

Etiqueta a seguir en un hospital

*Experta en comunicación y branding personal

Anadie le agrada tener que acudir a un hospital, ya sea como paciente o como visitante. Sin embargo, es algo que con seguridad en algún momento haremos todos y, por lo tanto, es pertinente saber cómo comportarse. Se trata de un lugar donde se encuentra mucha gente delicada física y emocionalmente y debe haber respeto hacia quienes están en ese trance. Echa un ojo para que tengas claro qué hacer.

Como visitante

Si vas a visitar a alguien a un centro de salud toma en cuenta que no vas a una reunión social, sino que es el momento de expresar tu apoyo a esa persona que aprecias.

Consulta primero –con familiares o directamente con el paciente– si es apropiado ir a verle o si tiene ánimos para recibir visitas. En caso de que la respuesta sea negativa, no insistas; si es afirmativa, acude y prevé lo siguiente:

- No lles niños. Generalmente a los pequeños les cuesta entender que en ciertos sitios no pueden hacer muchas de las cosas que por lo regular harían; es mejor dejarlos en casa o en otro lado mientras vas al hospital.

- Respetar los horarios. No alargues demasiado tu visita, como máximo quédate entre media y una hora. Pregunta si esperan a alguien más, pues será molesto para el paciente que haya muchas personas en su cuarto o que agotes el horario y nadie más pueda pasar a saludar.

- ¿De qué hablar? Comenta sobre los temas más triviales posibles. Evita platicar de enfermedades o males. Lo que un paciente quiere es olvidarse por un instante de su condición. Platícale de una película o pídele un consejo acerca de un asunto sencillo. A veces las palabras son lo menos importante en esta circunstancia, simplemente con estar al lado de la persona convaleciente, darle una sonrisa y un abrazo sincero, ayudarás.

- Ayúdale con su imagen. Está comprobado que cuando los pacientes se sienten presentables o con una buena imagen, su actitud y ánimo cambian positivamente. Puedes ofrecerte a pintarle las uñas, maquillarla un poco si es mujer, o peinarlo y rasurarle si es hombre.

Como paciente

Aunque tú seas el convaleciente, puedes mostrarte cortés y agradecido con tus visitantes y las personas que te rodean:

- Respetar a los otros pacientes. Si en tu caso compartes habitación con alguien más, trata de no hacer ruido cuando estés dormido, evita ignorarlo todo el tiempo o platicar en voz muy alta con tus visitantes. Socializa sin preguntar demasiado y, si estás en condiciones, ofrece tu apoyo a otros enfermos en la medida de lo posible.

- Dale importancia a tus visitantes. La gente que va a verte lo hace porque le importas y está contigo en las buenas y en las malas. Aunque no te sientas muy bien, intenta intercambiar algunas palabras con ellos –te hace bien a ti también– y no sólo veas la televisión, de hecho lo más recomendable es apagarla en cuanto recibas visitas. No olvides darles las gracias por haberte ido a ver y, si puedes, envíales una nota o ten con ellos un detalle sencillo cuando estés afuera y ya mejor.

- ¿Te toca revisión médica? Si al momento de recibir visitas tu doctora o enfermera acuden a hacerte una revisión, estás en el derecho de pedirle a los presentes que te den unos momentos a solas. Asimismo, si te sientes muy cansado, puedes decirles que preferirías continuar con la visita en otro horario o día. Ellos lo entenderán.

- Trata bien a quienes te cuidan. La gente que estará contigo día y noche, y cuando peor y mejor te sientas, se merece un agradecimiento. Así que trata con educación al personal del hospital o clínica donde te encuentres. Hazles todas las preguntas y requerimientos que tengas pero de forma cortés. Evita los gritos o malos modos, pues lo único que lograrás es que la relación entre ambas partes sea mala durante tu estancia.

Si alguien cercano se ofrece a quedarse contigo para hacerte compañía y cuidarte por unos días, sé razonable y no olvides que querrá salir a comer, hablar por teléfono o distraerse un poco. No le exijas que no se separe de ti, a menos que te sientas muy mal, y dale las gracias por estar ahí siempre que puedas, ya que no cualquiera tiene ese tipo de atenciones.

Lo más importante en la etiqueta al visitar a alguien o estar en el hospital, es el respeto absoluto del paciente, además del agradecimiento a los visitantes y la gente que cuida al convaleciente.

En caso de que sólo seas conocido del paciente, no olvides que también es importante tu apoyo en el tiempo posterior a su estancia en el hospital. ¶