



# **Caritas**

## **La revolución de cuidar con ternura**

*La palabra cuidar proviene del latín “cogitare” que significa pensar. De modo que los cuidados, independientemente de a quién o a qué estén destinados, se deben basar en un acto consciente, de atención plena en el sujeto a cuidar y con la voluntad de mantener su esencia, su armonía y su dignidad.*

*José Ramón Solanillas Vilá, trabajador de Caritas Española durante 40 años, y ahora voluntario.*

### **Cuidar es nuestra vocación**

La vocación de cuidar es parte primordial de la misión de Caritas. Actualmente, vivimos una etapa especialmente significativa en este sentido puesto que Caritas Internationalis está llevando a cabo la campaña “Juntos. Actuemos hoy por un mañana mejor”, con el objetivo de sensibilizar y animar a las comunidades cristianas desde el enfoque de los cuidados para promover la ecología integral y la fraternidad universal.

Entre las causas más influyentes de la actual crisis social y ecológica que vivimos en todo el planeta, está el descuido de lo más esencial de la naturaleza humana y ambiental. Debemos reconocer que cuando se abandonan los valores éticos y el sentido del cuidado mutuo, surge el desinterés en los lazos afectivos entre las personas, y prevalece la indiferencia hacia todo lo que no reporta beneficios materiales o económicos. Son las consecuencias del individualismo egoísta que sólo genera el deterioro de las relaciones, consigo mismo, con los demás y con la propia naturaleza, la casa común que nos acoge a todos.

### **El cuidado institucional no es suficiente**

Con el propósito de evitar estas tendencias negativas, las sociedades democráticas regulan jurídicamente la necesidad de cuidar al ser humano en sus situaciones de



vulnerabilidad, y promueven el cuidado y la conservación de la naturaleza en su conjunto. Si bien eso es lo que se espera de una sociedad que se considera desarrollada y defensora de los derechos humanos, cuando aspiramos a construir sociedades más justas y solidarias no podemos conformarnos únicamente con la institucionalización de los cuidados.

La necesidad de cuidar, de cuidarnos, debe constituir un sentimiento de las personas, que se va construyendo en las familias y en las aulas, desde la misma infancia, como la forma más humana de virtud. Se trata de solidificar un modelo de pensamiento basado en la empatía y de desarrollar habilidades que armonicen la mente y el corazón en beneficio del bien común.

## Cualidades del buen cuidador

Estas habilidades, que podríamos denominar las cualidades del buen cuidador, se resumen en cinco características:

### **01 LA COMPETENCIA**

*Que nos capacita para poder llevar a cabo los cuidados de la manera adecuada y evitando causar daño.*

### **02 LA COMPASIÓN**

*Que nos facilita poder percibir el sufrimiento ajeno y nos mueve a actuar para aliviarlo.*

### **03 LA CONCIENCIA**

*Como el sentido moral o ético que nos permite situarnos con prudencia, reflexión y conocimiento de los hechos, para obrar debidamente.*

### **04 LA CONFIANZA**

*O la actitud que transmite la persona que cree en sus propias capacidades y que permite sentir seguridad a quien recibe los cuidados.*



# ***Cáritas***

## **05 EL COMPROMISO**

*Entendido como la responsabilidad de responder debidamente a las necesidades de la persona que requiere ser cuidada.*

Podemos concluir que cuidar es una condición esencial del ser humano, porque estamos destinados a cuidar y a ser cuidados. Aceptemos, pues, la invitación que nos ha hecho en numerosas ocasiones el papa Francisco, en lo que ha denominado la revolución de la ternura, como el camino para construir una cultura del encuentro, del diálogo y del cuidado mutuo.