“COMUNICÁNDONOS CON NUESTROS PACIENTES”

Dra. Gema Herrera Belmonte
Rehabilitación oncológica y cuidados paliativos
Miembro del equipo de Cuidados Paliativos-SENTEC
Miembro de Humanizar la Salud Bolivia y ASIREC

La palabra *comunicación* conlleva tantos aspectos importantes en nuestra vida. Es una acción que cumplimos en nuestro día a día, muchas veces, incluso, sin percibirla.

A través de ella todo nuestro conocimiento, sentimientos, pensamientos afloran, se tornan perceptibles, reales; es una herramienta que nos permite ser, convivir con el otro, con nuestra comunidad y desarrollarnos en nuestro entorno.

El transmitir información, ideas, emociones fomenta la comprensión, la colaboración y la construcción de relaciones interpersonales saludables. Además, es indispensable a la hora de resolver conflictos, tomar decisiones y alcanzar objetivos en común.

Una buena comunicación es crucial para lograr una vida plena en sociedad y sentir el bienestar individual.

¿Por qué tendría que ser todo esto diferente cuando nos trasladamos a la comunicación del personal de salud con el paciente y su familia?

Pues no, no difiere de los conceptos anteriores, mas, al contrario, se torna más importante aún de lo que es en nuestro día a día.

La comunicación se establece como el camino terapéutico que nos permite llegar a cumplir muchos objetivos planteados, mucho más aún, si hablamos de pacientes en cuidados paliativos.

Una adecuada comunicación nos llevará a establecer lazos de confianza y respeto y nos ayudará a cumplir muchas metas: mejoraremos la comprensión del paciente acerca de su estado de salud y tratamiento, colaboraremos en lograr una mejor adherencia al tratamiento y la confianza hacia los métodos terapéuticos ofrecidos, reduciremos la ansiedad, el estrés emocional del paciente y de sus cuidadores, facilitaremos la toma de decisiones, incrementaremos el índice de confiabilidad del paciente hacia nuestro equipo, mejoraremos la calidad de vida, entre otros.

Algunas pautas para lograr una comunicación efectiva van en relación a saber escuchar

atentamente, hablando claro, fomentando el dialogo, respectando la intimidad, siendo empáticos, brindando información precisa, fomentando la participación de su entorno.

Es por estos motivos que, al darnos un espacio para mejorar nuestras cualidades comunicativas, nuestras expresiones verbales, gestuales y afectivas, nos esforzarnos por ser claros, concretos pero completos, honestos con lo que transmitimos, respetando tiempos de expresión y de comprensión, tiempos de palabras y tiempos de silencio nos permitiremos transitar un viaje menos pedregoso al lado de los que acompañamos.