



José Antonio Marina.

“La piel tiene una característica simbólica porque es donde el cuerpo y el espíritu se unen”

En el VIII Simposio Nacional sobre Úlceras por Presión y Heridas Crónicas (Santiago de Compostela, noviembre de 2010), se ofreció una conferencia titulada “Las heridas del alma”. Un buen título, incluso para un libro...

Las heridas del alma, que Hegel decía que no cicatrizaban y yo espero que cicatricen, son aquellas que manifiestan un malestar íntimo que lo hace invisible y, además, producen un sufrimiento continuo y por ello deben ser cuidadas. La atención a las heridas del alma es tan importante como la atención a las heridas del cuerpo.

Nosotros somos seres emocionales, afectivos, con una afectividad encarnada en un cuerpo. Y la línea entre el cuerpo y lo que vamos a llamar el alma, como mente consciente, como sede de los afectos, de las expectativas, es muy tenue. Por eso, las heridas del cuerpo pueden producir heridas del alma y las heridas del alma producen heridas del cuerpo. Esta especie de camino de doble dirección nos indica cómo tendría que ser la atención o el cuidado integral de una persona. Además, para este Congreso, la piel tiene una característica esencial, casi simbólica, porque es el mundo donde el cuerpo y el espíritu se unen. Por eso, a través de la piel conocemos. La piel es un receptor de dolor fortísimo, pero también da bienestar y está preparada para la caricia.

Hace muchos años, el gran pediatra Speed detectó que los niños de hospicio tenían una dermatitis de la que no se sabía la causa pues estaban bien cuidados, bien alimentados, limpios... pero esos niños no eran acariciados y la piel protestaba. Es como si la piel de niño estuviera preparada para ser acariciada.

**Somos afectivos pero lo demostramos poco...**

La cultura occidental ha presionado hacia la contención en la expresión de los sentidos, en comparación con las culturas sudamericanas, africanas o hindúes, que son mucho más expresivas. Nosotros hemos establecido unas normas que, por ejemplo, hacen que sea de mal gusto llorar demasiado en público o ser más expresivos.

Posiblemente se ha impuesto el modelo nórdico sobre el mediterráneo. La presión en contra de la manifestación de los sentimientos es especialmente fuerte en los hombres y, hasta tal punto se está dando, que se empieza a diagnosticar una enfermedad que se llama alexitimia, que es la incapacidad de expresar, manifestar y comprender los propios sentimientos. En todo el mundo occidental, sobre todo para los hombres, la presión para no expresar los sentimientos es tan profunda que al final hay como una especie de tosquedad que no nos favorece en absoluto, porque luego buscamos derivaciones raras hacia la violencia, hacia un

individualismo muy feroz o hacia la competición.

**¿Hay que revelarse?**

Sí, por eso sí es importante hacer una educación sentimental.

**¿Estamos preparados para soportar el dolor, la enfermedad, incluso la muerte?**

No, creo que no, y se está produciendo desde la infancia una especie de vulnerabilidad acentuada y una incapacidad para soportar los dolores. Cuando estudié los sentimientos me di cuenta de que una de las características culturales más raras, porque no se sabe muy bien cómo se señala, es el umbral de lo que se llama, en una cultura y en un momento dado, *una molestia soportable*. Las encuestas realizadas en Europa detectan grandes variaciones: quienes aguantaban mejor eran las mujeres irlandesas y nosotros estamos bajando mucho el nivel de las molestias soportables, lo que hace que recurramos con mucha frecuencia a los analgésicos, antidepresivos... Y de este desarme contra el dolor somos todos culpables.

Nos estamos volviendo muy blandos, nos sentimos muy desvalidos ante cualquier molestia o dolor. En la adolescencia se están produciendo unos resultados muy malos que nos hacen muy vulnerables.

**Esto puede estar relacionado con la soledad, ¿necesitamos acudir a alguien para que nos escuche?**

46 Ahí estamos ante un fenómeno un poco contradictorio. Por una parte, se valora como nunca la soledad y por ello cada vez hay más personas que viven voluntariamente solas pero, a la vez, se han roto o, mejor dicho, se han disuelto las redes de apoyo afectivo y entonces sí se echan en falta y se intentan recuperar como se pueden. Antes era a través de los confesores o sacerdotes y ahora muchas veces se va al médico por cuestiones que no son estrictamente patológicas, sino de apoyo, por tener la necesidad de hablar con alguien. Una de las cosas de las que los psiquiatras se quejan es de que aquí viene gente a las que no les falta nada, sólo necesitan hablar con alguien.

