceso que está viviendo, así como más reconfortado y válido con las emociones que está sintiendo, porque no está mal sentirse mal, expresarlo y querer transmitirlo a la persona que ahora te está cuidando. Es por ello, que debemos darle cabida desarrollando técnicas de apoyo que permitan involucrarnos de una manera sana en la vivencia de esta persona, pues lo que tratamos son personas, con sus historias, con esa mochila que llevan a cuestas y que hacen que su trayectoria por un hospital sea más fácil o más difícil.

Tenemos en nuestras manos la confianza plena de la población que decide cedernos responsabilidad en su estado de vulnerabilidad, y con ello la responsabilidad que nos concierne de facilitar herramientas y promover la investigación y el avance en esta área que haga de los hospitales un sitio menos hostil, que haga que el recuerdo de la estancia en estos no sea tan traumático y conciban nuestra figura como referente de la salud que somos.

Aun así, nos queda un largo recorrido, tal y como se ha mencionado antes, para que "Paquito", "José", la luchadora de la UCI pediátrica y "Sara" reciban nuestra mejor versión y se refuerce, el hecho de que el bienestar psicológico interfiere en la recuperación y tratamiento físico de la persona, quizás no de forma directa, pues no pueden hacer que se cure un proceso irreversible, pero si puede hacer que esa vivencia no origine una herida emocional que posteriormente cause estragos en la vida de estas personas una vez salgan del hospital.

Por último, mencionar, que cada uno de los protagonistas de esta historia han sido tratados bajo pseudónimos para conservar así la privacidad y el anonimato de cada uno de ellos y que actualmente la situación de cada uno de ellos es la siguiente:

- Marta, la niña luchadora de la UCI pediátrica que decidió regalarnos cada día una sonrisa finalmente fue operada y consiguió comenzar una vida normal con sus padres.
- Sara, la niña de seis años que desarrolló fobia social, aun sigue luchando contra su enfermedad y contra esta fobia que no le permite jugar.
- Paquito tras más de un año de lucha, finalmente, falleció en la UCI dejando en ella la presencia de una persona que nos enseñó una vez más a cuidar.
- José, el chico que tras una mala caída a la piscina se quedó parapléjico, emigró con sus padres al centro de parapléjicos de Toledo, a continuar luchando por una vida mejor.