

UN CORAZÓN QUE LATE POR LA ENFERMERÍA

Recuerdo ese día como si fuera ayer. Estaba inmersa dentro de esa etapa de la vida donde todo parece importar poco, donde tus días parecen no tener fin, donde los intereses giran más en torno a cosas triviales que al futuro y los pensamientos más profundos e intrusivos se alojan sobre tu espalda como una pesada carga. Yo era una adolescente más en su último año de educación secundaria obligatoria. Una joven chica de dieciséis años a quien lo que menos te importa era aprender trigonometría o diferenciar una oración coordinada de una subordinada, sobre todo, si esa especie de pasotismo que trae consigo la adolescencia consigue enfadar aún más a tus padres. Aquella edad caracterizada por un torbellino de contradicciones: en ocasiones creía saberlo todo y, en muchas otras, me sentía completamente perdida en un mundo donde todo aquel que me rodeaba parecía que conocía a la perfección cuál era su lugar, su propósito. Entre clases, amistades y sueños aún por definir, los días transcurrían sin apenas variación en mi rutina de todos los días. Pero esa tarde en particular, el rumbo de mi vida cambió para siempre. Y yo no tenía ni la más remota idea de ello.

Era una tarde cualquiera en apariencia, hasta que nos anunciaron que un grupo de profesionales sanitarios visitaría nuestra clase a hablarnos sobre algo que yo nunca antes había escuchado. ¿El tema? Primeros auxilios y Reanimación Cardiopulmonar (RCP). Al principio, no esperaba nada especial. Pensé que sería otra charla aburrida, como las de educación vial o aquellas que nos informaban de lo importante que era tener claro nuestro futuro a esa temprana edad. Sin embargo, no fue así. Aquellas personas vinieron enfundadas en sus uniformes y con toda su experiencia bajo el brazo. Un grupo formado por dos enfermeras y un médico del O61, consiguieron captar toda mi atención de una forma inesperada en los primeros cinco minutos de su visita al colegio. Sus palabras no eran solo informativas; eran una clara y fuerte invitación a pasar a ser parte activa en el cuidado de los demás. Nos mostraron cómo nuestras manos, con la técnica adecuada y el continuo aprendizaje, podían literalmente devolverle la vida a alguien. No sé si fue la energía con la que hablaron o el impacto de las historias que compartieron, pero algo se encendió dentro de mí. Algo que aún no sabía nombrar, pero que todavía me emociona cuando hablo sobre ello.

Practicar las maniobras de RCP en los muñecos de plástico fue casi un juego, pero al mismo tiempo, sentía el peso de lo que aquello significaba.

–Esto no es solo un ejercicio –dijeron–, podría ser la diferencia entre la vida y la muerte para alguien.

Esa frase quedó grabada en mi mente para siempre.

Esa misma tarde, cuando llegué a casa, corrí a contarles a mis padres todo lo que había aprendido de aquellos profesionales sanitarios. Ellos, mientras me escuchaban atentamente, se sorprendieron al verme tan llena de entusiasmo. Les hablé de todo lo aprendido, de cómo esas maniobras que parecían pequeños gestos eran gigantescas en su impacto. Mi madre se limitó a sonreír, probablemente pensó que sería solo otra fase pasajera de la adolescencia. Igual que lo había sido el querer ser profesora, dentista o peluquera.

Pero no lo fue.

Al día siguiente, todo comenzó como cualquier otro día. Después de clases, seguí mi rutina de siempre: caminaba de regreso a casa con la misma merienda entre las manos, repasando en mi mente las tareas que tenía que hacer antes de irme al entrenamiento de baloncesto de la semana. Sin embargo, la monotonía de ese paseo fue completamente inesperada. Delante de mí, una pareja de ancianos caminaba despacio pero sin perder el ritmo animado de su conversación, hablando con esa cadencia tranquila y amable que solo los años de amor y respeto mutuo y compartido pueden otorgar a una persona. Hasta que, de repente y sin previo aviso, el hombre cayó desplomado contra el suelo como un árbol que pierde la batalla contra un vendaval. Fue un instante que me resulta eterno cuando todavía lo rememoro con vívido detalle. El sonido sordo de su cuerpo golpeando el pavimento me sacó de mi ensimismamiento. Su esposa no dejaba de gritar su nombre, pero él no respondía a su llamada.

