

# ¿Qué fue de Dorotea?

**Bienvenida Gala Martínez**

Enfermera especialista en enfermería familiar y comunitaria

Aventurarse a afirmar que Dorotea Orem completa el podium de las teóricas enfermeras, con Florence Nightingale y Virginia Henderson en cuanto a difusión de su corpus teórico en la disciplina enfermera contemporánea, quizá es demasiado osado pero sí que después de treinta años de formalizada la Teoría General de Orem, el desarrollo teórico continúa<sup>1</sup>. Su longevidad (falleció con 93 años) le permitió desarrollar, revisar y ampliar su teoría dilatada en el tiempo, hasta principios del siglo XXI.

Su teoría del autocuidado publicada en la obra "Nursing: concepts of practice" en 1971, surge en un momento de evolución de la disciplina enfermera en EEUU y en un contexto social marcado por la guerra de Vietnam y el auge de los movimientos por los derechos y el feminismo en EEUU así como el cambio de enfoque de los sistemas de salud más centrados en la prevención y la comunidad, que cristalizarían en la conferencia de Alma-Ata en 1978 y su "salud para todos en el años 2000". No puede obviarse este contexto ya que inevitablemente influyó en su desarrollo teórico y en cómo su teoría daba respuesta a ese contexto social.

Pues bien, más de 50 años después, el término autocuidado ha derivado en un concepto del que sería interesante conocer la opinión de Orem. Ella definió en su Teoría General, la demanda de autocuidado como "la cantidad y el tipo de acciones o actividades que la persona debería realizar para alcanzar los requisitos de autocuidado. Si la demanda es superior a la capacidad de la persona surge el déficit de autocuidado".

La palabra demanda es clave para entender esta deriva. La lógica del mercado capitalista ha virado el concepto hacia un déficit continuo impuesto y artificial: haga yoga para relajarse, tome melatonina para dormir, utilice cremas para "autocuidarse" y conseguir un ideal de belleza inexistente, viaje, medite con la última app ...y así se podría hacer una lista infinita de hábitos que casi siempre además en nombre de la salud, nos hacen estar en la rueda del hámster del consumo sin fin.

Pero bien conocido es cómo la salud está atravesada por los determinantes sociales y estos mensajes no pueden además desligarse del género, la clase social o la edad, interseccionando, afectando de manera directa y específica en cada uno de ellos.

Por otra parte, también este concepto está atravesado por la hiperproductividad ligada al consumo, hay pocas prescripciones de cuidarnos sin hacer nada.

Como afirma Marta Carmona, psiquiatra: "si todo es autocuidado, nada es autocuidado [...] Es muy llamativo lo tremendamente homogéneas que son ese tipo de recomendaciones respecto al autocuidado que siempre lo asocian inequívocamente a una actividad que se hace estando solo, reduciendo estímulos, apartándose de cosas y comprando algo. Puede ser un objeto, un servicio, una unidad de producto. Es una lógica muy de consumo"<sup>2</sup>.

La mayoría de estos actos individualistas además tratan de esconder situaciones sociales injustas y modificables como son las condiciones de vida precarias. La psiquiatrización de la vida cotidiana favorece un proceso en el que el sufrimiento es sacado del contexto de la vida del individuo, de su entorno social y se reinterpreta para reconducirlo como problemas que solo pueden resolverse de manera individual.

Frente a la idea del autocuidado actual como epítome del individualismo, debemos reivindicar el cuidado como acto colectivo, cuidamos a otras personas porque hay otras que cuidan de nosotras, esa debería ser la base de una sociedad bien articulada. Nosotras como profesionales del cuidado deberíamos plantearnos resignificar el concepto de Dorotea Orem, reivindicando el autocuidado como acto colaborativo y social, devolviendo el espíritu de Orem de escalar de la primera persona del singular a la del plural.

## BIBLIOGRAFÍA

1. López AL, Guerrero S. Perspectiva internacional del uso de la teoría general de Orem. Invest. educ. enferm. 2006; (24)2: 90-100.
2. [https://www.eldiario.es/era/si-autocuidado-autocuidado-dorada-industria-bienestar-culpa\\_1\\_10765220.html](https://www.eldiario.es/era/si-autocuidado-autocuidado-dorada-industria-bienestar-culpa_1_10765220.html). Consultado el 05/03/25