

¿Cómo expresar un sentimiento cuando no existen palabras? Reflexiones sobre el dolor en Brasil. Enseñanza, Enfermería e investigación

Nancy J Moules¹

Mi primer contacto con Brasil tuvo lugar durante una semana en la que fui invitada a una lectura destinada a estudiantes, graduados y cuerpo docente de la Escola de Enfermagem de la Universidade de São Paulo. La oportunidad de presentar mi investigación relacionada con el duelo, sufrimiento y enfermería familiar me brindó el privilegio de tener mi primer contacto con las maravillas y contradicciones que hacen a lo que es Brasil.

He sostenido siempre que el duelo es un fenómeno universal que no respeta barreras culturales o geográficas. Es una condición humana de la cual, en razón de que tenemos la capacidad de amar y valorar al otro, nos es infortunadamente imposible escapar a lo largo de toda nuestra vida. En mis conversaciones con la Profesora Bousso y sus alumnos, aprendí que en portugués no existe una palabra equivalente para traducir grief (duelo). Esta carencia idiomática de sustantivo y significación es una condición interesante. El duelo es un asunto difícil de definir y articular. Es algo que escapa a ser simplemente una emoción, actividad o experiencia. Es físico, emocional, social, relacional, espiritual, psicológico, cognitivo y conductual. En nuestros más grandes esfuerzos para intentar definir duelo a lo largo de nuestra investigación, nos quedamos apenas con metáforas que intentaron, de alguna manera, representar y soportar su complejidad. Por ejemplo, algunos autores⁽¹⁾ sugieren la metáfora de un huésped que llega sin invitación, infiltrándose en todos los aspectos de las vidas, familias, relaciones y salud. En esta infiltración insidiosa, el duelo tiene el potencial de tomar el control de vidas y relaciones, convirtiéndose en más intrusivo cuanto más esfuerzos se realizan para alejarlo.

No obstante, si se prepara una habitación para este huésped, su presencia se transforma en algo esperable, sus idas y venidas dejan de ser sorpresa, sus intrusiones se apartan de la imprevisibilidad. Con el tiempo, su presencia hasta se convierte en bienvenida como algo familiar... su propia ausencia y presencia sirve para mantener una relación con la pérdida con sentido cambiante, evolutivo, a veces intermitente pero sostenido a lo largo de la vida⁽¹⁾.

La tendencia de describir o intentar encontrar palabras para definir grief parece no estar limitada a la propia experimentación de la pena misma, se llega al límite de traicionar la significación de las palabras en el intento de articular qué es lo que nosotros, en nuestro rol de profesionales del cuidado de la salud, hacemos en pro de resultar terapéuticamente útiles a aquellos que experimentan sufrimiento. En entrevistas realizadas para la investigación con orientadores especializados, nos encontramos con estas limitaciones del lenguaje para expresar lo que ellos hacían. Este misterio de la condición humana que encuentra su lugar en la pérdida nos recuerda que el lenguaje en toda su expresión no es siempre suficiente para captar la naturaleza de experimentar en la propia piel la integralidad del dolor profundo.

El duelo es algo que miente a quien lo vive desde dentro, recordándonos que las cosas – la vida en su complejidad toda – nunca son claramente deja eso o deja aquello. El duelo es universal e individual, benigno y maligno, vitalizante y demandante, activo y pasivo, interno y externo, un estado y un proceso, corazón y mente, desarticulación y poesía, celebración y sufrimiento⁽²⁾.

La ausencia de una palabra que defina exactamente al duelo en la lengua portuguesa quizás sea un tema profundo. Posiblemente nuestros esfuerzos para poner nombre y definir un evento vital relativo al sufrimiento humano tan difícil de explicar sea uno de los modos en los que hemos desarrollado una cultura de teorías y discursos al respecto del duelo; que complican, cuando no intensifican, el sufrimiento que se siente en ocasión del mismo. Si creemos que el duelo es algo que debe ser resuelto o superado, si creemos que el duelo se refiere simplemente a olvidar y decir adiós a nuestros seres queridos, si creemos que el duelo es un sentimiento experimentado del mismo modo por todas las personas todo el tiempo, si creemos que el sufrimiento prologado en el tiempo es síntoma de desorden u otras formas de patología... entonces corremos peligro de caer en la trampa teórica que nos convence de que las reacciones humanas son predecibles y controlables, hasta incluso etiquetables. En Brasil, habiendo escuchado al cuerpo docente, a los graduados y estudiantes, me sorprendí con la sensibilidad que tienen para reconocer que el duelo no es algo que necesite de tratamiento sino algo que requiere de una tendencia, una atención enfocada. Requiere atención de las heridas⁽²⁾, requiere de la atención de darle un espacio⁽¹⁾ para que sea experimentado, respetado y honrado.

