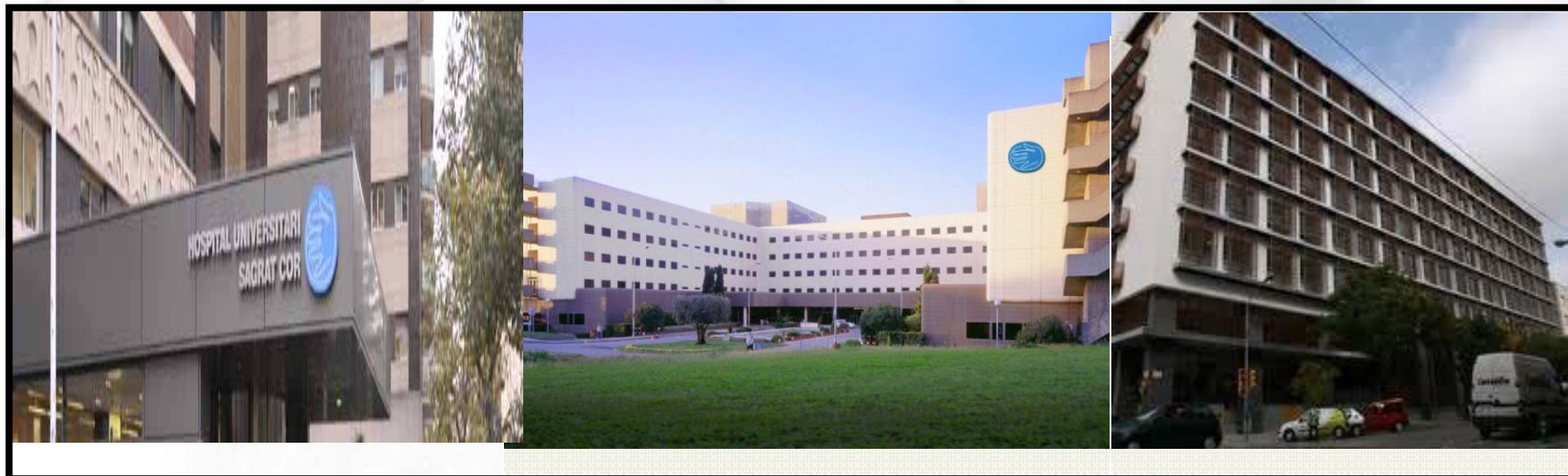


ACOMPANYAMENT CREATIU A LES MALALTIES, EL DOL I LA MORT EDUCACIÓ A LA COMUNITAT VOLUNTARIAT

- Montse Velasco Fraile – Infermera Referent
- CAPIO-HOSPITAL UNIVERSITARI SAGRAT COR

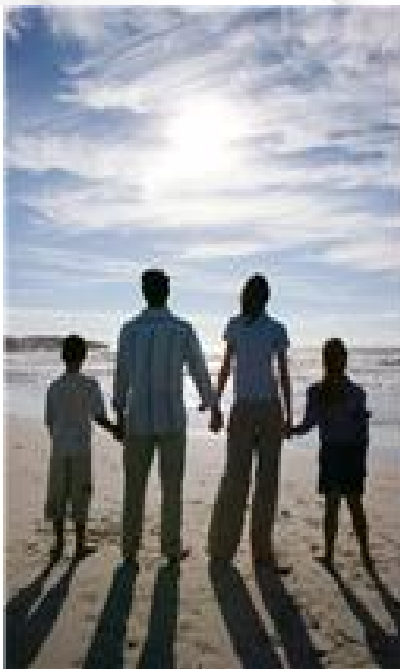


- CAPIO-CATALUNYA va iniciar un projecte de qualitat (Acompanyament Creatiu) fa uns quatre anys a l'Hospital General de Catalunya
- Actualment ja està en marxa en els altres centres de Capiro-Catalunya: Hospital Universitari Sagrat Cor i Clínica del Vallès



Servei Gratuït i adreçat a:

- Pacients ingressats, familiars i professionals
- Persones internes o externes que es trobin en un procés de malaltia o de dol relacionat amb la mort



- “Quan més s’accepta que la mort és part d’un procés natural més s’estima la vida. Pot haver-hi tant amor o més en el moment de morir com en el de néixer”. (E. Kübler-Ross)



- Poques vegades ens ensenyen a viure les pèrdues
- La mort segueix sent el gran tabú
- Cada un de nosaltres fem un camí, sabem quan comença però no sabem quan acaba



- Fa uns quants anys les persones vivien la mort dels seus familiars com el final natural del cicle de la vida
- La mort succeïa a les cases, envoltats de les seves coses i de les persones estimades
- Avui en dia la gran majoria de les persones moren en un centre hospitalari, amb menys caliu, segurament de manera més freda
- Existeix una actitud de negació social davant les adversitats i en especial la mort i el dol



OBJECTIUS GENERALS:

