

COMUNICACIÓN Y EMPATÍA. HABLAMOS CON LA RADIONCÓLOGA VIRGINIA RUÍZ

ENTREVISTA DE CRISTINA GIL, COLABORADORA DE EUPHARLAW

¿A quién no le ha pasado? Que levante la mano el que no ha salido de una consulta pensando: ¿qué mosca le habrá picado? ¿Cuándo tendrá un día agradable? Lástima, me ha vuelto a tocar “el día borde”, el día “apático”, etc. En alguna ocasión a todos nos ha pasado esto; ese momento en el que el profesional podría hacer un ejercicio de empatía, ponerse en el lugar del otro y asumir que la forma en la que está diciendo las cosas también tiene sus efectos.

Ahora, por unos segundos, supongamos que no es una gripe, sino que es algo grave y que tenemos ese sentimiento de indefensión ante lo desconocido, y la persona que nos debería transmitir seguridad nos parece hostil y que quiere despacharnos. ¿Cómo se sentirían?

Hoy quiero poner el foco en este tema, en la necesidad de una comunicación humana que muestre interés, cuidado y, sobre todo, respeto ante el diagnóstico que se está dando y la forma de asimilación del paciente y los familiares. Para hablar de esto he contactado con la Doctora Virginia Ruiz, médica especialista en Oncología Radioterápica desde 1995, que actualmente es Médico Adjunto del Servicio de Oncología Radioterápica en Burgos.

La labor de esta profesional me parece muy relevante y necesaria, porque dedica gran parte de su tiempo mejorar la comunicación médico-paciente. Uno de sus instrumentos de comunicación ha sido su blog “[Un rayo de esperanza](#)”, blog de una radioncóloga, en el que recoge experiencias, desmitificando su profesión, resolviendo dudas y dando apoyo y cariño a pacientes y familiares. Con él ha quedado finalista en la [III Edición de los Premios Albert Jovell](#). En estos premios los pacientes oncológicos reconocen la excelencia en el ámbito oncológico.

Doctora Ruiz, para comenzar me gustaría hablar de su experiencia con el blog, cuénteme por qué se decidió por uno. ¿Qué cree que le aporta a sus lectores y qué le aporta a usted como doctora?

Empecé a escribir un blog porque tenía muchas cosas que contar. A partir de una experiencia personal me di cuenta de que había muchas situaciones que le preocupan al enfermo y que no se abordan en la consulta rutinaria por diferentes motivos: presión asistencial, falta de tiempo, bloqueos mentales, mie-



dos, etc. También es patente el desconocimiento que hay entre la población general sobre la oncología radioterápica. Y por último, me daba cuenta de que paradójicamente los avances terapéuticos no iban parejos a los avances en humanización de la Medicina.

Con todos estos ingredientes me surgió el impulso de escribir, de contar mis reflexiones y adjuntarlos a la experiencia de más de veinte años de profesión.

El blog aporta esa información que busca el paciente y no encuentra navegando en el océano de internet, tratando de poner luz y algunas respuestas a dudas cotidianas sobre todo lo que rodea y conlleva el cáncer.

A mi personalmente me ha servido para reorientar mi trabajo, abrir una ventana al mundo y dar más sentido a lo que hago, pues puedo acercarme y ayudar a más gente. Digamos que escribir el blog tiene un efecto terapéutico para el que lee, pero también para el que escribe.

Es usted una gran defensora de la comunicación médico-paciente, ¿por qué cree que muchos médicos son reticentes a mejorar este campo?

La gran mayoría de los médicos escogemos esta profesión por vocación, por un espíritu de ayuda a los demás, especialmente a las personas que sufren alguna enfermedad grave. Sin embargo, durante la carrera de Medicina se estudian muchas materias científicas y se abandonan aspectos humanos, pues se considera que van incorporados “de serie” en el médico.

En mi caso he aprendido las habilidades de comunicación con el paciente a través de la experiencia, no porque nadie me las haya enseñado. Hubiera agradecido que alguien me hubiese enseñado no sólo a explorar bien a un enfermo, sino también a comunicarme eficazmente con él, desarrollar la empatía o saber dar malas noticias.

