

# Enfermería Holística: Hacia una concepción globalizadora de la persona

Jesús Rodríguez Bueno (Enfermero E.D.E.S.M.)

## HOLISTIC NURSING: TOWARDS A GLOBAL CONCEPTION OF THE PERSON. RODRIGUEZ J.

**Keywords:** Nursing, Holism

**English Abstract:** Health is what a person thinks it is. Health is a state of consciousness closely related with his physical and mental capabilities. Health also includes several conditions usually known as «illness». Nursing function in health is to promote the personal relationship (or care relationship). We must help our patient to maintain hope, and it is necessary to have sufficient time to bear the complaints, to let our patient explain his point of view. Hope is another kind of vision of reality.

## LA TEORIA HOLISTICA

La teoría holística es una concepción globalizadora del ser humano, centrada sobre todo en la relación organismo-espíritu-medio ambiente, y en cierto modo contrapuesta a la ciencia basada en la patología, que ha considerado al hombre de una forma parcial y focalizada en el Diagnóstico y el Tratamiento, exponente de la tendencia oficial de la Sanidad actual.

Los sistemas instituidos en las sociedades desarrolladas tienen el objeto de que todos accedan a una atención médica superespecializada, donde la tecnología es la base del sistema. Por un lado estos sistemas no siempre ofrecen los resultados esperados y por otra parte suponen una constante relación de dependencia de la persona con respecto al propio proceso.

Los descubrimientos científicos sobre la riqueza y la complejidad de nuestra naturaleza revelan la pobreza de nuestros conocimientos habituales de salud, y especialmente de nuestros esfuerzos para tratar desde el exterior sistemas cuyo equilibrio pueden resolverse desde el interior de uno mismo.

La concepción globalizadora del hombre define a éste como un todo unificado, es decir: unificado en sus aspectos Biológico-Energéticos, Emocionales, Sociales, Filosófico-Ideales y/o Religiosos. Esta perspectiva implica una nueva relación de la persona tanto consigo misma como con la colectividad:

– A nivel individual, según Rosette Poletti, la salud es una responsabilidad individual y colectiva: *"El ser humano puede participar de forma activa en el*

*mantenimiento o degradación de su estado de salud a partir de sus creencias, sentimientos y actitudes relacionadas con la vida"*.

– A nivel colectivo, es necesaria la información para que todas las personas utilicen juntas sus propios recursos frente a situaciones difíciles. Ello conduciría a enfrentarnos mejor a la hiperespecialización y hacia alternativas donde el hombre participa del mantenimiento de su entorno interno y externo.

Esta nueva perspectiva se ve cada día estimulada por el creciente interés por una mejor calidad de vida y por un interés renovado por los poderes de la mente. Así, descubrimientos en relación con las Endorfinas, la utilización del Biofeed-back, la Visualización, la Relajación, los Masajes, Técnicas de Respiración etc. hacen que nos preguntemos un poco más profundamente acerca de qué es la salud.

## ¿QUE ES LA SALUD?

Para Virginia Henderson, quien mejor sabe lo que necesita es la propia persona.

*"La salud es efectivamente lo que una persona piensa que es. Es decir, es un estado relacionado con sus capacidades mentales y físicas, con la percepción de sí mismo, de su relación con los demás y con su medio ambiente, los objetivos y los valores"*. (Rosette Poletti)

Para la O.M.S. la salud no sólo es la ausencia de enfermedad, sino el completo bienestar físico, emocional y social. Para la mayor parte de la población la salud quiere decir ausencia de enfermedad, y un gran número de definiciones se orientan en este sentido. Se han realizado muchas investigaciones al respecto y son

muchas las enfermeras que han incidido en este campo, desde V. Henderson, H.E. Peplau, M.E. Levine, D. Krieger, M. Rogers, M. Newman y una larga lista de profesionales que se han introducido en el estudio de los Cuidados de Enfermería.

Para Martha Rogers el ser humano es un todo unificado que posee su propia integridad y que es más que la suma de sus partes. Este concepto de ser humano se centra en la totalidad personal, los binomios entorno-proceso vital y patrón-organización y en la capacidad del hombre para desarrollar los procesos mentales de complejidad mayor. Entonces el término salud queda definido.

A partir de estos supuestos Margaret Newman desarrolla su modelo de salud:

a) *"La salud comprende condiciones descritas como enfermedad, aunque si la persona sabe «administrar» sus síntomas y enfrentarse a su problema de forma competente, se puede decir que eso es salud"*.

