

# UNIVERSIDAD DEL SURESTE



CAMPUS:

SAN CRISTOBAL, CHIAPAS

LICENCIATURA EN CRSO:

MEDICINA HUMANA

MATERIA:

PSICOLOGIA MEDICA I

DOCENTE:

DRA. YASMIN SARABIA

ALUMNO:

JOSE SANCHEZ ZALAZAR

1° SEMESTRE Y GUPO "A"

3.ER PARCIAL

FECHA:

05 DE NOVIEMBRE DEL AÑO 2021



# UNIDAD 3

## INTERVENCION PSICOLOGICA EN EL ENFERMO TERMINAL



## **INTRODUCCION...**

### **¿QUE ES LA INTERVENCION PSICOLOGICA?**

En el momento en que se presentan dificultades relacionadas con el comportamiento humano, se pone en práctica la intervención psicológica con tal de tratar y cuantificar el impacto.

La intervención en Psicología hace referencia a la aplicación de principios y técnicas psicológicas de un profesional de la salud con la intención de asistir a las personas y ayudarlas a comprender sus problemas, reducirlos o superarlos y/o a mejorar las capacidades individuales o las relaciones con el entorno.

La intervención va ligada a la evaluación y el seguimiento de los objetivos conseguidos, valorando el desarrollo de las sesiones, la progresión conseguida y la puesta en marcha de las estrategias aprendidas.

En este caso solo hablaremos de la intervención de el enfermo terminal, como ayudarlo a el y a sus familiares prepararlos para el dolor del duelo ya que al ser un enfermo terminal no durara mucho tiempo, al paciente ayudarlo en sus miedos al estar a punto de dar este paso natural.

### **Intervención psicológica en enfermo terminal**

Todos sabemos que en algún momento de la vida moriremos. Es ley de vida. Una enfermedad, un accidente, la vejez. son muchas las circunstancias que pueden darse por las que una persona pierde la vida. El principal problema radica cuando se nos diagnostica un problema de salud grave y nos indican que solamente nos queda medio año o un año de vida

Nuestra sociedad no nos educa para asumir la muerte por lo que el apoyo psicológico para pacientes terminales es vital.

Decimos que nadie está preparado para aceptar ese punto y final en su vida o en la de sus seres queridos y lo cierto es que pocas personas lo están. Nuestra sociedad no nos educa para asumir que la muerte forma parte del proceso de vivir.

Si para las personas sanas es un tema delicado de tratar, para las personas con enfermedades terminales todavía lo es más, pues es doloroso asimilar que ese final llegará antes de lo esperado. Es necesario el apoyo psicológico a estos pacientes para aliviar ese sufrimiento y para que puedan afrontar la despedida.

Para entender en qué consiste la psicoterapia en pacientes terminales, primero es necesario ser conscientes de qué es y qué consecuencias acarrea una enfermedad terminal. Consideramos enfermedad terminal a aquella patología en estado avanzado e irreversible, cuyos síntomas van empeorando de manera progresiva hasta terminar con la vida del paciente en un periodo más o menos corto.

Tanto la sintomatología asociada como, en muchos casos, los tratamientos, reducen considerablemente la calidad de vida del paciente: pérdida de la autonomía, abandono de la actividad laboral y de ocio, deterioro de sus relaciones sociales y de pareja. Además, una enfermedad terminal no solo afecta emocionalmente al paciente; también a su entorno humano: familiares y cuidadores.

### **¿Cuál es el objetivo de la intervención psicológica?**

La psicoterapia en estos pacientes tiene por finalidad acompañar y apoyar psicológicamente al paciente durante todo el proceso: desde el diagnóstico de la afectación hasta el duelo. La primera parte de este proceso se fija como objetivo la aceptación de la enfermedad y su incurabilidad. Es frecuente que un paciente terminal sienta una pérdida de control respecto a su vida, ¿"por qué me ha tocado a mí?" y, en consecuencia, caiga en la apatía vital. El psicoterapeuta trabajará con el paciente varios factores:

- El proceso de afrontamiento de la enfermedad y adaptación a todos los cambios que ha supuesto en su vida.
- Los síntomas depresivos asociados.
- Entrenamiento en habilidades psicológicas para aliviar el sufrimiento tanto emocional como físico (dolores crónicos).
- Y, muy especialmente, le prepara para la despedida.

Como ya se ha indicado anteriormente, la psicoterapia no se ciñe solo a la atención del paciente. El psicólogo trabajará en colaboración con la familia y, en especial, con su cuidador. La intervención psicológica en familiares es de vital importancia para el propio beneficio del paciente.

El cuidado de un enfermo supone cambios de roles y dinámicas en el seno del hogar: el desánimo y agotamiento del cuidador, el sufrimiento encubierto, la sobreprotección del enfermo. El psicólogo, por ejemplo, les ayuda a no caer en ese terrible silencio por parte de los familiares y les orienta para que sepan hablar de la enfermedad con el afectado sin tabúes; para afrontar el miedo, los conflictos y, en la última etapa del proceso, también los prepara para afrontar el duelo.

### **Perfil del psicólogo en la atención de pacientes terminales**

La atención e intervención psicológica en pacientes terminales exige al psicólogo un perfil profesional claramente sanitario. Esta formación específica se adquiere a través de **Máster en Psicología General Sanitaria** y cursos especializados en Apoyo a Enfermos Terminales, en Atención e Intervención Psicológica en las Unidades de Cuidados Paliativos y Duelo.