- Disminuir les dificultats emocionals davant el procés de dol i morir, tant en pacients, famílies i professionals de la salut
- Fomentar la cultura de la Vida i la Mort
- Prevenir i detectar l'elaboració de dols complicats



OBJECTIUS ESPECÍFICS:

- Cuidar la part emocional de les persones
- Ajudar en els processos de pèrdua de la salut
- Donar suport al pacient terminal
- Ajudar a “viure” el dol
- Educació Comunitària

Ajudar en la pèrdua de la salut

- Una pèrdua important es la pèrdua de la salut i adaptar-se no és fàcil
- En qualsevol malaltia hi ha dos factors que fan que es visqui millor o pitjor:
 - el dolor
 - sentir-se ben acompanyats

Amb dolor es impossible viure bé, s'ha de aconseguir un bon control del dolor

Y amb un bon acompanyament també es viu el dia a dia molt millor

Donar suport al pacient terminal

- Quan una malaltia no es pot curar el que sí que poden fer és seguir cuidant
- Tothom es mereix les màximes cures i confort
- Evitant qualsevol acció, prova o maniobra que augmenti el patiment i no comporti cap benefici
- El procés de la mort és un tràngol emocional molt dur per als pacients i els seus éssers estimats
- Si el malalt ha tingut temps d'emetre la seva voluntat sobre com prefereix afrontar aquest moment, tots viuen el procés d'una manera més serena, un fet que també afavoreix una vivència més positiva del dol

- En la nostra societat, quan parlem de la mort, ho acostumem a fer de manera abstracta, com una cosa que ha de passar en algun moment (però no ara) del futur. Per tant, és força habitual trobar-se que, quan malauradament un malalt arriba a una situació propera a la mort, ni ell ni els familiars han tingut temps de preparar-se per afrontar aquest procés.
- El més curiós és que, tot i que se'n parla poc, és un pensament comú en els pacients i els seus familiars.

- Davant la persona greument malalta:

-Cures ambientals:

Habitació individual, llit còmode i sense pes de la roba

Temperatura ambiental adequada i llum indirecte

Evitar sons forts o estridents

Parlar amb un to de veu baix

Determinar amb la família una pauta de visites

-Cures psíquiques i espirituals:

Informar sempre del que anem a fer-li

Esclarir els dubtes que sorgiran sobre l'evolució i el tractament

Destacar els aspectes positius dels nous objectius terapèutics

Instaurar mesures de control dels símptomes, inclús abans de que apareguin

Experiència

Lance Armstrong, ciclista (va superar un càncer de testicle)

“Crec que un malalt ha de buscar el suport d’amics i familiars. Jo vaig tenir un grup de gent que em va escoltar, animar i recordar que no estava sol. Vaig tenir la sort de comptar amb persones que estaven amb mi en aquesta lluita; mai no es pot subestimar el benefici d’aquesta mena de suport i amistat”.

Experiència

Steve Jobs (cofundador d'Apple, malalt de càncer de pàncrees)

“Recordar que moriré aviat és l'eina més valuosa que he trobat per ajudar-me a prendre les decisions importants de la meva vida, perquè quasi tot (les expectatives, l'orgull, la vergonya, la por del fracàs...) desapareix quan t'enfrontes a la mort i davant teu només queda el que és realment important”.

- A dins dels centres hospitalaris per oferir les millors cures, tant al pacient com a les seves famílies, hem de treballar en equip tots els professionals
- Dins dels professionals, les figures del Auxiliar d'Infermeria i de la Infermera són peces claus i vitals
- Tant els Infermers com les Auxiliars d'Infermeria són les persones més properes, potser les que passen més temps al costat dels malalts



- En un dels moments difícils de la vida, com és la malaltia, hi ha valors importants que adquireixen una major rellevància
- A part de la comunicació verbal hem de tenir en compte la comunicació no verbal, que és segurament molt més important
- Saber escoltar, l'escolta activa (posant tota l'atenció i escoltant amb tot el cos)
- Deixar expressar els sentiments: el dolor, la ràbia, la por, la impotència, la soledat...
- Saber mirar als ulls, saber apropar-se té un valor terapèutic per als malalts incalculable



Segons Marc Antoni Broggi i Trias:

“Els professionals de la salut han de potenciar: la lluita contra el dolor, evitar el encarniçament i el tractament innecessari.

