

Aceptar las historias de los pacientes: los beneficios de la medicina narrativa

Ajibike Lapite



Resumen: el autor resume los beneficios principales que la medicina narrativa puede aportar a un clínico y que están muy en línea de los presupuestos de la Dra Rita Charon.

Embracing patient stories: The benefits of narrative medicine

Summary: the author summarizes the main benefits that narrative medicine can bring to a clinician and that are very much in line with the assumptions of Dr Rita Charon.

Algunos describen el "arte de la medicina" como el área gris donde la información sobre el diagnóstico y el tratamiento no están bien definidos. Sin embargo, yo diría que el arte de la medicina se extiende más allá de los momentos de ambigüedad clínica. La esencia misma de la medicina, es el arte de la medicina.

Es muy fácil alejarse de nuestros pacientes. Pero, aprovechar los beneficios de la medicina narrativa puede ayudarnos a reconectarnos. Nuestros pacientes tienen historias que solicitamos en el momento en que preguntamos qué los trae a la consulta o al hospital. Aprendemos detalles personales cuando hacemos preguntas sobre los antecedentes médicos, sociales y familiares de nuestros pacientes. Dependiendo de la compenetración que desarrollemos, el proceso mediante el cual recopilamos la información que guía nuestra gestión puede ser dinámico y terapéutico. Las narrativas médicas que presentamos en forma de fórmula pueden incluir términos que rara vez se usan fuera de la medicina como "línea alba" o "borborismo", pero fundamentalmente siguen siendo historias.

Aquí exploraré la intersección de las humanidades y la medicina, incluidos los beneficios de la medicina narrativa.

Restaurar la relación médico-paciente

La medicina ha cambiado. Muchos de estos cambios son de gran beneficio, desde nuevas pruebas y terapias hasta nuevas tecnologías. Hay una gran cantidad de información médica secundaria a una extensa investigación y desarrollo. Algunos cambios han impactado la cultura misma de la medicina. Uno de esos cambios está en la dinámica que se ha establecido entre médicos y pacientes.

Las nuevas tecnologías y las demandas de documentación han disminuido el tiempo que un médico, su paciente y la familia de ese paciente pasan juntos. Al mismo tiempo, la dependencia de la tecnología ha socavado la necesidad de evaluar a los pacientes de manera integral, incluso fuera del proceso de su enfermedad. En respuesta a este cambio cultural, muchos han pedido una mayor integración de las humanidades en la formación médica y premédica.

Esta integración podría dar a los médicos las herramientas para ver verdaderamente a sus pacientes. En su libro "Asistir: medicina, atención plena y humanidad", el Dr. Ronald Epstein describe muy bien la interacción humanística entre el médico y el paciente: "La capacidad de los médicos para ver a cada paciente como un ser humano completo (y viceversa), desde mi punto de vista, es la base para la confianza y la comprensión que ayudan al paciente a superar los momentos difíciles. Es una habilidad aprendida, un hábito mental. ... [L]os médicos deben prepararse para aquellas relaciones que los colocan fuera de su zona de confort. ¿cuando hay sufrimiento, conflicto, incertidumbre o pérdida".

Los beneficios de la medicina narrativa

Un modelo propuesto para profundizar las relaciones entre el paciente y el sanitario, la medicina narrativa es la unión de las humanidades médicas, la medicina biopsicosocial y la atención centrada en el paciente. La Dra. Rita Charon, pionera en este campo y directora ejecutiva de la División de Medicina Narrativa de la Universidad de Columbia, describe las habilidades de la medicina narrativa como la capacidad de reconocer, interiorizar, interpretar y emocionarse con las historias de enfermedad. De forma atractiva, ella sugiere que esta práctica es "un compromiso para comprender la vida de los pacientes, cuidar a los cuidadores y dar voz al sufrimiento".

Construida sobre las prácticas de la escritura reflexiva y el análisis literario cercano, la medicina narrativa requiere una escucha radical y una empatía profunda. Cuando desarrollamos estas sensibilidades y las sensibilidades narrativas, nos volvemos más empáticos con las historias compartidas por nuestros pacientes y más hábiles para concentrarnos en los aspectos emocionales del proceso de la enfermedad. La medicina narrativa nos ayuda a ver el contexto de las circunstancias de nuestros pacientes con mayor claridad: nos volvemos más capaces de mirar más allá de los resultados de laboratorio y sus signos vitales. Es una vía para reavivar la intimidad perdida cuando vemos a los pacientes sólo como patología.

Los beneficios de la medicina narrativa no se limitan solo a la dinámica médico-paciente. Los médicos que desarrollan la competencia narrativa no solo pueden caminar junto a sus pacientes mientras navegan por los procesos de su enfermedad, sino también apoyar a sus colegas y reflexionar sobre sus propias dificultades como sanitarios en una carrera plagada de obstáculos. De hecho, la medicina narrativa puede reducir el agotamiento de los médicos, según algunos estudios.

La Dra. Charon ha descrito claramente la forma en que la medicina narrativa puede ayudar a los médicos a responder al sufrimiento humano. "Solo hay dos caminos abiertos para aquellos que deben presenciar el sufrimiento: (1) pretender que es otra cosa ? algo predecible, resecable, eventualmente curable, espiritualmente enriquecedor, que le sucede a los ?otros? - o (2) verlo en toda su amplitud y soportar la secuelas de haberlo visto", escribe. "Lo que uno gana al ver el sufrimiento es un conocimiento sobre lo que cuesta vivir... para los médicos que pueden soportar mirar de frente a lo que acecha a sus pacientes... una vista de ese puente flotante entre el aquí y el allí, ese frágil pasaje entre lo conocible y lo incognoscible, ese terreno sobre el que cada uno de nosotros se encuentra en cada momento vivido (ahora, aquí, mientras lees mis palabras; ahora, aquí, mientras las escribo) sin barandas, sin señales, sin mapa, sin territorio; un discernimiento claro de esta cosa, de esta vida, su valor".

El campo de la medicina narrativa nos obliga a ir más allá de la ideología del "¿Cómo trato esta patología?" a la respuesta más

holística de "¿Qué necesita mi paciente?" En muchos casos, nuestros pacientes necesitan nuestro apoyo entusiasta, nuestro tiempo y el espacio para compartir sus historias. Nuestro compromiso con la medicina narrativa nos brinda un mecanismo mediante el cual podemos aprovechar el lado humano de la medicina y fortalecer nuestro vínculo con nuestros pacientes, nuestros colegas y nosotros mismos.