Cómo manejar la incertidumbre en medicina

Managing uncertainty in medicine

La incertidumbre es la sensación de angustia (miedo) que se experimenta al percibir la falta de control que se tiene sobre una situación determinada, cuyo curso evolutivo se vive, en consecuencia, como impredecible. Sin embargo, la certidumbre es siempre una ilusión, dado que nunca se controlan todas las variables que determinan el curso de una situación, ya sea por el desconocimiento de la totalidad de sus causas como por la carencia de la totalidad de los medios necesarios para su control. La certeza es, entonces, siempre subjetiva, y la sensación de control que la acompaña es producto del escaso conocimiento que se tiene sobre sus causas (ignorancia) y/o de la sobreestimación que se tiene de los medios con los que se cuenta para su resolución (soberbia).

De todo lo antes expuesto, se concluye que la incertidumbre es producto, en definitiva, de la merma, en algún grado, de la autoestima, situación a la que una persona se expone cuando es *sujeto del tener y no del ser*, vale decir, cuando se considera capaz por lo que tiene y no por lo que es, de modo que, al dejar de "tener el control" sobre una situación, la embarga instantáneamente la desazón.

Por el contrario, el antídoto contra la incertidumbre consiste en devenir en un sujeto del ser, cuando la autoestima, condición distinta de la pedantería (en la cual se es sujeto del parecer y no del ser), se basa no en la sensación de tener control sobre la situación (posición egocéntrica), sino en el hecho de que se es un profesional formado (ser), que está comprometido con la situación y dispuesto a desplegar todos los recursos disponibles (materiales, intelectuales y emocionales) propios y ajenos (trabajo individual y en equipo) en pos de lograr un manejo óptimo del problema (posición holocéntrica).

La extrapolación de estos conceptos al ámbito médico asistencial es fundamental, pues resalta la importancia de evitar caer en el error de buscar la certidumbre *a partir del tener*, por ejemplo, mediante la acumulación innecesaria (tener) de estudios complementarios (sobreprescripción) y medicamentos prescritos (polifarmacia), en vez de aceptar la presencia de la incertidumbre sin sufrir la angustia inherente a esta, lo cual se logra *siendo un sujeto del ser*. Para ello, pueden seguirse las siguientes estrategias:

- Crear una red de contención terapéutica, en la que se es uno con el equipo y son equipo todos los que pueden contribuir al éxito terapéutico (paciente, familiares, enfermeros, colegas, etc.), red forjada sobre la base de la práctica cotidiana del respeto, la empatía y la buena comunicación. La idea no es ser el nodo central

de una estructura piramidal (egocentrismo), sino el marcapasos de una estructura reticulada multinodal (holocentrismo), por la cual fluya el tratamiento y se diluya la angustia de la incertidumbre, de modo que dicha red devenga en una suerte de manto protector de todos los integrantes del equipo.

- Estar junto al enfermo. Se debe recordar que estar es una forma de ser, pues estar es ser en un tiempo y lugar determinado. El estar permite la reevaluación continua de la situación del enfermo y del estado de los recursos para su tratamiento, de modo que permite el ágil y oportuno reajuste del curso de acción en función de lo que realmente está aconteciendo y no de lo que se supone que acontece. El estar aumenta el conocimiento de los hechos y la capacidad de reacción, por lo cual también contribuye a mitigar la angustia de la incertidumbre.

No se trata, entonces, de buscar tener el control del proceso diagnóstico-terapéutico (apego), sino de ser parte de él (desapego), sentirse una de las variables en juego a favor del paciente, lo cual genera la confianza que neutraliza la angustia de la incertidumbre, confianza que es fe activa y racional, es decir, fe nacida no del pensamiento mágico, sino de ser consciente de lo que se está obrando y de las razones que fundamentan ese obrar. La confianza nace, en última instancia, de sentirse una de las variables determinantes del proceso, de saberse capaz de ser uno con el proceso (amor) y de poder fluir con él (libertad). De esta manera, la angustia de la incertidumbre trasmuta en la certeza de que se es conocimiento que deviene en acción y compromiso por efecto del amor. ■

Dr. Carlos G. Musso

Escuela de Medicina, Instituto Universitario del
Hospital Italiano de Buenos Aires, Argentina

<http://dx.doi.org/10.5546/aap.2018.92>

Texto completo en inglés:

<http://dx.doi.org/10.5546/aap.2018.eng.92>

Cómo citar: Musso CG. Cómo manejar la incertidumbre en medicina.
Arch Argent Pediatr 2018;116(2):92.

REFERENCIAS

1. Musso CG, Enz PA. El arte como instrumento para aprender a sobrellevar la incertidumbre. *Arch Argent Pediatr*. 2015;113(6):485.
2. Fromm E. ¿Tener o Ser? Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica; 1976.