Una enfermedad crónica como la diabetes o un cierto grado de incapacidad que sea llevado al máximo de sus posibilidades, se podría considerar como salud.

b) *"Las condiciones «patológicas» pueden considerarse como una manifestación del patrón total del individuo"*. Son una señal de lo que sucede en la vida, o una forma de manifestar o expresar su malestar.

c) *"El patrón individual que tarde o temprano se manifiesta como patología es primario y existe con anterioridad a los cambios estructurales y funcionales"*. El modo de estar en el mundo que pueden manifestarse finalmente como una enfermedad.

d) *"La eliminación de la patología en sí misma no cambiará el patrón del indi-*

viduo". La persona por tanto no modificará necesariamente su modo de estar en el mundo.

e) "Si «enfermar» es la única forma de que pueda manifestarse el patrón de un individuo, entonces para esa persona eso es salud". La enfermedad es entonces el único recurso de la persona cuando ya no puede mantener el ritmo biológico y social, o no puede continuar por más tiempo en una determinada situación. Es entonces cuando la crisis que representa la enfermedad puede ser una solución momentánea.

La salud no es un estado estático sino dinámico; supone cierto nivel de conciencia y lucidez, de armonía consigo mismo y con los demás, y con el medio ambiente, así como con el marco de referencia Religioso o Ideal-Filosófico.

La promoción y el mantenimiento de la salud incluye la corrección de problemas que son consecuencias de injusticias sociales, avances tecnológicos y otros eventos.

El alto grado de desarrollo tecnológico y de inversiones presupuestarias en salud puede hacer que algún día la superespecialización solo llegue a ciertos sectores de la población por el alto costo que esto supone. Así pues, tendremos que dirigirnos hacia otras opciones.

La persona enferma no solamente debe aspirar a encontrarse mejor o a curarse sino que necesita saber o indagar qué fue lo que le llevó a enfermar, y qué medios puede utilizar o qué comportamientos ha de adoptar para no volver a enfermar.

La profundidad de estas reflexiones hace que ellas ejerzan actualmente una significativa influencia en la profesión de Enfermería y que sean integradas en los Cuidados de Enfermería.

## COMO ENCONTRAR EL CENTRO DE SALUD QUE ESTA EN CADA UNO DE NOSOTROS, CLIENTES Y ENFERMERAS

La enfermera (\*), tanto como el cliente, es la responsable de su propia situación. Ella también ha de ir a la búsqueda de cuestiones que tengan sentido para su vida, de lo que le es básico y significativo para vivir o sobrevivir mejor. Sin esta perspectiva lo que queda es la despersonalización, la enajenación de uno mismo y de los demás.

Existen enfermeras que corren el riesgo de convertirse en pacientes si conti-

núan entregándose a presiones relacionadas con el agotamiento, con la dispersión y la multiplicación de las diversas demandas siempre más urgentes, más numerosas y también más opresoras.

Los cuidados de Enfermería implican un contacto directo con la persona en momentos especialmente difíciles o importantes de su existencia: el nacimiento, las enfermedades o aflicciones y la muerte. Ello hace que las enfermeras se enfrenten constantemente a situaciones de estrés, inherentes a la naturaleza de su servicio. Este estrés les hace más vulnerables y puede conducirles a situaciones deficitarias o de mala salud. Cuando se da el caso de que una enfermera no puede soportar la presión asociada a su trabajo, generalmente rompe su silencio y acaba explotando, ganándose así la incompreensión del resto del colectivo de salud y de la sociedad en general.

Y es que al hablar de salud es habitual referirse a la salud de los demás, sin caer en la cuenta de que debemos encontrar y desarrollar nuestra propia salud y de que habría que considerar esto como una obligación.

Para modificar el patrón habitual de conducta es necesario que aprendamos a escucharnos, a saber qué es bueno y necesario para uno, aprender a estar con uno mismo, tomando el tiempo necesario para encontrarse a sí mismo. Nuestro destino no está fuera de nosotros mismos, depende por tanto de nosotros; no podemos delegar ni esperar que otros nos liberen.

Debido a que el mundo exterior lo vivimos como la proyección de lo que nosotros somos, sólo podemos mejorarlo mejorándonos nosotros mismos.

