

# Detrás de la oscuridad, viene la luz (experiencias vividas por una enfermera)

María José Millán Ayala<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enfermera en el Hospital de Alta Resolución de Puente Genil

Correspondencia: C/ Pedroche nº 2 Portal 4, 2º A. 14006. Córdoba.

*Cómo citar este artículo en edición digital: Millán Ayala, M<sup>a</sup>. J. (2015). Detrás de la oscuridad, viene la luz (experiencias vividas por una enfermera). Cultura de los Cuidados (Edición digital), 19, 41.*

*Disponible en: <http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2015.41.04>*

*Correo electrónico: [mjmillan@ephag.es](mailto:mjmillan@ephag.es)*

*Recibido: 19/11//2014; Aceptado: 9/02/2015*



## ABSTRACT

This story describes a situation in which the nurse in charge of care to others is suddenly transformed into a person who has to be careful of a serious health problem. This sudden change of role experienced by this nurse is a source for professionals to be able to step into the shoes of people who care porque..en any time may be the ones that have to be maintained.

**Keywords:** autobiographical story, experiences, phenomenology

## RESUMO

Esta história descreve uma situação em que a enfermeira encarregada de cuidar do outro é subitamente transformado em uma pessoa que tem que ter cuidado com um grave problema de saúde. Esta súbita mudança de papel vivido por esta enfermeira é uma fonte de profissionais

para ser capaz de entrar na pele de pessoas que se preocupam porque..en qualquer momento podem ser os que têm de ser mantidos.

**Palavras-chave:** história autobiográfica, experiências, a fenomenologia.

## RESUMEN

Este relato describe una situación en la que la enfermera encargada de los cuidados a los demás se transforma de repente en una persona que tiene que ser cuidada de un grave problema de salud. Este súbito cambio de rol experimentado por esta enfermera constituye una fuente para que los profesionales sean capaces de ponerse en la piel de las personas que cuidan porque..en cualquier momento pueden ser ellos los que tengan que ser cuidados.

**Palabras clave:** relato autobiográfico, experiencias vividas, fenomenología.

Hace un año y medio, mientras me encontraba de vacaciones, desperté una mañana como cualquier otro día, con muchos proyectos en mente para ese día, pero en cuestión de segundos mi vida cambió. Fui a urgencias de un hospital y tumbada en una camilla sentí que mi vida se apagaba, no tenía miedo porque el dolor en mi corazón era tan grande que paralizaba el resto de sentidos. Llegué a despedirme de mi familia (aunque en mis recuerdos no está presente).

De repente, desperté como de una pesadilla, no recordaba nada de lo sucedido; mi último recuerdo fue un dolor inmenso en mi corazón y la sensación de estar muy lejos cuando mi familia estaba cerca; sentía angustia porque no podía ver, solo escuchaba la voz de médicos, enfermeros que decían que habría que esperar para ver las secuelas, suerte que pronto caí en un profundo sueño.

Este es el comienzo de una larga lucha por aprender a vivir, sabiendo que lo que sufrí no fue un mareo ni una patología leve sino una parada cardíaca provocada por una disección coronaria espontánea. Y todo esto, siendo enfermera conociendo la gravedad de la situación y como me dijeron sabiendo que “la suerte es que estaba en la sala de espera de un hospital”.

Cuando te encuentras en esta situación, te surgen multitud de preguntas como son:

¿Qué ocurre cuando el que cuida, tiene que ser cuidado?, ¿que sentimientos surgen cuando una enfermera pasa a ser paciente y ha de estar en manos de otros enfermeros y médicos? ¿Estamos preparados para esta situación?

Mi respuesta, es no. Cuando te ocurre una patología de estas características, lo primero es negarlo, pensar que le está ocurriendo ha otra persona, y después llega el miedo, la incertidumbre y la desesperación de si se volverá a repetir.

A los enfermeros nos enseñan a cuidar, nos enseñan a estar al lado de los pacientes y ha detectar signos de alarma ante pacientes críticos. Enfermería, siempre está a pie de cama, cuando los pacientes sienten miedo, está para aliviar la ansiedad del paciente.

Cuando eres la paciente, te das cuenta de los miedos por los que pasa nuestros pacientes. Cuando están llenos de cables, monitores con sonidos de alarma que no dejan de sonar. Des-

de la cama, observas cuando algo no va bien, porque el personal sale corriendo, escuchas hablar al personal entre ellos, pero sin decirte nada hasta que todo se normaliza y comienzan a explicarte qué ha ocurrido.

Esta situación crea un estado de angustia y miedo, que es aliviado cuando te encuentras con profesionales sanitarios que con su paciencia, dedicación te informan de tu situación y te apoyan en el proceso hacia la recuperación.

La enfermería, puede recoger información e identificar problemas a través de la valoración enfermera, y así, realizar intervenciones enfermeras encaminadas a solucionar y/o minimizar problemas. También, establecen unos objetivos de resultados que se pretenden alcanzar.

Como enfermera y paciente que fui, puedo expresar, la labor humana y profesional tan importante que desarrollamos ante nuestros pacientes. Hay situaciones, en las que solo con la compañía de un profesional, recuperas el estado de tranquilidad y desaparece la ansiedad.

En este proceso de recuperación, es muy importante las palabras de ánimo recibidas, los momentos de alegría y tristeza vividos, con cada uno de mis compañeros, que tanto me ayudaron, y que juntos, formamos parte de una gran familia dentro del Hospital.

Quisiera terminar, diciendo que en esta experiencia tan desagradable por la que pasé entre la vida y la muerte, he podido valorar el trabajo que realizamos diariamente y que en ocasiones, no somos conscientes porque trabajamos de forma automática, pero que los pacientes valoran enormemente.

Puedo decir, que detrás de la oscuridad, siempre esta la luz; que después de pasar por esta experiencia, puedo ver la luz de la vida, y he podido querer más aún si se puede, a mi profesión.