Las competencias claves de este profesional se perfilan sobre las siguientes áreas:

- La evaluación psicológica del paciente: valorar su estado emocional, físico y social en relación con la enfermedad. Cuáles son sus miedos y necesidades, pensamientos recurrentes y desadaptados a la situación, los hábitos de vida que pueden beneficiar o deteriorar mucho más su salud.
- Evaluar y mejorar aquellos recursos psicológicos (fortalezas) que dispone para enfrentarse y adaptarse a los cambios que supone su enfermedad. También el psicólogo analiza la calidad del entorno humano que rodea al paciente: las dinámicas familiares, su vida en pareja y el apoyo que recibe de sus amistades

- Conocimiento teórico y práctico de las técnicas cognitivas y conductuales en la intervención con este grupo de pacientes: reestructuración cognitiva, técnicas de relajación y de inoculación al estrés, visualización, autoinstrucciones.
- Dirección de grupos de apoyo para enfermos terminales y sus familiares.
- Excelentes habilidades terapéuticas y comunicativas: fomentar la confianza en el paciente, la escucha activa, la asertividad y empatía.

Por último, es necesario destacar la fortaleza psicológica que debe trabajar el propio psicólogo a nivel personal. Dedicarse al ámbito de la psicoterapia con enfermos terminales exige aparcarse las propias emociones durante la intervención psicológica, siempre sin perder el lado humano. Cada paciente es un nuevo reto, pues cada paciente conlleva para el psicoterapeuta superar su propio proceso de duelo.

El apoyo se centra principalmente en conseguir que el enfermo logre disfrutar de la mayor calidad de vida posible, y evitar el sufrimiento, tristeza y malestar tras conocer esta dura noticia.

El tratamiento médico para intentar combatir la enfermedad que sufre el paciente e intentar que se recupere hasta el último momento ha de venir acompañado por el tratamiento y apoyo de psicólogos profesionales que puedan hacerse cargo de las necesidades emocionales y psicológicas que pueda tener el paciente en cuestión.

Es primordial intentar que el paciente alcance el máximo confort posible y que el psicólogo le sirva de acompañamiento en todo momento para poder cerrar el proceso de la vida de la manera más positiva posible, tanto para el propio paciente como para sus familiares.

Es importante conseguir que la persona pueda cerrar el capítulo de su vida de la mejor forma posible.

El tratamiento psicológico al enfermo terminal debe trabajar la falta de control que siente el paciente, ya que es normal que este tipo de personas perciban que son incapaces de hacer frente a la situación, a la enfermedad y a los síntomas de ésta. Se verán como personas totalmente inútiles que no pueden hacer nada. Todo ello debe cambiarse con el apoyo profesional.

Resultará vital eliminar o modificar este tipo de pensamientos e incrementar su sensación de control sobre la situación. Asimismo, será importante trabajar tanto sobre la sintomatología ansiosa como depresiva, las cuales son muy comunes en este tipo de pacientes, incluso pueden sentir nervios en el estómago por la situación que están pasando. A todo ello hay que señalar que muchas personas tienen pensamientos e intentos de suicidio.

Como ya la mencionamos anteriormente, el psicólogo deberá de ser capaz de explorar los miedos del paciente, además de intentar dar apoyo emocional y favorecer la expresión de sus deseos y de sus miedos con el objetivo de tener la capacidad de dirigir y gestionar la emoción hacia metas que resulten adaptativas, evitando caer en la desesperación.

### **Papel del psicólogo con la familia del paciente**

No solo el paciente afectado va a ser el único en sufrir, ya que la presencia de una enfermedad terminal puede llegar a ser una noticia demoledora para los familiares del enfermo, lo cual provocará un elevado sufrimiento entre sus seres más allegados.

También pueden necesitar ayuda, bien sea los familiares, así como el enfermo, aprender de manos de profesionales a cómo combatir la depresión, pues esta situación puede superar a quienes son afectados por eso es muy importante recibir apoyo.

En muchas ocasiones, van a necesitar de la ayuda y el apoyo por parte de un profesional para recibir un adecuado soporte emocional, asesoramiento y pautas sobre cómo actuar ante dicha situación. En muchas ocasiones, los familiares se rinden y dejan de prestar soporte a las necesidades que tiene el paciente.

La psicoeducación y el apoyo a la familia serán fundamentales para evitar que esto suceda. Los familiares del paciente pueden necesitar también apoyo psicológico que les indique como hacer frente a la situación, como ya se mencionó, es decir prepararse para el duelo.

## **Conclusiones...**

Para todo enfermo terminal es importante la intervención psicológica, al igual para los familiares, pero también es importante que sean atendido por un psicólogo con un perfil profesional claramente sanitario, con una formación específica que se adquiere a través de **Máster en Psicología General Sanitaria** y cursos especializados en Apoyo a Enfermos Terminales, en Atención e Intervención Psicológica en las Unidades de Cuidados Paliativos y Duelo.

## **Bibliografía**

R.G.P.D. (08/10/2020). La psicoterapia en pacientes terminales y el rol del psicólogo. 05/11/2021, de UNIR Sitio web: <https://www.unir.net/salud/revista/psicoterapia-pacientes-terminales/https://www.unir.net/salud/revista/psicoterapia-pacientes-terminales/>

Gómez. A. (2019). Apoyo psicológico para pacientes terminales. 05/11/2021, de ElitePsicólogos Sitio web: <https://elitepsicologos.es/psicoterapia-blog/apoyo-psicologico-para-pacientes-terminales/>