

## Ética del Cuidado *Ethics of Care*

Constantino González Quintana<sup>1</sup>

### RESUMEN

El cuidado es un elemento constitutivo del ser humano, que no es capaz de realizarse como tal si no vive volcado en el cuidado de sí mismo, de los otros y de lo otro que nos rodea. La tarea de cuidar, además, es una característica específica de las profesiones sanitarias, porque el objeto principal de su actividad no son las técnicas sino las personas sujetas a su cuidado. Cuidar al otro vulnerable es un deber ético basado en la responsabilidad y la relacionalidad, que se expresa a través de la empatía, la solidaridad y la comprensión.

**Palabras clave:** Cuidado, responsabilidad, relacionalidad, sentimiento, alteridad, ética.

### ABSTRACT

Care is a component of the human being, which is not able to perform as if you don't live in care of yourself, the others and the other around us. The task of taking care, also, is a specific feature of the health professions, because the main object of its activity is not technical but the people under their care. Other vulnerable care is an ethical duty based on responsibility and relationality, which it is expressed through empathy, solidarity and understanding.

**Key words:** Care, responsibility, relationality, feeling, otherness, empathy, solidarity, ethics.



<sup>1</sup>Titular del Blog Académico: Bioética desde Asturias. España

Correspondencia: Dr. Constantino González Quintana. Titular del Blog Académico: Bioética desde Asturias. Oviedo. Asturias. España. Correo electrónico: constantinoq147@gmail.com .

## Saber cuidar: ética de lo humano

Hay algo en los seres humanos que nos distingue y nos cualifica como tales, como humanos: es el sentimiento, la capacidad de emocionarse, de volverse sobre sí mismo, de afectarse o, dicho con otras palabras, la capacidad de cuidar-se y de cuidar de aquello que no soy yo. El Diccionario de Lengua Española define cuidado como la acción de cuidar, o sea, “asistir, guardar, conservar” y, también, “poner diligencia, atención y solicitud en la ejecución de algo” a alguien. Sólo los seres humanos podemos sentirnos afectados por un amigo frustrado o enfermo, poner nuestra mano en sus manos, mirarle a los ojos, escucharle, ofrecerle consuelo, esperanza o el propio silencio, porque somos capaces de construir un mundo de lazos afectivos donde nos preocupamos y nos ocupamos de cuanto nos rodea. La categoría de cuidado recoge ese modo de ser y verifica el tipo de ser humano y la estatura moral de cada uno.

Todo eso pone de relieve que, junto al “logos”, la razón y sus estructuras de comprensión y de justificación argumentativa, características indiscutibles de lo humano defendidas por el pensamiento occidental, junto a todo eso, también está el “pathos”, el sentimiento, la simpatía y la empatía hacia el diferente, el que no soy yo, el otro y lo otro que me rodea. Ese movimiento hacia fuera de nosotros mismos nos hace sensibles a lo que está a nuestra mano o en nuestras manos, nos une a las cosas y nos envuelve con las personas, nos impulsa a admirar la grandeza del universo, venerar la complejidad y belleza de la madre-tierra, sentir ternura ante la fragilidad de un recién nacido y preocupación ante la vulnerabilidad del ser humano. Ese sentimiento tan real y profundo, como complejo y transformador, se llama “cuidado”.

La época contemporánea ha rescatado la centralidad de todas esas dimensiones a partir de la psicología profunda (Freud, Jung, Adler, Rogers, Hillman...) y del amplio movimiento de la filosofía existencial y personalista (Buber, Mounier, Heidegger, Lévinas, Ricoeur...). Todo esto nos invita a superar el modelo cartesiano centrado exclusivamente en el pensamiento (“pienso, luego existo”) por otro que tenga en cuenta todas las dimensiones de la existencia humana. Una prueba de ello es el éxito alcanzado por D. Goleman con su libro sobre la inteligencia emocional, que pone de manifiesto aquello que ya Platón, San Agustín, la escuela franciscana medieval con San Buenaventura y Duns Scoto, Pascal, Schleiermacher o Heidegger, por ejemplo, nos enseñaron: que la dinámica humana no es sólo la racionalidad del *logos* sino la calidez y sensibilidad del *pathos*, es decir, del sentimiento, de la lógica del corazón y del cuidado.