## FUNCION DE LA ENFERMERA EN ESTE NUEVO CONCEPTO DE SALUD

La teoría holística se define dentro de un enfoque humanista. Para Dolores Kriege la teoría holística supone que el esfuerzo personal conduce a la actualización de todo nuestro potencial personal, utilizando una de las características humanas fundamentales: cuidar de uno mismo al tiempo que cuidamos de los demás.

### Desarrollo de la Función de enfermera

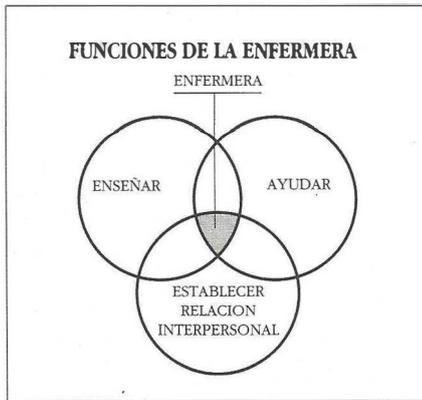
1) Enseñanza dirigida a que la persona tome la responsabilidad de su propia salud, mediante programas encaminados a la elección de una buena alimentación,

vivienda y educación. Ejercicio físico apropiado y manejo efectivo del estrés. En definitiva se trata de enseñar a la persona a encontrar el modo de equilibrio que más le convenga.

2) Ayudar a las personas a vivir con su problema. El dolor y la enfermedad dan una información precisa de un conflicto o de una falta de armonía consigo mismo y con el medio ambiente. El cuerpo es un campo de energía y la mente el factor principal para la recuperación de todas las enfermedades. Se trata de enseñar a las personas a modificar la raíz de su enfermedad, puesto que toda curación es Auto-Curación.

### 3) Relación Interpersonal. Según





Auger, la "Relación de Ayuda" es aquella forma de proceder en la cual el ayudado es capaz de vivir más plenamente.

Según Rogers, el elemento más significativo que determina la efectividad del trabajo del profesional de Enfermería es la calidad del encuentro interpersonal con el cliente, grupos o familias. La enfermera es el determinante más significativo de eficacia en Cuidados de Enfermería.

El encuentro entre dos personas no tiene que ser necesariamente una relación de ayuda, pero ningún encuentro entre seres humanos puede ser efectivo sin que se produzca algún tipo de comunicación. Según Watzlawick toda conducta es comunicación, no importa como uno pueda o no comunicarse. Incluso la inactividad o el silencio tienen un mensaje significativo y responden a un tipo de comunicación tanto para el paciente como para el profesional de Enfermería en nuestro caso.

Para R. Poletti, es necesario ayudar a la persona a mantener la esperanza; es necesario escucharla concederle tiempo y permitirle existir, así como que sea importante para alguien.

El conocimiento de los mecanismos que actúan en una relación ofrece la oportunidad de experimentar situaciones que a su vez procuran el conocimiento de los mecanismos funcionales y de desarrollo de la persona. Con ello se logra además una comprensión de la naturaleza e incluso de la esencia de la práctica profesional

como un producto específico y diferente al resto de contribuciones en el contexto de atenciones de salud.

## RESUMEN

En definitiva la salud holística es una perspectiva y no una especialidad, nace como una aptitud, una aceptación de las incertidumbres de la vida, una voluntad de aceptar la responsabilidad como una costumbre, una forma de tratar el estrés, de relacionarse con los demás de forma satisfactoria y de tener un objetivo en la vida.

En consecuencia las personas **hemos de aprender a:**

- Dar y recibir, pedir y rechazar.
- Ser responsables de la propia vida y dejar de vivir como víctimas; dirigirse hacia un fin y a estar siempre en camino.
- Verse a sí mismo tal como uno es y no como uno quisiera ser; ver a los demás tal como son y no como quisieramos que fueran.
- Encontrar un guía en uno mismo; hemos de aprender a centrarnos.
- Renunciar al resentimiento y aprender a reconciliarse con uno mismo y con los demás, porque el sufrimiento forma parte de la vida y no lo podemos evitar por más que lo intentemos.
- Aceptar que la muerte forma parte de la vida, que es importante tenerla en cuenta y que hay que prepararse para morir.
- Desarrollar un modo de espiritualidad, ideal y/o filosofía.
- Ver que la esperanza es otro modo de ver la realidad.

