

Superando las pruebas desde la fe Overcoming trials through faith

Leida Hernández Gutiérrez¹;  <https://orcid.org/0009-0002-7524-7908>

1. Trabajadora Social, Hospital Nacional de Geriátria y Gerontología, Caja Costarricense de Seguro Social; San José, Costa Rica; lhernang@ccss.sa.cr

El año 2020 nos sorprendió con noticias sobre un virus agresivo y desconocido que desafió a la ciencia, a los sistemas de salud y a la humanidad entera. Al principio, desde Costa Rica, el panorama parecía lejano. Seguíamos viviendo con cierta normalidad, hasta que llegaron los primeros casos al país y la alarma se instaló en nuestra vida cotidiana.

Nadie deseaba que la enfermedad tocara nuestras casas ni nuestras familias, pero pronto la pandemia alcanzó todos los rincones, sin distinción de edad, condición social o creencias.

Comenzaron las medidas sanitarias, los protocolos y las restricciones. Se nos pidió cambiar hábitos profundamente arraigados: usar mascarilla, mantener distancia física, lavarnos las manos con frecuencia y cuidar a los demás. La consigna “cuídese, cuídeme, cuidémonos” resonaba como un llamado ético y humano.

Cada persona debía asumir la responsabilidad de proteger no solo su propia salud, sino también la de quienes la rodeaban. En esos momentos, el principio de beneficencia guiaba nuestro actuar: todo esfuerzo debía orientarse al bien común, a proteger la vida y la salud de todos.

En el ámbito profesional el reto fue inmenso. Las personas usuarias llegaban con síntomas, temores y angustias; las familias, desbordadas por la incertidumbre, buscaban respuestas y consuelo. En la atención sanitaria y social el principio de no maleficencia adquirió un valor crucial: actuar con prudencia, evitando poner en riesgo tanto a las personas atendidas como al personal.

Ello implicó reestructurar dinámicas laborales, adoptar modalidades virtuales, innovar y sostener el acompañamiento emocional a distancia. La ética del cuidado se hizo presente en cada llamada, en cada orientación y en cada esfuerzo por mantener la cercanía humana, aun cuando la distancia física era necesaria.

La autonomía, otro pilar bioético, se volvió un desafío en medio del miedo colectivo. Las personas profesionales de la salud debían respetar las decisiones y creencias de las personas usuarias y sus familias, incluso cuando estas difirieran de algunas recomendaciones sanitarias. Para ello, era

fundamental brindar información clara, veraz y empática, de modo que cada persona pudiera decidir con mayor libertad y conocimiento.

La pandemia nos recordó que la autonomía no es individualismo, sino un ejercicio responsable de libertad en armonía con el bienestar de los demás.

La creación de comités institucionales, protocolos y equipos de apoyo permitió canalizar respuestas más humanas y coordinadas. En cada decisión, el principio de justicia recordaba la importancia de garantizar equidad en el acceso a los servicios, priorizar a las personas más vulnerables y evitar cualquier forma de discriminación.

En un contexto donde los recursos eran limitados y la demanda enorme, aplicar la justicia significaba distribuir los esfuerzos de forma solidaria, procurando que nadie quedara sin atención.

Con el paso del tiempo, el cansancio se mezcló con el miedo. Las cifras de contagios y fallecimientos aumentaban. Sin embargo, para muchas personas la fe y la esperanza fueron una fuente de fortaleza. En medio de la adversidad, el trabajo en salud exigía no solo conocimientos técnicos, sino también una ética del cuidado: escuchar, acompañar, consolar y sostener la esperanza cuando las respuestas parecían insuficientes.

La prueba se hizo personal cuando el virus llegó a mi familia. Algunos familiares cercanos enfermaron y, posteriormente, yo también enfrenté la enfermedad. Fueron días de temor, pero también de gratitud y aprendizaje. Nos cuidamos, seguimos las indicaciones médicas y buscamos fortaleza espiritual.

La enfermedad también alcanzó a un ser querido muy cercano, quien fue contagiado pese a cuidarse con esmero. Recuerdo una de nuestras últimas conversaciones. Hablamos con esperanza, sin imaginar que sería una despedida. Días después fue hospitalizado por dificultad respiratoria. Su condición se agravó rápidamente y al final falleció.

El dolor fue inmenso. Su pérdida me confrontó con la fragilidad de la vida, pero también con la esperanza que sostiene durante la adversidad.

Aún en medio del duelo, comprendí que los principios bioéticos que orientan el ejercicio profesional debían mantenerse vivos para continuar sirviendo a personas usuarias, familiares y compañeros. Esos principios también podían iluminar la experiencia personal:

- **Autonomía:** para aceptar con paz aquello que no podemos controlar y reconocer nuestras propias emociones.
- **Beneficencia:** al descubrir el bien que nace del amor, del servicio y del acompañamiento.
- **No maleficencia:** al cuidar nuestras palabras y acciones para no causar daño, incluso en medio del dolor.
- **Justicia:** al reconocer que toda vida tiene el mismo valor, y el compromiso de construir una sociedad más compasiva y solidaria.

Superar las pruebas desde la fe no significa no sufrir, sino transformar el sufrimiento en aprendizaje, amor y servicio.

Significa reconocer que, aunque muchas circunstancias escapan de nuestro control, siempre podemos elegir actuar con ética, esperanza y humanidad.

Hoy miro atrás y agradezco cada gesto de solidaridad, cada palabra de apoyo y cada momento de acompañamiento. La pandemia nos arrebató mucho, pero también nos enseñó que la fe y la ética pueden caminar juntas: una da sentido al dolor y la otra orienta nuestras acciones hacia el bien.

En ambas encontramos fuerza para seguir adelante, superando las pruebas desde la fe y desde los valores que dignifican la vida.

Nota editorial

Relato anonimizado para fines reflexivos y educativos. Se eliminaron referencias a centros específicos, cargos operativos, nombres de familiares, fechas exactas, hospitales, datos de salud identificables y otros elementos que pudieran permitir identificación directa o indirecta.