

## **CUIDAR CON CARICIAS**

Dr. Jacinto Bátiz  
Jefe de la Unidad de Cuidados Paliativos  
Hospital San Juan de Dios (Santurce-Vizcaya)

Hace no muy pocos días leí una noticia que motivó que dedique hoy este artículo, en el día Mundial del Alzheimer, a las caricias como instrumento humano para cuidar a los enfermos aquejados de esta enfermedad. La noticia era la siguiente: crean un robot terapéutico contra el Alzheimer y el autismo. Un robot con la apariencia de una foca bebé con el que se pretende ayudar a los enfermos de autismo y de Alzheimer. El prototipo responde a las caricias de los humanos con sonidos, gestos y movimientos gracias a los sensores que lleva en los bigotes. Esta foca bebé responde cuando es acariciada de forma adecuada. Según los inventores de "Paro" que es como se llama el robot tiene sus beneficios al interactuar con los enfermos de Alzheimer. Esto me hizo reflexionar y preguntarme: ¿es que no somos capaces de acariciar a nuestros enfermos y tenemos que inventar un robot para ello?

Las manos son uno de los instrumentos comunicadores por excelencia; esto lo constatan cada día más los especialistas en relaciones humanas, que han comprobado que quienes durante su infancia no recibieron caricias de sus padres son más proclives a mostrar dificultades para dar o recibir afectos, a mantener una postura corporal rígida y a las limitaciones para expresar emotividad. Asimismo, manifiestan una tendencia a evitar el contacto físico con los demás, a verlo como algo inapropiado o "sucio". Son vistas como personas distantes, "frías". Al parecer estas personas evidencian también una dificultad mayor de la habitual para sentirse queridas y aceptadas por los demás. Acariciemos a nuestros hijos para que ellos sepan cuidarnos, cuando lo necesitemos, con sus caricias.

La demencia es un proceso degenerativo progresivo e irreversible que va minando de forma progresiva las capacidades intelectuales del enfermo; es una enfermedad que golpea el cerebro del enfermo y el corazón de la familia. Pero no olvidemos que aún recuerda el amor. Cuidar al enfermo de Alzheimer es cuidar a alguien que recibe sin darse cuenta; él nos recompensa nuestro trabajo con una mirada o una sonrisa; supone hacer que nuestro tiempo se componga de paciencia, amor y buena voluntad. No nos pide más que una mano que estreche la suya, un corazón que le cuide y una mente que piense por él cuando ya no puede hacerlo. El cerebro de este enfermo está estropeado, pero su corazón, al menos, el afectivo no. Su corazón biológico necesita que sus coronarias le aporten sangre suficiente; cuando éstas no cumplen bien su función podremos aportar soluciones con los medicamentos o con la cirugía. Sin embargo su corazón afectivo sólo precisa de afecto y para alimentar de este afecto tan sólo necesita que le transmitamos el nuestro a través de nuestra sonrisa, con palabras agradables y con nuestras caricias.

La comunicación es distinta si nos situamos a un metro de la cama o si nos ponemos a su lado tocándole con nuestra mano. Cuando el profesional sanitario coge la mano del enfermo parece que parte de su sufrimiento pasa a quien le toca. Cuando alguien es capaz de acercarse al enfermo y darle mano, o un beso o con una caricia, aparte de ser un acto de amor infinito se consigue que el enfermo se sienta como una persona viva y emotivamente unido a quien le muestra ese afecto. Un apretón de manos, una caricia, un fuerte abrazo, no los lleva el viento, suelen pesar más que las palabras.

Con nuestro contacto físico le transmitimos el importante mensaje de que no será abandonado y que siempre tendrá a su lado un ser que le aprecia. En ocasiones, el tacto suele ser la única forma de comunicación y de expresión de cuidado que se le puede dar. Si tiene que cuidar a alguien que padece esta terrible enfermedad hágale compañía, siéntese junto a su cama y cójale de las manos. ¡No le ignore!. Aunque parece que no entiende nada, piense que siempre le queda la afectividad. Es muy importante que el enfermo de Alzheimer y su cuidador mantenga alguna forma de comunicación, sobre todo en los estadios avanzados en los que el enfermo ya casi no se comunica verbalmente. Si quien le cuida o acompaña sigue hablándole, sonriéndole o acariciándole, esta comunicación afectiva con el enfermo permanecerá intacta aún cuando la comunicación verbal se pierda.

Es importante recordar que el lenguaje del cariño con nuestras caricias nos mantiene cercanos a quien cuidamos.