Más recientemente, las obras de E. Lévinas y de P. Ricoeur subrayaron la responsabilidad por el “rostro” del otro y la “solicitud” por el otro, enriqueciendo de manera muy sugerente la ética del cuidado. “El término *yo* significa *heme aquí*, respondiendo de todo y de todos... constrictión a *dar* a manos llenas...”, como asegura Lévinas.

Viene a cuento recordar la novela de Saint Exupéry, “El Pequeño Príncipe”, cuando dice que “las cosas esenciales e invisibles a los ojos se ven correctamente con el corazón. Se trata un modo de comprender la vida y la acción que encuentra el primer principio de la ética en “pensar bien” referido no a conceptos y principios abstractos, sino a responsabilidades y a relaciones concretas que nos entrelazan mutuamente. E. Morin habría añadido que “todo acto moral es un acto de religación con el prójimo, con una comunidad, con una sociedad y con la especie humana”. La ética del cuidado concentra toda su atención en las responsabilidades y las relaciones con los otros, especialmente los más necesitados, débiles y vulnerables.

Visto desde esa perspectiva, el cuidado fue lo primero que moldeó al ser humano. Es un *a priori* ontológico que se encuentra antes y está en el origen del ser humano, que brota sin cesar como energía vitalizadora del ser humano. Así es como empezó el sentimiento, la ternura y la vida del corazón, como principios constituyentes del ser humano. Sin esas dimensiones, el ser humano jamás sería humano. Dicho con otras palabras, la base de la esencia humana no se encuentra sólo en la razón y en la inteligencia, en la libertad y la creatividad, sino en la sensibilidad, la cercanía, la empatía, la solidaridad, la comprensión... el cuidado. Este es, en realidad, el soporte o la base de

la creatividad y la libertad, de la razón y la inteligencia. En suma, la aptitud y la actitud de cuidar son parte esencial del *ethos* de lo humano.

### **Figuras ejemplares de la tarea de cuidar**

El cuidado como modo de ser específico del ser humano puede convencer o, al menos sacudir con fuerza la mente y el corazón, cuando se comprueba que forma parte explícita de la vida de las personas que, de ese modo, transforman la realidad donde viven. Todos conocemos excelentes ejemplos. Algunos de ellos son bellísimos y muy sugerentes.

#### **El cuidado de nuestras madres y abuelos**

Son figuras que irradian cuidado por los poros de su cuerpo y lo hacen, en muchas ocasiones, de manera silenciosa aunque son silencios llenos de discursos. De hecho, la primera cuna del bebé es el cuerpo de su propia madre, un modo de ser que engloba todas las dimensiones de su personalidad, no sólo la biológica. En los momentos de peligro las invocamos pidiendo ayuda y salvación. A través de ellas aprendemos a ser madres de nosotros mismos en la medida en que aprendemos a aceptarnos, a conocer nuestras propias flaquezas, a emprender nuestros sueños... a cuidarnos y a cuidar de otros. Esas figuras representan de algún modo la actitud de los educadores, de los profesionales sanitarios y de quienes se desviven por cuidar a otros.

#### **Jesús de Nazaret: una vida entregada a cuidar**

Es una de las figuras que mejor encarna el cuidado como modo de ser y de actuar. Reveló el cuidado de Dios por los seres humanos e hizo posible la experiencia de Dios como Padre (y como Madre) que cuida de cada pelo de nuestra cabeza, de la comida de los pájaros y del sol que nos alumbraba (Mt 5,45). Mostró especial cuidado con los pobres, los hambrientos, los discriminados y los enfermos. Hizo del amor la clave de su ética, derrochando misericordia, compasión, acogida y perdón. Las parábolas del buen samaritano, que se compadece del abandonado al pie del camino (Lc 10, 30-37), y la del hijo pródigo acogido y perdonado por su padre (Lc 15,11-32), destilan el cuidado y la humanidad de Jesús. Antes de morir en la cruz cuida a los ladrones crucificados a su lado y cuida a su madre encomendándola a los cuidados de su discípulo preferido (Jn 19,26-27). Jesús mismo es un ejemplo de saber cuidar: "Él hizo bien todas las cosas... hizo oír a los sordos y hablar a los mudos" (Mc 7,37).