Probablemente muchos compañeros tienen reticencias a esta formación porque sienten que se deslegitima su vocación, cuando en realidad no es así. Nadie nace con todas las lecciones aprendidas. De la misma forma que nos preparamos para hacer una buena presentación pública de una ponencia entre colegas, sería bueno formarnos en habilidades de comunicación con los pacientes. No debemos olvidar la gran influencia que nuestro lenguaje ejerce sobre los pacientes y el efecto terapéutico de una buena comunicación. Cuidar este aspecto debería ser una prioridad.

¿Qué le diría a aquellos compañeros que no quisiesen acudir a los cursos de comunicación? ¿Cómo les convencería?

Los médicos en algún momento de nuestras vidas somos también pacientes. Cuando nos encontramos ante esta situación nos damos cuenta de nuestra vulnerabilidad, y nos coloca al mismo nivel que a los pacientes que antes hemos tratado. Es en estas situaciones cuando nos damos cuenta del valor de la comunicación de nuestros colegas.

Les convencería poniendo algunos ejemplos de películas donde se retrata esa falta de comunicación afectiva-efectiva, y la confrontaría con otras en las que ocurre lo contrario. Una buena autocrítica, incluso utilizando el sentido del humor, nos hace reflexionar y entender la conveniencia de una formación específica en ese sentido.

En su blog destacan la empatía y la cercanía, siempre tiene algo lleno de optimismo y vitalidad para compartir con los demás, ¿cómo lo consigue?

Creo que el secreto está en la autenticidad. Hay que huir del posturo o la autocomplacencia, ser lo más coherente y honesto posible entre lo que se piensa, lo que se dice y lo que se hace,

No debemos olvidar la gran influencia que nuestro lenguaje ejerce sobre los pacientes y el efecto terapéutico de una buena comunicación

aunque esto no siempre resulte fácil llevarlo a la práctica. Desde mi blog muestro ese lado humano que me movió en su día a estudiar Medicina, y que tanto se echa ahora en falta, poniendo un trocito de alma si cabe.

Trato de extraer las cosas buenas y las enseñanzas que cualquier situación difícil como el cáncer tiene. Como dice un proverbio chino “*No puedo cambiar la dirección del viento, pero si puedo ajustar mis velas para llegar a mi destino*”. Siempre podemos escoger el lado bueno de cualquier dificultad por dura que ésta sea.

Recientemente, ha acudido al congreso de la SEOR (Sociedad Española de Oncología Radioterápica), y usted relata que volver a Valencia supuso un reencuentro, pues habían pasado tres años y había sido en ese momento en el que había comenzado a escribir su blog. En estos tres años, ¿ha experimentado una mejora en el área de comunicación al paciente?

En julio de 2012 falleció un ser querido de cáncer de pulmón en Valencia, hace casi tres años. Meses después, en noviembre de ese mismo año escribí mi primer post. Este hecho me empujó a escribir como una forma de homenaje a esa pérdida, y también a través de esa experiencia abordar las carencias de comunicación con los pacientes de una forma asincrónica.

En estos pocos años de blog, he observado un interés en encontrar información de calidad y que le aporte valor al paciente. Creo que se ha mejorado la comunicación, pero aún queda mucho camino por recorrer. Sin duda ese camino lo marcarán, queramos o no los facultativos, los pacientes informados o “empoderados”. Es una realidad cada vez más palpable.

También en su blog descubrí a la superviviente y diseñadora Emily Mc Dowell, que muestra en su blog [qué le hubiese gustado oír durante su enfermedad](#). ¿Tan mal lo hacemos los familiares cuando intentamos arropar a nuestros seres queridos? ¿Nos falla la empatía o caemos en tópicos?

Ser cuidador de un enfermo no es fácil, nadie nace enseñado. Por un lado el paciente no quiere añadir sufrimiento a su entorno y expone su mejor cara si puede y, por el otro lado, el cuidador trata de buscar la forma de animar al paciente desde una perspectiva que no es la del enfermo.

El enfermo se siente solo en muchas ocasiones, y a veces le resulta más fácil desahogarse con personas con las que no haya un gran apego pero le ofrezcan confianza, como puede ser un profesional sanitario o con un psicólogo especializado. El cuidador debe acompañar sin juzgar, sin opinar, algo difícil cuando existe un vínculo de apego. Lo ideal es que el cuidador sea asesorado por un profesional y conozca las pautas para empatizar y tener una comunicación fluida, afectiva y eficaz.

