

Cuando el equipo también cuida

Categoría: Bienestar personal

Publicado: Lunes, 03 Noviembre 2025 16:14

Escrito por: Valeria Caacupe

Visitas: 624

“

El turno había sido largo. Había pasado de una guardia a otra casi sin pausa, y el cansancio se notaba en la forma de caminar.

Mientras revisaba los últimos papeles, una compañera se acercó y le apoyó una taza de café en la mano. No dijo nada. Solo eso: una taza caliente y una mirada cómplice.

Ese gesto tan mínimo cambió algo. No el cansancio físico, pero sí el ánimo. Porque en el trabajo en salud, a veces la diferencia entre seguir adelante o quebrarse está en sentirse acompañado.

El cuidado no siempre viene del que tiene el título más alto, ni se anota en la historia clínica. Muchas veces sucede entre colegas: cuando alguien te cubre un rato, te escucha desahogarte o te hace una broma a tiempo.

En esos gestos cotidianos se sostiene el sistema, aunque nadie los registre.

Y quizás, cuidar a quien cuida sea la mejor forma de cuidar a los

”

pacientes.

Lic. María Florencia Raimondi

Especialista en Comunicación Humanizada en salud y Medicina Narrativa