

LA METÁFORA COMO VÍA AL ENTENDIMIENTO EN ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL



MARGARIDA TOMÁS

Centro de Investigación, Innovación y Desarrollo (CIDNUR) de Lisboa.
Escuela de Enfermería de Lisboa (ESEL). Portugal.

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/in/margarida-tom%C3%A1s-1368b218/>

 <https://orcid.org/0000-0001-8047-3489>

A diario, los profesionales de enfermería de salud mental escuchan a los pacientes hablar sobre sus luchas, sus incertidumbres o sus anhelos. A veces, para verbalizar estas experiencias, no emplean una descripción directa, sino un conjunto peculiar de palabras. Por ejemplo, cuando relataba su ingreso en una unidad de hospitalización psiquiátrica, un paciente dijo: «Camuflaba el dolor. Me guardaba las cosas para mí mismo. Y llegó un momento en que exploté. La presa se llenó y, con una minúscula gota, se desbordó. Entré aquí [en la unidad de ingreso hospitalario], inundándolo todo de agua»¹. Esta metáfora evoca un significado profundo que quizá no se podría expresar con palabras literales. Vemos cómo el paciente utiliza la palabra «presa» para referirse al umbral de aguante del sufrimiento mental². Tal acto discursivo requiere, y merece, una profunda atención y un esfuerzo de interpretación por parte del oyente. Ese lenguaje no es simplemente ornamental, sino que revela cómo experimenta una persona su existencia o «ser en el mundo» en un determinado momento.

Definiéndola de una manera simplificada, una metáfora relaciona una cosa con las propiedades de otra², permitiéndonos expresar una vivencia, que puede resultar difícil de verbalizar, con términos más tangibles y reconocibles. De hecho, hay quienes defienden que las metáforas reflejan cómo pensamos y actuamos, no únicamente cómo hablamos². A menudo, ni siquiera nos percatamos de su presencia, ya que están profundamente arraigadas en nuestros constructos humanos². Por ejemplo, una metáfora común integrada en nuestro sistema conceptual es que «feliz es arriba» y «triste es abajo», y decimos cosas como «me siento a tope», «eso me levantó el ánimo», «estoy de bajón» o «me siento decaído o deprimido»². Estas metáforas que pasan inadvertidas derivan del hecho de que tenemos un cuerpo, a través del cual experimentamos nuestra existencia y del que no nos podemos desligar. Así, la postura que adoptamos actúa como un espejo de nuestras emociones: una postura encorvada revela el peso de la tristeza y la depresión, mientras que una postura erguida levanta el ánimo, encarnando positividad y esperanza². Aunque el significado pretendido de estas metáforas resulta evidente, el espíritu humano nunca deja de crear y encontrar otras maneras nuevas o diferentes de expresar el «mundo vital», es decir, el mundo tal y como lo percibimos de forma inmediata, prerreflexiva, antes de cualquier conceptualización, categorización o pensamiento reflexivo³.

Por lo tanto, reconocer las metáforas permite acceder a la posibilidad de trascender al contenido de la metáfora y llegar al terreno primordial del individuo de la experiencia vivida. De este modo, nos acerca a un entendimiento empático, pues constituye una forma de «trasladar las denominaciones o descripciones ya existentes a conceptos que o son tan nuevos que todavía no han sido bautizados o tan abstractos que no se pueden explicar de otra manera»⁴. Esa innovación semántica requiere una actitud interpretativa para descifrar los significados subyacentes en la naturaleza experiencial primordial de la vivencia.

En este sentido, las enfermeras de salud mental deberían adaptar sus habilidades de escucha para captar la amplitud del significado implícito en las narrativas de los pacientes, ya que las metáforas moldean totalmente la forma en que percibimos y expresamos el mundo. Reconocer la riqueza y el potencial de la metáfora ayuda a mejorar la comprensión de los otros a través de su propia perspectiva. Por lo tanto, educar en el arte de escuchar más allá de las palabras e invertir tiempo en la debida interpretación permite a las enfermeras entender y brinda a los pacientes la posibilidad de ser reconocidos y comprendidos. La práctica de la enfermería de salud mental se enfrenta a la complejidad de los fenómenos humanos, experimentados de forma única por aquellos que los viven, lo que nos recuerda que atender no es solo tratar, sino también entender; y el entendimiento empieza escuchando las metáforas a través de las cuales las personas revelan quiénes son.

BIBLIOGRAFÍA

1. Tomás M, Rebelo MT. Daily life after the first psychiatric hospitalization: the metaphor in persons' narrative. En: Casal T, Cabral MJ (eds.). Global perspectives on probing narratives in healthcare. Londres: IGI Global; 2023. p. 213-27. Disponible en: <https://www.igi-global.com/book/global-perspectives-probing-narratives-healthcare/310944>
2. Lakoff G, Johnson M. Metaphors we live by. Chicago: University of Chicago Press; 1980.
3. Van Manen M. Researching lived experience, second edition. Human science for an action sensitive pedagogy. 2ª ed. Londres: Routledge; 2016.
4. Geary J. I is an other: the secret life of metaphor and how it shapes the way we see the world. Nueva York: HarperCollins Publishers; 2011.