Por último me gustaría agradecerle su [decálogo](#) para una mejor comunicación oncólogo-paciente, dónde recalca la necesidad de que el profesional se presente, escuche al paciente e incluso agradezca el papel de los cuidadores. ¿Cómo acercaría este decálogo al día a día de las consultas?

Lo acercaría concienciando a los profesionales acerca de las necesidades de los pacientes. Los pacientes tienen necesidades físicas, de cuidado, de autonomía, pero también tienen necesidades psicosociales e incluso espirituales. Es importante presentarnos, de la misma forma que nosotros debemos conocer el nombre del paciente al dirigirnos a él.

Es indispensable escuchar, pues de esa escucha obtenemos información clínica valiosa que nos puede orientar sobre las necesidades del paciente y poder abordarlas adecuadamente. Es importante también que el paciente cuente con apoyo social,



Un Rayo de Esperanza, Blog de una radioncóloga.

Me defino como médico en el sentido amplio de la palabra, con un interés especial por todo lo que rodea al enfermo oncológico. Creo firmemente en la Medicina Basada en la Evidencia, pero también en la Medicina Basada en la Diferencia y en la Experiencia. Estoy en la senda hacia una Medicina Humanista, porque si lo pensamos bien no existen enfermedades, sino enfermos.

[PÁGINA PRINCIPAL](#) [EQUIPO HUMANO](#) [¿QUÉ ES LA RADIOTERAPIA?](#) [50 SOMBRAS DE GY](#)
[ACERCA DE ESTE BLOG Y SU AUTORA](#) [CINETERAPIA ONCOLÓGICA](#) [ESPERANZA2](#)
[MIS ÁNGELES](#) [LA RADIOTERAPIA EN...](#) [RELATOS](#) [MENCIONES](#)

MÉRCOLES, 24 DE JUNIO DE 2015

La Voz Descalza



El maridaje entre la música y la poesía casan bien en la voz y la guitarra de Amancio Prada. "La Voz Descalza" es el nombre elegido por el artista para el recital de canciones itinerante en el que pone música y voz a la letra de los bellos poemas místicos de Santa Teresa de Jesús y San Juan de la Cruz resultándonos maravillosamente intemporales.

Tuve la suerte de escucharle en vivo el pasado sábado 13 de Junio en el Salón de Actos del Museo de la Evolución Humana de Burgos. Fue una sensación sencillamente sobrecogedora ver la solemnidad y la sobriedad del escenario junto al silencio callado entre butacas. Dos velas inician el ritual, representando esas llamas de amor viva que fueron Santa Teresa de Jesús y San Juan de la Cruz, para luego dar paso a la grandilocuencia de la voz de Amancio. Una fusión perfecta, como si las dos velas se juntasen en tal extremo que toda la luz fuera una sola. La razón, un homenaje al V Centenario del nacimiento de la carmelita descalza.

Las canciones, aún sin haberlas escuchado antes, me resultaban familiares y mi mente las canturreaba casi sin querer. Resulta difícil olvidar los sencillos y bellos poemas aprendidos en mi niñez de estos dos gigantes de la literatura, pues tienen ese peso profundo y reflexivo que a mi me atrae. Me percaté que las frases como "vivo sin vivir en mí", "muero porque no muero", "nada te turbe", "en una noche oscura" o "llama de amor viva" están ya grabadas a fuego.

En mi quehacer diario caigo en la cuenta en esas miles de voces descalzas vestidas con impúdico camión de hospital que representan para mí los

III PREMIO S ALBERT JOVELL 2015
Finalista en la categoría "Profesional de la salud más relevante en el ámbito oncológico"

II PREMIO S ALBERT JOVELL 2014
Finalista en la categoría "Labor periodística más comprometida con la normalización social del cáncer"

VOTA PREMIO S 2016 G S
Blogoteca

UN RAYO DE ESPERANZA. BLOG DE UNA RADIONCÓLOGA
Entra en LaBlogoteca a valorar este blog

WEB m d c s acreditada

CONFORMIDAD CON LOS PRINCIPIOS HONCODE
HON

y que éste sea validado en su papel. Ser agradecido y validar con el refuerzo positivo al cuidador, que también sufre, es algo que reporta grandes beneficios y si lo pensamos bien, cuesta muy poco.

Finalmente, invitaros a ver [la presentación](#) de la doctora Ruiz sobre la cercanía y la comprensión del doctor, y agradecerle su tiempo y su amabilidad a la hora de hacer esta entrevista.