#### **Francisco de Asís: la fraternidad de un hermano universal**

Todo en su vida estuvo traspasado por un extremo cuidado hacia la naturaleza, los animales, las aves, las plantas y los pobres. Tenía una refinada percepción del lazo fraternal que nos une a todos los seres vivos. Llama con "hermanos" y "hermanas" al sol, a la luna, a las hormigas, a los ladrones, al famoso lobo de Gubbio y a la muerte. Las cosas tenían para él corazón. Sentía sus pulsaciones y mostraba veneración y respeto hacia cada ser vivo por pequeño que fuese. La figura del "poverello" de Asís sigue siendo actual. Representa una verdadera alternativa por su radical modo de vivir cuidando su entorno. Cuando estaba a punto de morir se despidió de sus frailes diciendo: "me aparto de vosotros como persona, pero os dejo mi corazón". Recrear hoy ese corazón y rescatar la cordialidad de sus relaciones, nos impulsa a reproducir su fascinación por la sinfonía del universo y su cuidado con todo lo que nos rodea.

#### **Madre Teresa de Calcuta: vivir cuidando moribundos**

Ha encarnado uno de los arquetipos del cuidado más difundidos actualmente. Estando como misionera en la India se despojó de su solemne hábito negro y se vistió con un práctico y barato sari de algodón. Fue a vivir en la periferia más miserable de Calcuta, en una casa en ruinas, viviendo a base de arroz y sal, como los pobres y sirviendo a los pobres. Organizó una casa para los moribundos que recogía de las calles y a quienes lavaba para que pudieran morir con dignidad. Cultivaba, además, un carisma ligado directamente con la ternura: "tocar" la piel, las llagas y los cuerpos de las personas atendidas. "Tocadlos, lavadlos, alimentadlos", insistía la madre Teresa a sus hermanas y a los voluntarios que ayudaban, aun sabiendo que en la India está muy arraigado el concepto de "intocabilidad". Las manos que tocan llevan caricias, devuelven confianza, ofrecen acogida, manifiestan cuidado y crean humanidad.

#### **Mahatma Gandhi: dedicar la vida a cuidar de su pueblo**

Se entregó a la tarea de organizar al pueblo contra la dominación inglesa, pero sus metas eran mucho más amplias: la abolición de las castas, la justicia social, la transformación de las estructuras económicas y la concordia entre religiones, designios que convergían en el ideal de una profunda renovación ética y espiritual del ser humano. La actividad política era para él "un gesto amoroso para con el pueblo", es decir, un cuidado por el bienestar de todos y, en particular, por los derechos de los

excluidos y los pobres. Los principios básicos de su actuación eran la fuerza de la verdad y la no-violencia activa. De ahí el contenido de su credo: “No tendré miedo de ninguno sobre la tierra. Mostraré a Dios veneración y respeto. No tendré mala voluntad con nadie. No aceptaré injusticias de nadie. Venceré la mentira con la verdad. Y, en mi resistencia a la mentira, aceptaré cualquier tipo de sufrimiento”.

Se podrían añadir numerosas personalidades y asociaciones actuales dedicadas al cuidado. Nos ayudan a comprender que el deber de cuidar nos incluye a nosotros mismos como seres psicosomáticos: el mundo interior, el cuerpo, la salud, la enfermedad y la muerte como nuestra mayor travesía. Y, por supuesto, incluye el cuidado de los otros, en particular los pobres, los excluidos y los enfermos, así como el cuidado del planeta Tierra y todos sus seres vivos.