No tuve tiempo para pensar. Las enseñanzas del día anterior vinieron a mí como un reflejo automático. Me arrodillé junto a él y comprobé su respiración: a penas respiraba. Su pecho estaba inmóvil pero una pizca de aire chocó contra mi mejilla mientras practicaba la maniobra de ver, oír y sentir. Miré a su esposa, quien lloraba desconsolada, y le pedí que llamara a una ambulancia lo antes posible. Su mirada incrédula fue algo que me hizo detectar que sospechaba de aquello que yo estaba haciendo. Yo era una desconocida para ella, pero su marido yacía inconsciente sobre el suelo y yo era la única persona que pasaba por allí y que le podía ayudar. O, al menos, intentarlo.

–¡Por favor, confíe en mí!– le dije, aunque ni siquiera yo estaba segura de lo que hacía. Ella, desesperada, asintió y buscó su teléfono.

La mujer enseguida contactó con los servicios de emergencia y les informó de la situación. Por mi parte, comencé con las treinta compresiones torácicas. Uno, dos, tres... Perdí la noción del tiempo. Solo escuchaba mi respiración agitada y sentía el ritmo de mis manos presionando contra su pecho. Pensaba en las palabras de aquellos sanitarios: “Sigue hasta que llegue la ayuda. No te detengas”. Así lo hice. Me olvidé del

miedo, del frío, incluso de la posibilidad de fallar. Solo quería darle una oportunidad a aquel hombre de retomar esa conversación que había quedado a medias entre él y su mujer.

El sonido de la sirena de la ambulancia llegó hasta mis oídos como un bálsamo, pero no dejé de presionar hasta que los sanitarios se detuvieron junto a mí y me relevaron en las maniobras de RCP. Fue entonces cuando, un minuto más tarde, aquel hombre desconocido abrió los ojos. Fue una sensación indescriptible. Su esposa dejó escapar un sollozo de alivio y se abalanzó sobre él, haciendo caso omiso a las indicaciones de los profesionales que se disponían a subir al paciente a una camilla para llevarlo en ambulancia al hospital. En cambio, yo me hice a un lado para dejar que los sanitarios continuaran con su trabajo y me dispuse a reanudar mi camino de vuelta a casa hasta que uno de los médicos se acercó hasta mí. Vestía un uniforme amarillento y azul y en su rostro se dibujaba una mezcla de incredulidad y admiración.

-¡Oye! ¿Eres familiar o pariente de este hombre?

Yo negué con la cabeza, aún jadeando.

-No, solo pasaba por aquí.

-¿Cuántos años tienes?

-Dieciséis.

-¿Y cuál es tu nombre?

-Me llamo María.

El facultativo me miró con una sonrisa en sus labios y su mirada quiso decirme tantas cosas que me asusté por un instante. Tal vez no tendría que haber hecho nada, no soy sanitaria y ni siquiera soy mayor de edad. Puede que le haya hecho daño. ¿Y si ha sido así? Yo no quería hacerle daño a nadie, yo solo...

-María, acabas de salvarle la vida de ese hombre. Gracias.

Esas palabras se quedaron conmigo mientras caminaba a casa, como si el eco de aquella sirena aún resonara en mi interior. No era del todo consciente de lo que acababa de hacer. En mi mente, solo había hecho lo que me enseñaron. Igual que cuando resolvía un problema de química al aplicar las fórmulas que había estudiado en clase. Pero, de alguna manera, esto que acababa de suceder era más grande, más trascendental que un simple y mundano problema de ecuaciones.

Esa noche no logré dormir bien. Cada vez que cerraba los ojos, volvía a revivir la misma escena: sus ojos cerrados, mi manos empujando con fuerza sobre su pecho, el ruido

de la ambulancia aproximándose a nosotros, el rostro de aquella mujer... y el su regreso a la vida de su marido.

