

## El regalo de aceptar

**Por Heidi Lintz Stange,**  
docente de Terapia Ocupacional  
de la Universidad Santo Tomás  
Puerto Montt.

¿Qué has hecho hoy? ¿Te incorporaste en la cama y saliste de ella? ¿Te lavaste los dientes? ¿Tomaste un café? Y ahora, ¿estás trabajando, en receso? Quizás más tarde harás una actividad que te gusta, de las muchas actividades que realizas en tu día, fin de semana, mes, ¿alguna vez has pensado detenidamente en todos los pasos necesarios para su logro o todo lo que tu cuerpo usa para desarrollarlas? Vuelve al momento cuando te lavaste los dientes ¿fue un proceso consciente o simplemente realizaste la misma secuencia automatizada que aprendiste a los 8 años?

Los terapeutas ocupacionales centramos nuestro quehacer profesional en las actividades que nuestros usuarios realizan para ocupar su tiempo, ya sean de autocuidado, como el ya mencionado lavado de dientes; productivas, como estudiar, realizar una actividad laboral o de voluntariado; o una actividad recreativa como realizar senderismo o leer un libro. Todas estas actividades tienen un propósito y un significado, pero estos no son colectivos, sino propios de cada persona que desarrolla la acción. Por ello, al realizar nuestras atenciones profesionales, éstas son exclusivas y dirigidas según la persona que está solicitando el servicio y por

más que dos personas presenten una misma situación de salud y/o desarrollen la misma actividad, la intervención será centrada en cada persona de forma personalizada.

Pensemos ahora en estas fiestas de fin de año, algunas actividades serán desarrolladas de forma cotidiana, rutinaria y probablemente no tengan mucha relevancia, mientras que otras actividades, como el compartir alrededor del árbol, tendrán un fuerte propósito y significado familiar. Ahora pensemos en nuestros familiares con diagnósticos adversos y difíciles de comprender, como una situación de Parkinson o una situación de Alzheimer, entre muchas otras, ellos no han decidido olvidar el propósito y el significado de estas fiestas, pero sus funciones y habilidades para realizar la acción más simple como abrazar al hijo o recordar el nombre del nieto que está enfrente saludándolo, se han deteriorado contra su voluntad y no lograrán desempeñarlas como antes.

Como profesional de la salud que ha vivido muchas de estas experiencias, y sobre todo si continúas leyendo esta opinión, te invito a que te regales la posibilidad de olvidar y le regales a tu ser querido la oportunidad de aceptarlo por quien es hoy y desde ahí celebrar esta Navidad y Año Nuevo creando un nuevo propósito de unión y significado de lo que es poder compartir con alguien a quien se quiere y durante muchos años fue tu guía incondicional.