Fem massa per retardar la mort i massa poc i massa tard per tractar-la: hem de procurar que la mort sigui lo més oportuna possible, lo més apropiada possible “

Acompanyament Creatiu

Visites internes

Ajut a la persona malalta:

- Ajudar al pacient a compartir les preocupacions vers la malaltia i trobar la forma de viure-ho amb més serenitat
- Donar l'autonomia de decidir el millor en cada moment
- Que pugui expressar les seves necessitats
- Afavorir la possibilitat per completar assumptes pendents o restaurar unions trencades

- Davant el diagnòstic d'una malaltia, cada persona reacciona segons la seva manera de ser, i, per tant, cal que, en tractar-ho amb el malalt, la família ho faci d'acord amb el ritme i la intensitat de la vivència del pacient; per exemple, si al principi no en vol parlar, no convé forçar-ho
- Un cop passat el xoc de rebre el diagnòstic, el pacient i la família necessiten un pla d'actuació que els indiqui els passos del tractament a seguir i els objectius a assolir per tenir un sentiment de més control de la malaltia, i, per tant, de menys impotència i incertesa

- El diagnòstic d'una malaltia incurable, acostuma a generar una reacció similar a la del dol i els malalts solen passar per les diferents fases de negació, ira, negociació, depressió i, finalment, acceptació (sense que tots les hagin de presentar, una per una, ni les hagin de seguir en aquest ordre)
- Evidentment, no tots els malalts accepten la mort ni l'afronten igual; els pacients tendeixen a reaccionar de la manera que ho fan en general davant les adversitats de la vida

- Alguns malalts ho fan d'una forma més ràpida, aprofiten per posar en ordre les seves prioritats i afronten la proximitat de la mort com un repte, però d'altres es neguen (moltes vegades de forma conscient) a fer-ho, viuen d'esquena a la proximitat de la mort i prefereixen sotmetre aquest moment a la voluntat de l'atzar, dels seus o fins i tot a la del metge.
- Sigui quina sigui la manera és important donar suport, sense jutjar-lo ni adoctrinar-lo

- Evitar les preguntes tancades (en que la resposta sigui SÍ o NO)
- Optar per les preguntes obertes
Què necessites?
Com ho portes?
Diguem en què puc ajudar-te?

Ajut als familiars:

- Recolzament professional perquè es sentin acompanyats de la mateixa manera que ells acompanyen
- Que els familiars sentin la satisfacció d'haver ofert el millor d'ells mateixos
- Que puguin col·laborar en les cures del pacient
- La família és la peça clau per la “dignitat” de la persona
- Informar sobre la conveniència que els nens no quedin emocionalment exclosos durant el procés

- Que la família assumeixi el seu paper protagonista i insubstituïble
- Que la família pugui perdre la por davant les dificultats i les possibles pèrdues
- Descobrir el membre alfa (líder dins el grup) servirà de gran ajuda i serà la persona que podrà fer de transmissor
- Cohesió entre diferents familiars

Ajut als professionals:

- Oferir suport i recolzament davant de situacions extremes, que els ajudi a disminuir l'angoixa, la incapacitat i la por
- Deixar de viure la mort com un fracàs professional i participar activament en oferir un final íntim i tranquil



Acompanyament Creatiu Visites Externes

- Garantir suport emocional a tota persona (adult i nen), família o institució per elaborar dols saludables
- Servei gratuït per cuidar la salut emocional de la Comunitat per garantir una continuïtat assistencial en l'acompanyament en les pèrdues



Sol·licitud del Servei d'Acompanyament:

- *Telefònicament o correu electrònic
- *Paper de col·laboració
- *Per mitjà de les gestores de cures i comandaments

Formació i Educació en la Comunitat

- Tallers “Ara sí que sé” impartits a les escoles actualment a Cerdanyola i San Cugat
- En projecte obrir aquests Tallers a l'àrea de Barcelona
- Els nens poden compartir i reflexionar sobre les pèrdues i la seva normalitat durant el cicle de la vida





Voluntariat

- Un nou projecte que aviat començarà: el Voluntariat dels Jubilats
- Objectiu: Promoure la satisfacció personal del voluntari, de pacients i familiars
- A part de la seva disponibilitat, les persones jubilades tenen una experiència i saviesa acumulada al llarg de la vida. Fer companyia a persones grans que viuen situacions doloroses, pot ajudar a sentir-se útil i ser un estímul per a viure la vida des d'una nova perspectiva

- Les persones grans tenen necessitats relacionades amb la seva edat
- El grau de dependència i les cirurgies reparadores els porten a estances perllongades en un entorn hospitalari, lluny de casa seva
- En ocasions les famílies, no poden cobrir les necessitats d'acompanyament i la soledat es converteix en un problema per a qui de vegades el que més necessita, es tenir algú al costat

- Un altre projecte que molt aviat es posarà en marxa és una carta de condol que es farà arribar a totes les famílies que han patit la mort d'un familiar en els nostres centres
- I també informarem del servei d'acompanyament de les visites externes per si algun familiar ho necessita, per ajudar-los a viure el seu dol

- Hem de caminar cada vegada més cap a una medicina més humanitzada
- Hem de mirar a la persona com un tot
- Cuidem tots els aspectes:
 - * Físics
 - * Mentals
 - * Emocionals
 - * Espirituals

No sempre podrem curar
CUIDAR SEMPRE



GRÀCIES PER LA VOSTRA ATENCIÓ

