

José Carlos Bermejo

EL PRINCIPIO DE HUMANIZACIÓN

Curar y cuidar



Desclée De Brouwer

José Carlos Bermejo

El principio de humanización

Curar y cuidar

Prólogo

Dr. Tomás Chivato

(decano de la Facultad de Medicina, Universidad San Pablo CEU)



Desclée De Brouwer

© José Carlos Bermejo, 2026

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER S. A., 2026

Henao, 6 - 48009 Bilbao

www.edesclee.com

info@edesclee.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Impreso en España – Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3989-7

Depósito Legal: BI-00091-2026

Índice

Prólogo Dr. Tomás Chivato (decano de la Facultad de Medicina, Universidad San Pablo CEU)	9
Introducción	19
1. Curar y cuidar	25
La cultura del cuidado	29
Cuidar en Jesús	35
Curar y cuidar en asistencia sanitaria	40
Enfermería, medicina y cuidado	43
Matices necesarios	50
El concepto de salud en el fondo	53
2. Dignidad y cuidado	57
La dignidad	58
Dignidad siempre	63
Ética del cuidado	69
Nunca incuidables	74
Cuidarse para cuidar	78
En el cuidar nos va la vida	87
Cuidar la relación	91
Dejarse cuidar	94

EL PRINCIPIO DE HUMANIZACIÓN

3. La estética del cuidar	99
Cuidado holístico	99
La estética del cuidado	105
La confianza en las relaciones humanizadas.....	109
Cuidar el cuerpo enfermo	114
Cuidar el jardín interior	118
Cuidar la salud emocional.....	122
4. Humanismo en la asistencia sanitaria.....	127
Qué es el humanismo médico	128
El principio de humanización en la asistencia sanitaria.....	130
Navegando por las definiciones.....	131
Necesaria humanización desde la vulnerabilidad.....	134
<i>Veridicità</i> : propuesta de decálogo de valores del humanismo	135
Acróstico para evocar los valores humanistas en salud	137
¿Y si al humanismo le añadimos “cristiano”?.....	139
Humanismo sin Dios y con Dios.....	145
Cerrando el libro	151

Prólogo

Quisiera empezar felicitando al lector por su acertada elección de dedicar tiempo de calidad a disfrutar del libro que tiene en sus manos. El doctor José Carlos Bermejo tiene el don de la palabra oral y escrita y aborda en profundidad en este libro aspectos esenciales del curar y del cuidar, de la dignidad humana y de la vulnerabilidad. El autor tiene importantes conocimientos *teóricos y una gran experiencia práctica adquirida por su importante puesto de responsabilidad en el Centro Los Camilos de Tres Cantos*. La relevancia de poner en valor la humanización de la asistencia sanitaria se está convirtiendo en una necesidad.

La actividad asistencial ha experimentado cambios cualitativos y cuantitativos muy significativos en los últimos años. La información al paciente o los consentimientos informados son ejemplos de estos cambios. La informatización de las historias clínicas, la ley de protección de datos o la digitalización de las imágenes son otros ejemplos de cómo la informática se aplica en la práctica médica.

Estamos empezando una nueva era de la medicina de precisión: predictiva, participativa, preventiva, personalizada y poblacional. En la actualidad las nuevas ciencias ómicas (proteómica,

transcriptómica, genómica o la metabolómica), la inteligencia artificial, la telemedicina, la bioinformática, los datos masivos (*Big data*), el *machine learning* o la robótica están revolucionando la asistencia y la investigación en Medicina. Una era en que las nuevas ciencias han llegado para mejorar los diagnósticos y tratamientos. Una era en la que se intenta ofrecer a cada paciente el mejor tratamiento en el momento oportuno.

Siendo esencial el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades, es crucial potenciar todas las actividades de educación y prevención. Por ejemplo, es muy buena noticia disponer de excelentes unidades de cardiología intervencionista que permitan corregir las lesiones derivadas de la cardiopatía isquémica mediante la colocación de *stents*, pero es mucho más saludable retomar la dieta mediterránea, abandonar el hábito tabáquico, evitar o disminuir el sedentarismo y realizar ejercicio moderado acorde con la edad o disminuir el estrés crónico mantenido.

Se atribuye a Virgilio (70 a.C.-19 a.C.) el poema clásico *Moretum*. Virgilio heredó el espíritu griego al tiempo que representó los valores genuinos de Roma, llegando a ser considerado uno de los padres de Occidente.

“Su mano se mueve en círculos,
hasta que gradualmente, uno a uno,
pierden sus poderes propios,
y de muchos surge un solo color,
no completamente verde,
porque los fragmentos lechosos lo prohíben,
ni se muestran blancos como la leche,
porque ese color se altera con tantas hierbas”.

PRÓLOGO

El poema se refiere a un típico plato mediterráneo de queso seco que se triturbaba y mezclaba, en un mortero, con ajo, sal, cilantro, aceite y vinagre, con paciencia y sabiduría. De este poema surge la frase en latín *E pluribus unum*, que significa “de muchos uno” y se utiliza en equipos de fútbol o en escudos de armas de algunos países. Este lema es perfectamente aplicable a todas las personas relacionadas con la humanización de la asistencia sanitaria: pacientes, familiares, profesionales sanitarios, cuidadores, etc.