Al día siguiente, decidí contarle a mis padres lo que había ocurrido. Yo tampoco le di demasiada importancia al tema, pero ellos me escucharon en un silencio reverente, como si no pudieran creerlo. Mi padre me abrazó fuerte y mi madre, a quien le cuesta expresar sus emociones, me dijo con un orgullo palpable:

-Has hecho algo increíble, hija.

Han pasado casi once años desde aquel día. Once años en los que esa experiencia me llevó a tomar la crucial decisión que definiría mi vida: ser enfermera. Recuerdo con claridad los primeros días en la universidad, donde todo era nuevo y desafiante, pero también fascinante. Descubrí que la enfermería no era solo una profesión; era un compromiso con la humanidad, una forma de ser y estar en el mundo, una forma de cuidar de los demás, de escucharles, de entenderles.

El año en el que me gradué en la Universidad, el mundo hacía frente a una pandemia mundial. Entré al campo laboral en un momento de caos y desesperación, pero también de resiliencia y esperanza. Trabajé largas horas, con miedo en muchas ocasiones y viviendo momentos muy complicados, pero siempre con la certeza de que estaba donde debía estar, de que mi ansiado lugar en el mundo era formar parte de la profesión más bonita y vocacional de todas. Cada día, cada paciente, cada historia, reforzaba mi deseo de ser una mejor enfermera, una mejor persona y profesional. Me di cuenta de que la enfermería no solo era salvar vidas en situaciones extremas, como aquel día de marzo, sino también estar presente en los momentos cotidianos, ofreciendo consuelo y cuidados basados en la mejor evidencia.

El verano pasado, en medio de mi preparación para el examen de la especialidad de enfermería familiar y comunitaria, tuve un encuentro que nunca imaginé. Fue durante una visita programada a domicilio para realizar una determinación del INR. Cuando llegué, me recibió una mujer de pelo blanco y una extraña expresión en su rostro cuando su mirada contactó por primera vez con la mía. Sin titubear, me condujo hasta el salón de la casa, donde un hombre me estaba esperando sentado sobre un gran sillón de cuero. Al verle, lo reconocí al instante. Era él. Sus ojos también me reconocieron y su emoción fue tan genuina que me pidió un abrazo. Lo di sin pensarlo, no me pude negar eso, no mientras los recuerdos de aquel día frío de marzo inundaban mi mente.

Hice la tarea por la cual yo había acudido a la visita programada a domicilio y decidí quedarme un rato hablando con él y con su esposa, quien no dejaba de insistir en que me tomase un café o que, incluso, me quedara a comer con ellos para conocer a sus

dos nietos. Me hablaron de ellos, de sus planes de futuro donde pronto serían bisabuelos, de los años que habían compartido desde aquel incidente donde el hombre fue intervenido para realizarle un cateterismo esa misma tarde. Mientras les escuchaba, sentí una gratitud inmensa que me abrasó por dentro y me calmó a partes iguales. Verles juntos, felices y llenos de vida, fue como un recordatorio de por qué elegí este camino, esta profesión. En sus ojos y en su historia, vi la esencia de la enfermería: no hay que prolongar las vidas de nuestros pacientes a toda costa, sino mejorarlas, acompañarlas, darles los cuidados que merecen para que su calidad de vida aumente y mejore dentro de sus posibilidades.

Me emocioné. Me emocioné por ellos, por mí, por la enfermería. Me emocioné al darme cuenta de que, en ese día de marzo de hace tantos años, tomé la mejor decisión sin saberlo. Porque la enfermería es mucho más que una profesión. Es ciencia y arte, es acción y sosiego, es técnica y compasión. Es ser testigo de la fragilidad y la fortaleza humanas, es una sonrisa, un gesto amable, una mano firme cuando más se necesita. Es, en esencia, reafirmarme cada día en que elegí el camino idóneo.

Hoy, miro hacia el futuro con el mismo entusiasmo que sentí aquella tarde de marzo, cuando aprendí por primera vez cómo salvar una vida. Porque ahora sé que la enfermería no solo es lo que hago; es lo que soy.