### El “arte de cuidar”: algunos elementos básicos

Veamos ahora los componentes básicos del cuidado a otras personas. Son cualidades necesarias, pero ninguna es suficiente por sí sola. Es un arte que se aprende practicándolo.

- ◆ **Compasión.** Consiste en percibir el sufrimiento ajeno, interiorizarlo y vivirlo como si fuese una experiencia propia. Reducirlo a un mero lamento exterior de la situación ajena es superficial y falso. La auténtica compasión se traduce en solidaridad hacia el otro. El requisito indispensable para ejercerla es la experiencia de la alteridad: hacerse cargo de la situación de vulnerabilidad y sufrimiento de otros seres humanos. Significa ponerse en su lugar, sin manipular su identidad ni invadir su mismidad. Es la raíz del cuidado.
- ◆ **Competencia.** Significa estar capacitados para desarrollar la propia profesión de un modo óptimo. Cuidar a otros exige contar con capacidades y habilidades específicas. Requiere una formación actualizada y continua cuyo objetivo es el conocimiento del ser humano desde una perspectiva integral o biopsicosocial. Puede ser eficaz focalizar la competencia en la vertiente técnica, pero sería un tremendo error dejar en segundo plano la totalidad de la persona que se debe cuidar, olvidándose de aspectos tan importantes como la comunicación, la cercanía, el acompañamiento, la comprensión, las caricias o los gestos, por citar algunos ejemplos.

- ◆ **Confidencialidad.** Las experiencias del dolor, el sufrimiento y la soledad, se viven de manera personalizada. En esas situaciones siempre se necesita un confidente, con capacidad para escuchar, ser discreto y guardar secreto sobre cuanto le comunica la persona cuidada. La confidencialidad está relacionada con la buena educación, el respeto y el silencio pero, principalmente, con la capacidad de preservar la intimidad del otro, su mundo interior. Se puede describir como la virtud que protege al otro para salvaguardar su intimidad y no ser objeto de exhibición.
- ◆ **Confianza.** La relación de confianza es el eje en torno al que gira la relación entre el agente cuidador y el sujeto cuidado. Ya hay constancia de ello en los textos más antiguos de la ética médica, por ejemplo. Confiar en alguien es creer en él, ponerse en sus manos y a su disposición. Eso sólo es posible si uno se fía del otro y le reconoce autoridad profesional y moral. La lejanía, la frialdad de trato, el engaño o el abandono, provocan desconfianza, hacen mucho más difícil la intervención y suele ser la causa de no dejarse cuidar. Por eso es importante dar pruebas de confianza con palabras y gestos, con empatía, solidaridad y comprensión.
- ◆ **Conciencia.** Implica saber lo que está en juego, asumirlo conscientemente y, además, significa reflexión, prudencia, cautela y conocimiento de lo que se trae entre manos: la vida, la salud, la vulnerabilidad del otro. En la tarea de cuidar es muy importante la conciencia de la profesionalidad, lo que supone mantener siempre la tensión, poner atención en lo que se está haciendo y no olvidar nunca que el acto de cuidar no termina en uno mismo, sino en la persona que está bajo la responsabilidad de nuestros cuidados.

Y, precisamente porque son indispensables esos elementos anteriores, resulta necesario completarlo con otras cualidades como saber mirar, saber escuchar, tener tacto y contacto (porque el cuerpo habla) y ayudar a que el otro sea él mismo aprendiendo no sólo a estar-con él, sino a estar-por él y a ser-por él, o sea, a cuidar-le. Así pues, el cuidado es un componente básico de la ética de lo humano y, por ello, de la actividad sanitaria, porque pone de relieve el deber de ponerse en lugar del otro para comprender sus necesidades y sentimientos. Pone a prueba la calidad de nuestras relaciones y responsabilidades, de nuestra empatía, de nuestra solidaridad y de nuestro corazón. Nos hace más humanos.