



## CLÍNICA

# El acompañamiento en la fase final de la vida



Esther del Rosario Molinares Rodríguez<sup>a,\*</sup> y Carmen Marcos Redondo<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Centro de Salud Lakuabizkarra, Vitoria-Gasteiz, Álava España

<sup>b</sup>Academia Médico Homeopática Unicista de Bilbao, Bilbao, España

Recibido el 13 de agosto de 2016; aceptado el 15 de octubre de 2016

### PALABRAS CLAVE

Empatía;  
Congruencia-autenticidad;  
Aceptación incondicional;  
Compasión;  
Hospitalidad-acogida;  
Presencia;  
Síntomas más importantes  
en el proceso de muerte;  
Cuidar al cuidador;  
Fatiga de compasión;  
Burnout;  
Autoconciencia;  
Autocuidado;  
Satisfacción de la  
compasión;  
Atención plena;  
Meditación

### Resumen

El objetivo de nuestro trabajo tiene la intención de revisar las herramientas útiles con las que cuenta el médico en el proceso de acompañamiento al paciente terminal, a su familia y cuidadores. Desde el inicio de su existencia, el ser humano es pura necesidad, tanto fisiológica como emocional y afectiva; oscilando entre la satisfacción y la insatisfacción, el yo se ve irremisiblemente abocado a la frustración... Sabe que, a medida que pasan los años, va a ir perdiendo cada vez más cosas (fuerza, salud, afectos); que si todo va bien, llegará a la senectud y que, en cualquier caso, finalmente morirá. La vulnerabilidad del ser humano se pone de manifiesto justamente en esa doble experiencia del dolor y de la muerte. El dolor va a ser pues nuestro compañero de viaje, junto con la sombra de la muerte, por más que queramos mantenerlos ocultos. La actitud sabia, y por tanto liberadora, va de la mano de la lucidez y de la humildad y adopta la forma de aceptación; lo cual no significa que resulte fácil o que, antes de llegar a vivirla, la persona no haya tenido que pasar por diferentes fases. En consecuencia, resulta de vital importancia nuestra presencia auténtica y congruente como médicos.

© 2016 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

### KEYWORDS

Empathy;  
Congruence-authenticity;  
Unconditional acceptance;  
Compassion;  
Hospitality-welcome;  
Presence;

### Accompanying the final stage of life

#### Abstract

The aim of our work is to review the useful tools that the physician uses in the process of accompanying the terminal patient, their family, and caregivers. Since the beginning of their existence, human being are pure necessity, physiologically, as well emotional and affective, ranging between satisfaction and dissatisfaction, the self is irretrievably doomed to frustration... Knowing that as the years pass, we increasingly lose things (strength, health,

\*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: dra.esthermolinares@amhubi.org (E.R. Molinares Rodríguez).

Most important symptoms in the dying process;  
Care for the caregiver;  
Compassion fatigue;  
Burn out, self-awareness;  
Self-care;  
Satisfaction of compassion;  
Total care, meditation

emotions), and if all goes well, we will reach senescence, and that in any case, we eventually die. The vulnerability of human beings is revealed precisely in this dual experience of pain and death. The pain will be for our travelling companion along with the shadow of death, even if we want to keep them hidden. The wise attitude, and thus the liberating one, goes hand in hand with lucidity and humility and takes the form of acceptance, which does not mean that it is easy or that before coming to live it the person has not had to go through different phases. Thus our authentic and consistent presence is as vitally important as that of the physician.

© 2016 Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

## Las actitudes psicológicas

Existen 3 actitudes comunicativas, formuladas desde la psicología de la no directividad formulada por Carl Rogers: la empatía, la congruencia-autenticidad y la aceptación incondicional.

### Empatía

En la práctica médica es un ejercicio de conexión con la experiencia interna del paciente para entenderle mejor, evita un juicio de valor y se ve facilitada por la práctica de la conciencia plena.

Es importante distinguir la empatía de la cordialidad o la simpatía. A diferencia de esta última, en la empatía el médico sabe en todo momento cuáles son las emociones suyas y cuáles las del paciente: no se produce un contagio emocional.

### Congruencia-autenticidad

Es distinta a sinceridad. No se trata de “contarlo todo”, sino que aquello que expresemos sea lo que pensamos, sentimos o ambas cosas.

En un sentido dinámico, congruencia es estar bien comunicado consigo mismo (*congruencia interna*) y estar bien comunicado con los demás (*congruencia externa*).

### Aceptación incondicional

No juzgar. Denota profundo respeto a la persona. Saber que la aceptación de la persona no es lo mismo que la aceptación de su conducta (parágrafo 83 del *Organon de la medicina* de S. Hahnemann: ausencia de prejuicios).

En último término, la aceptación de la conducta puede llevar a comprenderla, pero no a justificarla.

## Las actitudes espirituales

La conferencia de expertos de Ginebra de 2013 define la espiritualidad como un aspecto dinámico e intrínseco de la humanidad a través del cual las personas buscan un significado, un propósito y una transcendencia últimos, experimentando una relación consigo mismo, con los demás, con la familia, con la sociedad, con la naturaleza, con lo significativo y con lo sagrado. La espiritualidad se expresa a través de las creencias, los valores, las tradiciones y las prácticas.

Estas actitudes espirituales son: compasión, hospitalidad/acogida y presencia.

### Compasión

Describe el entendimiento del estado emocional del otro, combinado con un deseo de aliviar su sufrimiento; por ello se ha descrito como la “empatía en acción”.

La lástima tiene sus raíces en el miedo, a veces incluso en una complacida sensación de “me alegro de no ser yo”; cuando el dolor del otro toca tu miedo, se convierte en lástima.

Cuando el dolor del otro toca y despierta tu amor... se convierte en compasión.

### Hospitalidad/acogida

Por hospitalidad se entiende la capacidad de acoger y agasajar con amabilidad y generosidad a los invitados o a los extraños, que se encuentran temporalmente ausentes de sus hogares. De ahí la palabra *hospital*.

### Presencia

Esta actitud espiritual está relacionada estrechamente con la congruencia. En definitiva, es conjugar los verbos *ser* y *estar* de manera conjunta, pero en profundidad, para el vínculo.

En las situaciones de agonía y de “últimos días” esta actitud se vuelve protagonista, precisamente porque la presencia es uno de los mejores antídotos frente al miedo.

## Fases psicológicas en el proceso de adaptación en la fase final de la vida

Morir no puede considerarse solamente como un proceso físico.

La Dra. Elizabeth Kluber Ross, una de las expertas en el estudio del proceso de la muerte, describió estas 5 fases: negación, ira, negociación, depresión y aceptación.

### Negación

En esta fase el paciente se niega a creer lo que le está ocurriendo, cree que todo es un error y pide una segunda opinión o nuevos análisis.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/5635870>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/5635870>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)