

# Mis encuentros con Ainhoa Videgain

**Con su enfoque metodológico y ético consigue empoderar tanto al paciente como al profesional que le trata, y dignificar la labor de todas las personas implicadas en la cura y en el cuidado**

**Dr. JOSÉ LUIS BIMBELA PEDROLA. IDEAL. Sábado, 1 febrero 2020**

Mis encuentros con Ainhoa Videgain, psicóloga experta en psicooncología y en cuidados paliativos, son recientes. Un primer contacto telefónico, en la primavera de 2018, en el que me preguntaba sobre uno de mis libros más queridos 'Cuidando al cuidador' para facilitarlo a sus alumnos; seguido de algunos *whatsapps* intercambiando ideas y reflexiones sobre emociones y cuidados, que culminaron en un inspirador encuentro veraniego en Barcelona, compartiendo mesa y mantel con nuestro amigo y maestro común Ramón Bayés (al que ya tuve el honor de dedicar un 'Mis encuentros con' en marzo del año pasado).

Ainhoa sabe mucho sobre el duelo y las pérdidas. Tiene una amplísima experiencia profesional en equipos interdisciplinarios que se dedican (en cuerpo y alma, nunca mejor dicho) a los cuidados paliativos tanto domiciliarios como hospitalarios. Y, además, confieso que ha sido un verdadero descubrimiento como psicoterapeuta y formadora. Siempre con la bondad, la humildad y la entrega como principales motores de la intervención. Armonizando con inteligencia la fuerza y la sensibilidad, la pasión y la objetividad. Y, algo que admiro muchísimo, la acción con la evaluación.

Ainhoa es una persona cálida y entusiasta. Que ha vivido con intensidad. Y con una querencia notable por el sur (años en Tarifa, estancias en Lanzarote).

Su compromiso ético en la intervención clínica me impresiona. La forma en la que trata y aplica un concepto tan relevante en la teoría y tan difícil de llevar a la práctica como es el de dignidad me llega al alma, me conmueve. Con su enfoque metodológico y ético consigue empoderar tanto al paciente como al profesional que le trata, y dignificar la labor de todas las personas implicadas en la cura y en el cuidado (desde las auxiliares de clínica, a las que ayuda a convertirse en protagonistas clave en el proceso sanador, hasta los especialistas más reputados, a los que ayuda de forma magistral a armonizar tecnología con humanización).

Cuando Videgain pregunta a las personas a las que acompaña en esos últimos días de vida ¿Cómo te gustaría que te recordaran? Todas, absolutamente todas, le responden hablándole de aspectos positivos (buena persona, entregada, comprometida, generosa, altruista). Me encanta. El ser humano aspira a la bondad. A hacer el bien. A cooperar con los demás. A dar y a darse. Nos lo recordó ya en 2012 el filósofo suizo Alexandre Jollien: «La suprema inteligencia se llama bondad». Y lo ha confirmado más recientemente (2017) el neuropsicólogo Richard Davidson al afirmar: «La base de un cerebro sano es la bondad y se puede entrenar».

Otro de los grandes aprendizajes que he hecho con Ainhoa tiene que ver con un verbo maravilloso, mágico, sanador: Validar. Un verbo íntimamente relacionado con el respeto y el trato, que ella aplica con lúcida paciencia y que tiene sus raíces en la Terapia de la Dignidad creada por el psiquiatra canadiense Harvey Chochinov, quien afirma que: «La forma de tratar, hablar y valorar a los enfermos terminales tiene gran influencia en su calidad de vida y en la satisfacción con la asistencia recibida». Un concepto clave (validación) que también en nuestro país lleva aplicando, desde hace años, la psicoterapeuta Alba Payás, especialmente en situaciones de pérdidas y duelo; y con la que tuve el gran honor de trabajar en los tiempos en los que la brusca aparición del sida nos obligó a aprender, a marchas forzadas, maneras más saludables de acompañar esos duros procesos.

También de dignidad habla con gran sabiduría práctica María Jesús Goikoetxea, doctora en Derechos Humanos, además de Psicóloga y Teóloga; y a la que descubrí y tuve el enorme placer de escuchar recientemente en Santiago de Compostela, con motivo de la Jornada sobre Daño Cerebral Adquirido organizado por la Federación Gallega de Daño Cerebral, afirmando: «Mi dignidad se juega no en quien decide, sino en quien me ducha».

La recomendación de este mes es doble: «Elogio de la debilidad» de Alexandre Jollien (el filósofo suizo antes citado) y «Acompañar. Un paseo por mi trastienda» de Sergio García Tejero, un apasionante y apasionado libro que cuenta con un magnífico prólogo de la propia Ainhoa Videgain; y con sugerentes propuestas musicales en cada uno de sus capítulos.