Estas reflexiones nos hacen ver lo necesario que es que las enfermeras profundicen en estos campos, tanto la que trabajan dentro de las instituciones sanitarias como la que trabajan fuera de ellas, y que pongan en práctica técnicas dirigidas al autoconocimiento, relajación, respiración, masajes o visualización como sistemas de ayuda en el proceso de curación. Todo ello contribuirá a mejorar la

calidad de la vida y la de los Cuidados de Enfermería. □

(\*) Según convenio internacional el término enfermera se emplea para designar tanto al profesional femenino como al masculino.

## BIBLIOGRAFIA

- COLLIERE M.F., *Promouvoir La Vie. De la Pratique des femmes soignantes aux Soins Infermiers*. Inter Editions. París 1982.
- ROGERS M.; POLETTI R., *Cuidados de Enfermería. Tendencias y Conceptos Actuales*. Ediciones Rol. Barcelona 1980.
- LOPEZ F., *Aspectos Sociológicos de los Cuidados de Enfermería*. Interamericana. Mexico 1981.
- POLETTI R., *Aspectos Psiquiátricos de los Cuidados de Enfermería*. Ediciones Rol. Barcelona 1980.
- DOBBS B.; POLETTI R., *Vivir el Hospital*. Ediciones Rol. Barcelona 1981.
- BERGER M.; HORTALA F., *Morir en el hospital*. Ediciones Rol. Barcelona 1982.
- KÜBLER-ROSS E., *La Muerte. Un amanecer*. Ed. Luciérnaga. Barcelona 1989.
- ADAM E., *Hacia donde va la Enfermería*. Ed. Interamericana 1982.
- NEWMAN M.A.; MARRINER A., *Modelos y Teorías de enfermería*. Ediciones Rol. Barcelona 1989.
- HARRIS T.H.A., *Yo estoy bien, tú estás bien*. Ed. Grijalbo. Barcelona 1973.
- JAMES M.; JONGEWARD D., *Nacidos para triunfar*. Fondo Educativo Interamericano. Mexico 1975.
- BERNE E., *¿Qué dice usted después de decir Hola?* Ed. Grijalbo. Barcelona 1974.
- BERNE E., *Introducción al tratamiento de grupo*. Ed. Grijalbo. Barcelona 1985.
- FAS J., *El lenguaje del cuerpo*. Ed. Kairós Barcelona 1970.
- FRANKL V.E., *El hombre en busca de sentido*. Ed. Herder. Barcelona 1985.
- PITKIN W.B., *Viva feliz después de los Cincuenta*. Editorial Central. Buenos Aires 1970.
- BENSON H., *La Relajación, una terapia imprescindible para mejorar la salud*. Ed. Grijalbo. Barcelona 1985.
- ELLIOT M.F., *Los masajes relajantes*. Ed. Mensajero. Madrid 1980.
- TEEGUARDENI, *El Masaje Japonés*. Ed. Martinez Roca. Barcelona 1981.
- NAMIKOSHI T., *Método japonés de dígito-presión shiatsu*. Ed. Elicien. Barcelona 1981.
- DOBBS B.; PARATTE D.; POLETTI R., *Reflexología*. Ediciones Rol. Barcelona 1990.
- POLETTI R., *Conferencia Henderson-Peplau*. Geneve 1984.
- RAINVILLE TH., *Vers Un Nursing Holiste. L'Infermière Canadienne*, número de marzo 1984.

## NOTA

He redactado este artículo basándome principalmente en el trabajo de Thérèse Rainvillé «Vers un Nursing Holiste» y sobre la filosofía y obra de Rosette Poletti, así como en sus cursos y conferencias, principalmente la Conferencia Henderson-Peplau y el Curso sobre el Estrés y la Enfermedad Cancerosa. En el año 1981 conocí a Poletti y comencé a indagar y profundizar sobre aquellos aspectos nuevos que me indicaba una forma diferente de ver las cosas y de trabajar. He podido comprobar a lo largo de estos años unos resultados muy satisfactorios. De forma que no es de extrañar que en este artículo aparezcan coincidencias de concepto, y aún más, de contenido. Con este trabajo sólo he pretendido difundir la labor de muchos profesionales de la Enfermería que tanto en nuestro país como fuera de él trabajan en investigar en pro de una mejor calidad de vida; en definitiva, de una buena salud. Gracias, Rosette.

