

Editorial

DOI: <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.75011>

Humanización en la salud

Un profesional de la salud con *humanización*, según Gutiérrez-Recacha (1), es aquel que se acerca al enfermo desde una perspectiva integral de lo científico y lo humano. Como seres humanos, más aún como profesionales de la salud, debemos adoptar el humanismo como un hábito, y es aquí donde tomo de referencia la frase de Aristóteles: “Somos lo que hacemos día a día. De modo que la excelencia no es un acto sino un hábito” (2).

En la actualidad, la neurociencia y la neuroeducación demuestran que debemos aprender a ser conscientes de nuestros actos a partir de la adquisición de *inteligencia ejecutiva* (3), pues no basta con ser inteligentes cognitivos, motrices o emocionales, sino que debemos aprender a crear sinapsis en un entorno adecuado de acuerdo a la expresión genética de nuestro organismo, la cual se presenta en un proceso de desarrollo cerebral asincrónico. La *inteligencia ejecutiva* permite que quien tome las decisiones sea la corteza prefrontal, la neocorteza, y no el cerebro primitivo. Este último actúa por instinto, procede de acuerdo a las pasiones más egoístas y egocentristas (4).

El desarrollo del cerebro tiene unos momentos claves: la etapa uterina, la infancia, la adolescencia y la juventud hasta los 27 años de edad. En estas etapas, los genes se expresan y, mediante la plasticidad cerebral y un ambiente facilitador y positivo, desarrollan una red neuronal rica en sinapsis, donde la que dirige las acciones es la corteza cerebral, encargada de la activación cognitiva, la inhibición de la impulsividad, la dirección de la atención, el control emocional, la planificación y organización de las metas, el mantenimiento de la acción, la flexibilidad cognitiva, la memoria operativa y la metacognición.

Considerando el proverbio que dice “siembra un pensamiento, cosecha una acción; siembra una acción, cosecha un hábito; siembra un hábito, cosecha un carácter; siembra un carácter, cosecha un destino”, el papel de la familia, el educador, las instituciones y el gobierno se hace protagonista para que quienes están siendo formados libren una batalla interior en torno al autocontrol, el manejo del estrés y el control emocional. Para facilitar este proceso, los orientales dominan desde hace 2 500 años métodos como el yoga y la consciencia y contemplación plena (*mindfulness* en el occidente), los cuales hoy en día han permitido, entre otros aportes, apropiarse de una formación de identidad personal y profesional (5).

Pese a lo anterior, la neurociencia nos lleva a pensar que no basta con desarrollar la *inteligencia ejecutiva* para lograr la *humanización* en todos nuestros actos, pues también es preciso ser empáticos; además, a diferencia de la *inteligencia ejecutiva*, la *empatía* sí nace con nosotros en unas neuronas espejo localizadas en la ínsula anterior y en la corteza cingular anterior.

De acuerdo a pensadores como Mathieu (6), el ser humano posee un potencial enorme de bondad y de felicidad que hay que cultivar mediante el altruismo; el autor lo considera como la *empatía llevada a la acción*. Mathieu (6) también afirma que el ser humano está en una búsqueda permanente de la felicidad, el cuidado del medio ambiente y una economía que le supla sus necesidades de bienestar y seguridad. Estos intereses deseables deben ser contrastados con los suyos, los del prójimo y los de los otros seres vivos que le rodean (animales/vegetales); además, deben ser aplicados en el presente, a mediano o a largo plazo. Es en este punto donde cobra importancia la tarea de formar en valores para que, a partir del altruismo, el individuo se motive a hacer el bien, escuchar las necesidades del otro, respetar y darle valor al otro y cuidar de la humanidad y el ambiente, porque en esta vida el bienestar debe ser compartido con el interés del aforismo médico hipocrático “primero no hacer daño”.

El *humanismo* requiere de un esfuerzo para aprender a conocernos y cuidarnos. Se ha encontrado una disminución de la empatía y del altruismo cuando al individuo se le ponen cargas académicas y laborales muy pesadas o demandas extenuantes que consiguen una supresión emocional y un desapego a los cuidados que merece el prójimo, quizá como un mecanismo de autoconservación (7); de ahí la importancia de no trabajar más de las horas “legales”, de disponer de un tiempo para el desarrollo propio y para compartir con la familia y de disfrutar de la naturaleza, pues, en la medida en que cuido de mis actos y de mi salud mental y física, adquiero hábitos proclives a tratar a los demás con respeto, bondad y altruismo.

Howard (8), el autor de la teoría de las inteligencias múltiples, hace otro aporte trascendental desde la psicología cognitiva en torno a la *humanización*: en su tratado sobre las cinco mentes del futuro, aborda el tema de cultivar las mentes de forma creativa, disciplinada, sintética, respetuosa y ética para aprovechar todo el recurso mental que posee el ser humano y enfrentar la avalancha del desapego y los retos del futuro que trae consigo la nueva tecnología (como la *inteligencia artificial*). La mente respetuosa permite aceptar las diferencias del otro y valorar a cada cual, no importa sus diferencias, mientras que la mente ética permite actuar de manera correcta siempre, pese a las tentaciones de usufructo personal. Para ello se requiere una gran labor de enseñar con el ejemplo desde la infancia en las instituciones educativas, la sociedad y la familia.

Para finalizar, resalto el trabajo que viene llevando a cabo el *Programa de Humanización en Salud* en el Hospital Universitario Nacional de Colombia y en la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Colombia, que no solo ha puesto énfasis en el *humanismo* a partir del respeto por sí mismo, sino también en el trato a los

pacientes y colegas (ejercicio profesional), en el servicio que provee el hospital (atención institucional) y en la formación profesional (*humanismo* en la educación). En síntesis, solo el *humanismo* podrá mantener la apropiada articulación del ser humano con la naturaleza, y quizá sea la única forma de inmunización que existe contra la destrucción de la familia y del planeta.

José Ricardo Navarro-Vargas MD

Profesor titular, Departamento de Cirugía, Facultad de Medicina
Universidad Nacional de Colombia, Bogotá D.C., Colombia.
Decano, Facultad de Medicina, Universidad Nacional de
Colombia, Bogotá D.C., Colombia.
jrnavarro@unal.edu.co

Referencias

1. **Gutiérrez-Recacha P.** Pedro Lain Entralgo. La Humanización en la Medicina. *Educación Médica*. 2016;9:51-4. <http://doi.org/bkb2pr>.
2. Frase célebre Aristóteles - Hábitos. JeroniCalafell; [cited 2018 Sep 10]. Available from: <https://goo.gl/SPTKWC>.
3. **Marina JA.** La inteligencia ejecutiva. Editorial Ariel; 2012.
4. **Navarro-Vargas JR, Reyes-Duque G.** El humanismo en la formación del médico. Papel de la neurociencia y la psicología cognitiva. *Rev Chil Anest*. 2018;47(2):73-82. <http://doi.org/ctwj>.
5. **Wald HS, Anthony D, Hutchinson TA, Liben S, Smilovitch M, Donato AA.** Professional identity formation in medical education for humanistic, resilient physicians: pedagogic strategies for bridging theory to practice. *Acad Med*. 2015;90(6):753-60. <http://doi.org/f7dq23>.
6. **Matthieu R.** En defensa del altruismo. El poder de la bondad. Editorial Urano; 2016.
7. **Burks DJ, Kobus AM.** The legacy of altruism in health care: the promotion of empathy, prosociality and humanism. *Med Educ*. 2012;46(3):317-25. <http://doi.org/ctwk>.
8. **Howard G.** Las cinco mentes del futuro. Un ensayo educativo. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S.A.; 2005.