La profesora Bousso, que es miembro del más prestigioso encuentro de colegas especializados en duelo en el mundo, el Grupo Internacional de Trabajo en Muerte, Agonía y Sufrimiento (en inglés IWG, The International Work Group in Death, Dying, and Bereavement) y directora fundadora de NIPPEL, un grupo de investigación enfocado en duelo, sugiere que aunque no exista una palabra en la lengua portuguesa para definir grief, no hay escasez de sufrimiento en Brasil. Ella es consciente, además, de que existen influencias culturales que afectan el modo en el que el duelo es encarnado y representado. Una de las influencias que menciona es que en una ciudad de 15 millones de habitantes, existe escaso espacio físico para el duelo, o para prácticas y rituales relativas al dolor y al luto. Mientras tanto, en mi cultura, un deceso implica más a menudo la presencia

¹ Profesora Asociada de la Facultad de Enfermería, Universidad de Calgary, Calgary, Alberta, Canadá. njmoules@ucalgary.ca

física de familiares y amigos, una reunión que puede extenderse largamente después del funeral. El post funeral, es muy habitual que grandes comunidades de allegados y dolientes se reúnan en la casa de alguno de ellos para vivenciar la experiencia compartida de la muerte. De modo similar a los velorios tradicionales de la cultura irlandesa, algunas culturas en Canadá marcan estos eventos con un sentido comunitario y compartido de pérdida, dolor, apoyo y hasta celebración de la vida del difunto. La profesora Bousso apunta la imposibilidad logística de éste tipo de reuniones. No hay espacio físico, no hay casas lo suficientemente grandes, ni espacios comunitarios, ni salones de iglesias, ni lugar alguno donde reuniones de tal magnitud puedan tener lugar. En otro sentido, sin embargo, refiere que en la cultura brasileña existe cierta renuencia a hablar de muerte, pérdida o luto. Me vi sorprendida por tales palabras, habida cuenta del modo cálido y acogedor que las personas de Brasil demostraron en mi breve reunión. En resumen, estoy fascinada por estas ideas, y espero con impaciencia el momento en que podamos hacer una futura investigación en el área que se refiera al modo en que la cultura determina y define la naturaleza de la pérdida humana y el luto.

Sí, a pesar de posibles diferencias culturales, hablando yo para un grupo de estudiantes, graduados y facultativos brasileños en inglés traducido, vi un brillo de algo que atraviesa y trasciende culturas y lugares geográficos del mundo. Hubieron lágrimas y reafirmaciones, sonrisas y conexión justo allí, detrás de los ojos a medida que me aceptaban a mí, a mis ideas, a mi implicancia por la cual nosotros, como enfermeros y otros profesionales de la salud podemos ser de más ayuda para aquellos que están presentes en el momento en que un ser querido está muriendo, escuchando un diagnóstico terminal, o atravesando las secuelas de la pérdida de la presencia física de alguien que está aún profundamente presente en las vidas de aquellos a los que dejó atrás. Sentí una sinergia con mis colegas en Brasil, una pasión por el trabajo que realizamos en torno al inevitable evento humano de la pérdida, un poderoso sentido de la responsabilidad, y una investigación inteligente que me brinda esperanzas para los modos en los que podemos hacer la diferencia en beneficio de aquellos que sufren el duelo, e inevitablemente para nuestro propio sufrimiento.

En Brasil me enfrenté con la yuxtaposición de la extrema pobreza y la extrema abundancia viviendo una junto de la otra. En tanto yo estaba advertida del peligro y la violencia, vi la pobreza, la desesperación, una favela quemándose, niños mendigando. También experimenté la gracia, la compasión, el compromiso y el amor. Quizás Brasil sabe algo acerca de las contradicciones del duelo... su terrible y misericordiosa capacidad para vivir entre la alegría y el dolor, el recuerdo y el olvido, la riqueza y la pérdida. Sé que Brasil y su gente me dieron algo que enriquecerá mi vida para siempre, y que jamás olvidaré. Quizás sea ahora yo ahora quien no tenga palabras para describir mi experiencia allá, pero tengo la absoluta certeza de haberla sentido.

Referencias

1. Moules NJ, Simonson K, Prins M, Angus P, Bell JM. Making room for grief: walking backwards and living forward. J Fam Nurs. 2004;11(2):99-107.
2. Moules NJ, Simonson K, Fleiszer AR, Prins M, Glasgow B. The soul of sorrow work: grief and therapeutic interventions with families. J Fam Nurs. 2007;13(1):117-41.