

"Nos forman para curar, pero la muerte en muchos casos es inevitable"

Expresar los sentimientos y establecer un "límite protector" ayuda al pediatra a gestionar el duelo de un paciente



Jose Antonio Salinas, jefe de Oncología Infantil en el Hospital Universitario Son Espases en Palma.



29 mar. 2024 12:20H

SE LEE EN 6 MINUTOS

POR [EVA IGLESIAS](#)

TAGS > [ONCÓLOGOS](#) [PEDIATRAS](#) [MENORES](#)

Cuando un niño ha vivido gran parte de su vida hospitalizado, el personal médico se convierte en una parte integral de su entorno. La **atención prolongada** no solo implica tratar la enfermedad, sino también establecer relaciones de **empatía con las familias** y comprender la complejidad del proceso. Por ese motivo, para muchos **pediatras**, la pérdida de un paciente al que han cuidado durante un largo periodo de tiempo se presenta como un suceso que va más allá del ámbito profesional y que, en ocasiones, puede ser **difícil de gestionar**. La clave para ello, según explica **José Antonio Salinas**, jefe de Oncología Infantil en el Hospital Universitario Son Espases en Palma de Mallorca (Isas Baleares), se resume en **expresar los sentimientos** y encontrar "un **límite protector**".

Se trata de casos que Salinas define como “muy **complejos**”, ya que cuando los **niños** se convierten en **pacientes de larga duración** quiere decir que han pasado por situaciones duras. “No deja de ser antinatural el hecho de que un niño se muera”, sentencia el experto. Por ese motivo el duelo en estas situaciones es especialmente difícil, “primero para los padres, pero también para el profesional sanitario”. “Ahí es donde nos movemos entre una serie de **sentimientos que tenemos que saber manejar**. Esa es la parte más compleja para el médico”, explica.

En su opinión, el primer paso para comenzar a aprender a gestionar este tipo de procesos, es reconocer que el propio médico no se cuida lo suficiente a sí mismo. “Eso es lo fundamental”, señala. “Siempre cuidamos olvidándonos de nosotros mismos. Nos centramos en cuidar al niño y a su familia, muchas veces por la vocación del médico, pero **no podemos olvidarnos de nosotros**”, comenta. “Se trata de un encuentro de biografías. Nosotros **hemos participado en su historia**, pero ellos también en la nuestra”. Esta conexión personal es la que hace que el duelo no solo sea parte del proceso de los padres, sino también del profesional sanitario.

El “límite protector” entre sanitario y paciente

Según detalla Salinas, uno de los aspectos esenciales para comenzar a **cuidarse a uno mismo** frente a estos procesos se centra en “**buscar el límite protector**”. “Cada uno tiene que poner sus propios límites, pero no pueden ser rígidos. Deben ser límites flexibles, en los que te sientas seguro y protegido”. Esto no quiere decir que el profesional se deba cerrar en banda al paciente, pero debe aprender a **diferenciar sus propios sentimientos** de los de las personas a las que cuida (pacientes y familiares) para evitar que exista “un contagio emocional”.

A pesar de esto, Salinas matiza que un profesional no debe perder nunca la compasión. “La compasión es lo que nos tiene que mover. Los sentimientos de **sufrimiento** que se generan en una familia con un niño que se va a morir nos tienen que motivar a **ayudarlo**. Esa es la **compasión** y la empatía junto con la acción, comenta”. Todo esto, sin olvidar que **las propias heridas también duelen**. “Es lo que se conoce como salvador herido”, explica, “no me puedo quemar ni me puedo generar fatiga, hay que autorregularse porque si no no puedes ejercer”.

"Convivimos con la muerte a diario y hablamos muy poco de ella"

Pero a veces **los límites son difíciles de definir**, sobre todo, cuando un médico aterriza por primera vez en un hospital. Es este sentido, Salinas recuerda que una de las experiencias personales que más le marcó durante su trayectoria tuvo lugar cuando era Médico Interno Residente (MIR). “Cuando empiezas eres casi **más amigo de los pacientes que médico**”, comenta.

“Siempre me acuerdo de un paciente que me marcó mucho cuando falleció. Días antes me fui con él al cine y **le acompañé para que pudiese disfrutar de ese día**. Cuando murió era como si hubiese muerto uno de mis amigos. La experiencia fue buena, pero el límite que **te ayuda a gestionar este tipo de situaciones** se va aprendiendo con el tiempo, y es lo que te permitirá que puedas seguir ayudando al resto de pacientes”, relata.

Los sentimientos durante el duelo de los sanitarios

Hablar de forma abierta de la muerte también se presenta como parte del proceso. “**Convivimos con la muerte a diario y hablamos muy poco de ella**”, señala Salinas. “Nos forman para curar, y a veces se nos olvida que nuestro deber no es evitar la muerte, porque **en muchos casos es inevitable**”, desarrolla el experto. “Por eso es importantísimo aprender a hablar de la muerte y saber manejar el sufrimiento”.

Para Salinas, cualquier muerte, pero sobre todo la de un niño siempre es “**inesperada, injusta y abrumadora**, aunque tú sepas que va a ocurrir”, comenta el profesional. “El desgarró para los padres es mayúsculo, pero **también para el profesional**, que tiene un vínculo afectivo con el niño y con la familia”.

Aquí es donde entra en juego el papel de los **sentimientos** y la importancia de saber expresarlos. “Se trata de tener

conversaciones difíciles, para las que nunca estamos preparados. Hay que aprender a tenerlas y hay que formarse en el manejo de las emociones, para saber identificarlas”, detalla. “Es importante reconocer, aceptar, e integrar que **vamos a tener heridas** porque vamos a estar al lado del sufrimiento”.

"Los niños y las familias se convierten en grandes maestros, y nosotros aprendemos de la vida gracias a ellos"

Reconocer las **emociones** es clave para aprender a gestionar el sufrimiento. “Si tienes agresividad en el trabajo, o hablas mal a los compañeros, eso te puede estar indicando que **no estás gestionando bien la situación**”, señala.

Se trata de experiencias que inevitablemente **influyen de manera directa** en el desarrollo y en el enfoque profesional de los sanitarios. Para Salinas, enfrentar la pérdida de niños también aporta “muchísima humildad” a los facultativos. “Aprendes que **el médico no lo puede abarcar todo**, que no somos seres omnipotentes. Muchas veces estamos entre gente vulnerable, pero nosotros también lo somos”.

Por eso, en su opinión, aunque se trata de situaciones complejas, estas llevan al profesional a **ser “mejor médico”**, pero también a mejorar “en muchas facetas de su vida”. “Los niños y las familias **se convierten en grandes maestros**, y nosotros aprendemos de la vida gracias a ellos”, señala.

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.



UNA PUBLICACIÓN DE

Sanitaria



Copyright © 2004 - 2024 Sanitaria 2000

[Aviso legal y condiciones de uso](#)

Soporte válido 3-23-WCM Redacción Médica: La información que figura en esta edición digital está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que se requiere una formación especializada para su correcta interpretación

[QUIÉNES SOMOS](#) [PUBLICIDAD](#) [SUSCRIPCIÓN](#) [POLÍTICA DE PRIVACIDAD](#) [POLÍTICA DE COOKIES](#) [RECURSOS DE SALUD](#) [INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES](#)