

# Mantener la esperanza ayuda a afrontar enfermedades graves

escrito por Marifa Salceda | octubre 18, 2022



La esperanza es un estado de ánimo que se orienta hacia un objetivo, como vivir más tiempo o vivir mejor, a través de un proceso de optimismo que consiste en desear algo y percibir que se puede conseguir. En este sentido, la investigación demuestra que mantener la esperanza es psicológicamente beneficioso y se asocia con la mejora de la salud física y mental, de las relaciones y del estado funcional, por lo que es a menudo foco de atención entre la comunidad médica.

El estudio  [\*Holding hope for patients with serious illness\*](#) , publicado en la revista científica 'JAMA', a través de la revisión de varias investigaciones, explora las dificultades de los y las profesionales de la salud para transmitir esperanza en la atención a pacientes, especialmente cuando se trata de enfermedades graves. En estos casos, el artículo detalla que, por un lado, aunque los médicos y las médicas aprecian el beneficio terapéutico potencial de la esperanza, su propia preocupación por afectar a este estado de ánimo de los y las pacientes, es una razón común que retrasa conversaciones sobre el mal pronóstico de la enfermedad; y, por otro lado, existe preocupación cuando se trata a pacientes con esperanzas poco realistas de curación.

Dado que mantener la esperanza se revela como un factor protector junto con una comprensión cognitiva de los resultados probables, el papel de los y las profesionales de la salud debe contemplar el ayudar a sus pacientes a reconocer y diversificar sus esperanzas pues con el tiempo, esto permitirá un mejor ajuste psicológico, potenciará la toma de decisiones acorde a los objetivos y permitirá que afronten con mayor éxito el transcurso de la enfermedad.

El artículo concluye que mantener la esperanza es una habilidad que puede entrenarse y perfeccionarse y que los médicos y las médicas deben comprometerse en esta dirección a sus pacientes a la hora de gestionar una enfermedad grave.