**Filosofía y heridas crónicas maridan, aunque ¿mejor habría que decir “marinan” bien?**

Bueno, yo creo que sí en el sentido de que todo lo que tiene que ver con lo que se vuelve crónico plantea unos problemas muy especiales, porque produce unos efectos afectivos muy graves como es la desesperanza y, en consecuencia, exige meditar sobre el componente frágil de la naturaleza humana. Eso tiene que ver con la enfermería y con cuál es la postura adecuada para estos casos, como es la necesidad de cuidado y también la necesidad de cuidar, que es una de las características esenciales de la naturaleza humana. Porque cuidar es la actitud de vida ante algo valioso pero frágil, como es la esencia humana.

**¿Son estos buenos tiempos para la filosofía?**

Son tiempos estupendos para la filosofía cuando hay buenos filósofos. Yo considero que la filosofía es un servicio público y el filósofo no tiene derecho a encerrarse en su torre de marfil y estar eligiendo sus temas de meditación absolutamente especulativos, sino que debe salir a la calle, preguntar a los ciudadanos qué es lo que les preocupa, porque esas preocupaciones tienen una dimensión fi-

losófica inmediata. Una vez que ha captado sus problemas, debe volver a su mesa de trabajo, estudiar eso y, cuando tenga algo claro que decir, explicárselo no a los otros filósofos sino a la gente de la calle. Mi experiencia es que cuando hace eso, la gente escucha con mucho interés porque se da cuenta de que estás jugando en su campo, que estás haciendo algo que los va a ayudar.

**“Cuidar es la actitud de vida ante algo valioso pero frágil, como es la esencia humana”**

**Es decir, ¿el filósofo mediático?**

Mediático en el sentido de que debe aprovechar los medios para exponer lo que sabe, no que viva para los medios, no que esté buscando el éxito en los medios, sino que los medios son los grandes intermediarios entre él y la gente. Yo por eso he escrito muchos libros y me gusta escribir en los periódicos, participar en la radio, en la televisión... ¿Por qué?, porque en el fondo soy un docente y ellos te permiten tener unas clases muy amplias...

**¿A qué conclusiones ha llegado después de tanto tiempo de estudio de la inteligencia humana?**

Yo he estudiado las manifestaciones más sorprendentes de la inteligencia, que es cuando crea. Cuando hace Ciencia, cuando hace Arte, cuando hace Literatura, cuando crea sentimientos, cuando inventa cosas de convivencia, es decir, he estudiado la parte más creativa, para llegar a la conclusión de que todas las actividades creadoras responden a un mismo esquema intelectual. De manera que en lo que se diferencian no es tanto en su proceso sino en la materia que lleva ese proceso: me interesa la pintura o me interesa el arte pero entre Picasso pintando las ‘Señoritas de Avignon’ y García Márquez escribiendo ‘El oto-

ño del patriarca’, la estructura es la misma. Y eso nos permite descubrir los mecanismos para fomentar la creatividad. Hay que señalar que no es algo con lo que se nace, aunque algunas personas nacen más dotadas que otras para ciertas cosas, caso de Nadal que ha salido más dotado para el tenis que otra persona, pero eso lo sabe Rafael Nadal después de haberse dedicado veinte años a entrenar, antes no lo sabía. Todo el mundo puede mejorar su saque en tenis y todo el mundo puede mejorar su creatividad.

Otra conclusión es que me había dejado fuera la creatividad más noble de la inteligencia humana, que es la creación de buenas normas de convivencia. Me di cuenta de que la ética es el conjunto de las grandes soluciones que debe inventar la inteligencia para resolver dos tipos de problemas: la felicidad personal y la dignidad de la convivencia. Y eso es muy complicado, pues somos animales listos y queremos convertirnos en personas dignas y salir de la selva. Algo muy difícil. Yo, que durante muchos pensé que no iba a escribir de ética porque me aburría, poco a poco me fui interesando más, primero por el mundo de los sentimientos y después por el mundo de la ética, porque la ética es la inteligencia aplicada a los sentimientos. Al final he pasado de la gran creatividad artística a la gran creatividad ética, por decirlo así, y política también porque la política es una manera de resolver los problemas de la convivencia.