Es relevante recordar la importancia del profesionalismo que podríamos definir como el conjunto de principios éticos y deontológicos, valores y conductas que sustentan el compromiso de los profesionales de la sanidad con el servicio a los ciudadanos, que evolucionan con los cambios sociales, y que avalan la confianza que la población tiene en los profesionales de la Sanidad. No olvidemos que el ejercicio de las profesiones sanitarias está íntimamente relacionado con el derecho a la protección de la salud, con el derecho a la vida y a la integridad física, con el derecho a la intimidad personal y familiar, con el reconocimiento de la dignidad humana y con el derecho al libre desarrollo de la personalidad.

Desde los tiempos de Hipócrates de Cos (450 a.C.) tenemos los profesionales un Juramento que durante casi dos mil quinientos años nos ha servido de guía ética:

“Juro por Apolo médico, por Asclepio, Higía y Panacea, por todos los dioses y todas las diosas, tomándolos como testigos, cumplir fielmente, según mi leal saber y entender, este juramento y compromiso:

Venerar como a mi padre a quien me enseñó este arte, compartir con él mis bienes y asistirle en sus

necesidades; considerar a sus hijos como hermanos míos, enseñarles este arte gratuitamente si quieren aprenderlo; comunicar los preceptos vulgares y las enseñanzas secretas y todo lo demás de la doctrina a mis hijos y a los hijos de mis maestros, y a todos los alumnos comprometidos y que han prestado juramento, según costumbre, pero a nadie más.

En cuanto pueda y sepa, usaré las reglas dietéticas en provecho de los enfermos y apartaré de ellos todo daño e injusticia.

Jamás daré a nadie medicamento mortal, por mucho que me soliciten, ni tomaré iniciativa alguna de este tipo; tampoco administraré abortivo a mujer alguna. Por el contrario, viviré y practicaré mi arte de forma santa y pura.

No tallaré cálculos, sino que dejaré esto a los cirujanos especialistas.

En cualquier casa que entre, lo haré para bien de los enfermos, apartándome de toda injusticia voluntaria y de toda corrupción, principalmente de toda relación vergonzosa con mujeres y muchachos, ya sean libres o esclavos.

Todo lo que vea y oiga en el ejercicio de mi profesión, y todo lo que supiere acerca de la vida de alguien, si es cosa que no debe ser divulgada, lo callaré y lo guardaré con secreto inviolable.

Si el juramento cumpliera íntegro, viva yo feliz y recoja los frutos de mi arte y sea honrado por todos los hombres y por la más remota posterioridad. Pero si soy transgresor y perjuro, avéngame lo contrario”.

PRÓLOGO

Es importante la defensa de la vida que se hace en este juramento desde su inicio hasta el final. Insistiré brevemente en los cuatros principios éticos esenciales de este juramento:

- Principio de beneficencia: Procurar el bien del otro y no el nuestro, favorecer y no perjudicar.
- Principio de no maleficencia: Obliga a no dañar a los demás, clásicamente conocido como *primum non nocere*.
- Principios de justicia y de equidad: Tratar a todos los pacientes por igual.

Hipócrates, además hizo importantes recomendaciones sobre la decencia del profesional: humanidad, misericordia, benevolencia, sabiduría, desprendimiento, modestia, integridad y dignidad.

Hasta la Segunda Guerra Mundial (1939-1945) este Juramento fue suficiente como brújula ética, pero a raíz de lo ocurrido en los campos de concentración fue necesario realizar una “actualización” a través de la Declaración de Ginebra en 1948:

“En el momento de ser admitido como miembro de la profesión médica:

Prometo solemnemente consagrar mi vida al servicio de la humanidad;

otorgar a mis maestros el respeto y la gratitud que merecen;

ejercer mi profesión a conciencia y dignamente;

velar ante todo por la salud de mi paciente;

guardar y respetar los secretos confiados a mí, incluso después del fallecimiento del paciente;

mantener, por todos los medios a mi alcance, el honor y las nobles tradiciones de la profesión médica;

considerar como hermanos y hermanas a mis colegas; no permitiré que consideraciones de edad, enfermedad o incapacidad, credo, origen étnico, sexo, nacionalidad, afiliación política, raza, orientación sexual, clase social o cualquier otro factor se interpongan entre mis deberes y mi paciente;

velar con el máximo respeto por la vida humana; no emplear mis conocimientos médicos para violar los derechos humanos y las libertades ciudadanas, incluso bajo amenaza.

Hago estas promesas solemne y libremente, bajo mi palabra de honor”.

Desde finales del siglo XX es relevante destacar un último principio ético, el principio de autonomía: el paciente es el actor-actriz principal, puede tomar sus decisiones, puede elegir lo mejor para sí mismo y tiene derecho a estar informado.

