

RELATO CORTO

TÍTULO

**A mí yo, cuando tenga un mal día**

TEXTO RELATO

A mí yo,  
cuando tenga un mal día,  
cuando la voz de otros me duela más de la cuenta  
y sienta que nada es suficiente,  
léeme despacio.

Cuando te grite un paciente  
o una familia entera,  
recuerda cuánto dolor tienen.  
Recuerda la vida que se les truncó  
en un segundo,  
en una carretera,  
en un accidente de tráfico que nadie espera.

Recuerda que no es contigo.  
Es con el miedo,  
con la pérdida,  
con la vida que ya no será igual.

Recuerda respirar.  
Recuerda todo lo que sabes hacer.  
Recuerda tu ciencia firme  
y tu manera serena de estar.

Recuerda a ese paciente que mejora,  
al tratamiento que funciona,  
a la habitación que se llena de alivio  
sin hacer ruido.

Recuerda las manos que se aferran a la tuya,  
no para atacarte, sino para sostenerse.  
Recuerda que liderar un equipo es exactamente eso:  
ser fuerte por ambos  
cuando otros tienen un mal día,  
sostener sin imponerte, cuidar desde amor.

Recuerda que a veces gritar es la única forma que alguien tiene de pedir ayuda.

Recuerda también los días buenos.  
Recuerda la primera vez que te pusiste el uniforme  
y supiste, sin saber por qué,  
que ese gesto te hacía sentir bien.

Recuerda el día  
en que te dijeron gracias sin decirlo.  
Esa mirada.  
Ese silencio lleno.  
Ese momento en el que entendiste  
que habías hecho algo importante.

Recuerda cuando ayudar fue sencillo y bonito.  
Cuando acompañar tuvo sentido pleno.  
Cuando cuidar se sintió como un privilegio.

Recuerda que cuidar  
también es contener el caos un instante  
sin romperte.  
Que poner límites también es cuidar.

Recuerda que gestionar  
es hacer que el cuidado llegue mejor.  
Que cuidar al equipo  
es cuidar al paciente,  
aunque no siempre se vea.

Y cuando el día pese demasiado,  
recuerda esto:  
no todo se ve, pero todo importa.  
Cada decisión justa.  
Cada presencia serena.  
Cada jornada en la que sabes que hiciste todo lo que estaba en tu mano.

A mí yo,  
cuando dude,  
recuérdame por qué estoy aquí.

Porque cuidar tiene valor.

Porque cuidar deja huella.

Porque a veces todo vuelve en una sonrisa pequeña  
y en la certeza íntima de haber estado donde hacía falta.

Y eso, incluso en los días difíciles,  
sigue siendo suficiente.