**Este país, al final me parece que necesita educación, que es la base de todo...**

Educación entendida como algo muy amplio, porque no tiene que ser educar a los niños sino darnos cuenta de que toda la sociedad tiene una inteligencia compartida y que hay sociedades inteligentes y sociedades estúpidas, y que las sociedades se pueden acanallar y resultar miserables y que todos resultamos afectados porque no hay una inteligencia aislada sino en un entorno social que la estimula o la deprime. Lo que necesitamos es una gran inteligencia social y, por tanto, una gran educación social y luego esa edu-



45

cación social resolverá los problemas de la escuela, porque para educar a un niño hace falta la tribu entera y para educar bien a un niño hace falta una buena tribu. Si tenemos una buena tribu no hay problema, los niños se van a educar bien. Si tenemos una mala tribu tendremos que estar parcheando como podamos (los padres, la escuela) pero lo vamos a hacer mal. En este momento, la inteligencia social en España está muy perturbada, está empananada, no progresamos, seguimos dando vueltas a los mismos problemas.

Cuando vine a estudiar a Madrid hace más de cuarenta años, me encontré con que en aquel momento la gran polémica de España era definir su esencia. Han pasado cuarenta años y seguimos igual. Es una situación de empanamiento. Además, no aprendemos cosas y por ello más del 80% de nuestros universitarios quieren ser funcionarios. Así no puede avanzar una nación. No inventamos nada, de hecho uno de nuestros líderes intelectuales como era Unamuno, se calaba la gorra y decía "que inventen ellos". Usted es un cretino, ¿cómo van a inventar ellos? Nosotros vamos a estar en lo místico. Se va empobreciendo mucho la convivencia, se va haciendo muy zafia.

Hemos descuidado mucho la educación colectiva: los políticos presionan a la baja, hemos instaurado una especie de pobreza de argumentos y riqueza de insultos, hay una desconfianza generalizada, no nos fiamos de

nada, ni de los políticos, ni de los banqueros, ni de los sindicatos, ni de las iglesias, ni de los jueces. Una sociedad que no confía en nada acaba siendo digna de desconfianza.

**“La ética es el conjunto de las grandes soluciones que debe inventar la inteligencia para resolver dos tipos de problemas: la felicidad personal y la dignidad de la convivencia”**

**Y las dos Españas, o las diecisiete Españas...**

Las dos o las diecisiete... hay dos formas de entender el nacionalismo, el nacionalismo de la reclamación, que sí va a ser contra alguien porque acaba buscando su definición en contra de y eso no favorece la convivencia. Pero puede haber un nacionalismo de la responsabilidad, de lo que se trata es de que yo me haga más responsable de mi territorio que del otro.

La responsabilidad se da en círculos concéntricos y yo me siento res-

ponsable de mi familia, después de los vecinos del barrio, de mi ciudad, de mi nación, de las naciones de al lado, del género humano. Me siento responsable de todo a distinta lejanía y esto no entorpece nada porque son unas ideas de soberanía nacional muy permeables. Mi familia es mi familia pero si a la familia de al lado se la ha quemado la casa y yo tenía pensado irme de vacaciones, hay una especial prioridad de lo de al lado y ese juego de identidades múltiples, permeables, puede dar lugar a una convivencia buena y no al "yo me encierro y me enfrento". De eso se han dado cuenta el mundo económico y los agricultores con el problema del agua, porque no tiene sentido que una comunidad legisle sobre el río que pasa por su territorio.

47

**Ya la última, buen enfermero es aquel que...**

Aquel que tiene una inteligencia compasiva. Es decir, tiene que ser inteligente y, por lo tanto, tiene que saber cosas, pero tiene que tener esa humanidad especial para comprender el dolor ajeno y saber cuidarlo. Lo afectivo cuenta y, de hecho, el fenómeno del cuidado que fomenta la curación no es sólo un fenómeno fisiológico sino también afectivo.

**Por Antonio Egido**

Periodista

Gabinete de Comunicación

GNEAUPP

**5º Encuentro Nacional de Comisiones de Úlceras por Presión**



**7ª Escuela de Verano del GNEAUPP**



**GNEAUPP**  
Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento en Úlceras por Presión y Heridas Crónicas

**Cuenca del 15 Al 18 de Junio 2011**

**fs**

fundación sergio juán jordan para la investigación y el estudio de las heridas crónicas