Además de cumplir y guiarse por estos principios éticos es necesario por parte de los profesionales sanitarios reunir y cultivar virtudes y valores como: respeto, amabilidad, alegría, paciencia, comprensión, responsabilidad, escucha, prudencia, confianza, empatía, veracidad, confidencialidad, tolerancia, humildad, fidelidad al paciente y su familia o la competencia profesional. Se trata de ser buenos profesionales y también profesionales buenos.

Si además nos acordamos de dónde venimos seremos mejores profesionales. La filosofía griega, el derecho romano y el humanismo cristiano son las raíces de nuestra Europa civilizada. Las virtudes cristianas están en el sustrato del cuidar, un amor que nutre, generoso, consciente de sus deberes, un amor espiritual

y profundo, desinteresado, gratuito, es *la caritas*, basado en las palabras de Jesús. Es el amor cristiano.

Para ser un buen profesional hay que ser una buena persona. El conocimiento técnico y la capacidad intelectual por sí solos no son suficientes. Para transformar realmente el mundo son imprescindibles la empatía, el compromiso y unos principios éticos muy sólidos.

En la actualidad precisamos de establecer una alianza terapéutica con los pacientes. La relación con los pacientes ha de ser humanitaria y humanizadora. Proporcionar compañía, compasión, consuelo, ayuda y cuidados. Aportar a todo acto asistencial el valor de la humanización.

Ojalá pudiésemos curar siempre, pero desde luego podremos aliviar, consolar y acompañar. Siempre podremos ser unos buenos cuidadores. Y el cuidado debe realizarse a todos los niveles: físico, mental, social, anímico y espiritual. No olvidemos que somos personas cuidando personas y también los cuidadores deben cuidarse y dejarse cuidar.

Como profesionales de la salud es muy importante: tratar enfermos y no solo enfermedades, tener actitud crítica, ser buenos comunicadores y empáticos, ser responsables individualmente y socialmente, tomar buenas decisiones para el paciente y para el sistema, ser competentes, eficaces, efectivos, eficientes y seguros, ser honrados y confiables, comprometerse con el paciente y con la organización.

Siendo muy importante el ordenador y las nuevas tecnologías disponibles, no hay que olvidar saludar con respeto a los pacientes, escucharles con atención y mirarles a los ojos. Los pacientes deben ser lo más importante en cualquier profesión sanitaria. Hay que intentar no solo ser buenos profesionales,

además hay que tratar de ser profesionales buenos. Los profesionales de la salud han de ser cuidadores de personas y no únicamente responsables de datos o imágenes. Hay un poder terapéutico en la mirada, en la escucha, en el saludo cordial: el factor humano.

Dada la presión a la que están sometidos los cuidadores, comparto un interesante decálogo para la salud del doctor José de Letamendi (1828–1897): Vida honesta y ordenada, usar de pocos remedios, poner todos los medios en no apurarse por nada, la comida moderada, ejercicio y diversión, beber con moderación, salir al campo algún rato, poco encierro, mucho trato y continua ocupación.

El CEU fue creado hace más de 90 años en Madrid por la ACdP a iniciativa de su primer Presidente, el Cardenal D. Ángel Herrera Oria, que resumió su trayectoria vital, tanto personal como eclesial en una frase perfectamente aplicable a las profesiones sanitarias: “El amor no descansa”.

El Papa Francisco nos recordó en la XXX Jornada del Enfermo: “Queridos agentes sanitarios, su servicio al lado de los enfermos, realizado con amor y competencia, trasciende los límites de la profesión para convertirse en una misión. Sus manos, que tocan la carne sufriente de Cristo, pueden ser signo de las manos misericordiosas del Padre. Sean conscientes de la gran dignidad de su profesión, como también de la responsabilidad que esta conlleva”.

En estas páginas, el autor hace alusión en el texto a los valores clásicos *Verum*, *bonum*, *pulchrum*, perfectamente aplicables al mundo del cuidado. Son las características del conocimiento, presentadas en estas páginas, dado que es científicamente verdadero, éticamente bueno y estéticamente bello.

PRÓLOGO

Podemos vivir varios días sin comer, horas sin beber, e incluso minutos sin respirar, como hacen algunos buceadores buscadores de perlas en el Índico, pero no podemos vivir sin esperanza. Este libro es una llamada a la acción para no perder la esperanza.

Decía Sir William Osler que un buen profesional debía mantener durante toda su vida tres “H”: la h de humanidad, la h de humor y la h de humildad. En estos tiempos, tal y como demuestra el autor, humanizar la relación profesional-paciente (cuidar-curar) es más necesario que nunca.

El Dr. Bermejo nos hace una preciosa propuesta final: el acróstico *Veridicità*, una propuesta de decálogo de valores del humanismo: V de Verdad, E de Ética, R de Respeto, I de Integral, D de Dignidad, I de Interdisciplinariedad, C de Compasión, I de Justicia, T de Ternura y A de Amor.

Muchas gracias, José Carlos, por transmitirnos toda tu sabiduría, experiencia y compromiso en este libro que, sin duda, nos traerá paz, esperanza, en todo lo relacionado con humanizar, curar, cuidar y acompañar.

*Dr. Tomás Chivato Pérez
Decano de la Facultad de Medicina
Universidad CEU San Pablo*