



Ante la presencia de una enfermedad avanzada e incurable, todas las miradas se dirigen hacia ese horizonte del final de la persona, que como un eco nos devuelve la mirada a nuestro interior. Esta Guía es un libro conmovedor que nos enseña a reconocer y descifrar los mensajes, con frecuencia simbólicos, de aquellos que se aproximan a su final.

Iosu Cabodevilla ha dedicado buena parte de su vida a la atención de personas con una corta esperanza de vida. Su enorme experiencia y amplios conocimientos le permiten ofrecernos una obra del máximo interés, llena de grandes aportaciones sumamente útiles, tanto para profesionales como para pacientes, familiares y acompañantes.

Muchas veces el paciente tiene miedo a lo desconocido, al proceso de la enfermedad, al dolor físico, al deterioro, a la soledad, a ser una carga, le preocupa las separaciones con el entorno familiar, laboral, social, la pérdida de su imagen corporal, de su autonomía. ¿Cómo ayudar a hacer más fácil, más soportable esta situación? ¿Tiene la enfermedad algo que enseñarnos? ¿Está la persona realmente preparada? Analizar, reflexionar, meditar con serenidad y humildad la propia existencia, es para Cabodevilla, una de las más eficaces terapias para superar el terror a la muerte y asumir con entereza el principal trance que el ser humano ha de atravesar en este mundo.

Se trata de un libro-guía eminentemente práctico sobre cómo acompañar y atender al enfermo y a su familia, desde el mismo diagnóstico de una enfermedad grave y sin curación, hasta la agonía y el duelo, sin dejar de prestar atención a los que acompañan al enfermo, ya sean profesionales o no. Repasa la mayoría de los sistemas biológicos del funcionamiento del cuerpo humano y sus síntomas más habituales, proponiendo intervenciones "No farmacológicas" que mejoren la calidad de vida de la persona y de su entorno, facilitando un crecimiento personal y la sensación de sentido y realización.

Iosu Cabodevilla Eraso (Pamplona-Iruña, 1959), Psicólogo Clínico, especialista en Cuidados Paliativos. Formado en técnicas gestálticas y en psicoterapia centrada en la persona, ha trabajado durante 19 años en una Unidad de hospitalización de Cuidados Paliativos.



DESCLÉE DE BROUWER

Iosu Cabodevilla

GUÍA NO FARMACOLÓGICA DE ATENCIÓN
EN ENFERMEDADES AVANZADAS



Iosu Cabodevilla

GUÍA NO FARMACOLÓGICA de atención en enfermedades avanzadas

Cuidados
paliativos
integrales

DESCLÉE DE BROUWER



Guía NO farmacológica
de atención en
enfermedades avanzadas
Cuidados paliativos integrales



Desclée De Brouwer

Índice

Prólogo	15
Presentación	19
Introducción	23
1. De qué hablamos. Aclaremos algunos términos	31
2. Nuestra condición humana: Enfermamos y morimos	39
2.1. ¿Contribuimos en el enfermar?	43
2.2. El Sufrimiento ante la proximidad de la muerte	47
2.3. Manejo del sufrimiento	49
2.4. La muerte en el siglo XXI	54
2.5. Mirar la muerte	57
3. Atención psicosocial y espiritual en cuidados paliativos	63
4. La comunicación: herramienta básica para la atención en enfermedades avanzadas	69
4.1. Errores y dificultades más habituales en la comunicación con los pacientes	75
4.2. Habilidades facilitadoras para una buena comunicación	77
5. Cuando hay malas noticias para informar	83
5.1. ¿Hay preguntas difíciles?	94
5.2. Situaciones complicadas en la comunicación Enfermo - Familia - Profesional	98

5.2.1. Conspiración o pacto de silencio 98

5.2.2. Sobrecarga. Familias agotadas o claudicación familiar. 102

6. Acompañamiento espiritual y soporte emocional.

Actitudes básicas. 113

6.1. La escucha 115

6.2. La Presencia 124

6.3. La compasión 134

6.4. Hospitalidad 135

7. La familia del paciente con enfermedad avanzada 139

7.1. La familia actual 145

7.2. Reacciones emocionales en la familia 147

7.3. Cómo atender a los familiares 154

7.4. Cuidarse uno mismo, una misma 155

8. Manejo de las necesidades psicosociales y espirituales en el final de la vida. 163

9. Reacciones emocionales ante la proximidad de la muerte 167

9.1. El enfermo niega lo que le sucede 168

9.2. El enfermo se muestra con rabia o enfado. 170

9.3. Manejo de la hostilidad (rabia desadaptativa) 174

9.4. La persona enferma se muestra deprimida o triste . . 178

9.5. Cuando el miedo domina 182

10. ¿Somos un cuerpo o tenemos un cuerpo? 189

10.1. ¿Tienen algo que decirme los síntomas? 194

10.2. Preguntas clave. Apuntando al despliegue de la solución 197

11. Atención educativa, psicosocial y espiritual (no farmacológica) en enfermedades avanzadas 201

11.1. Sistema nervioso. Trastornos orgánicos cerebrales . . . 207

11.1.1. Delirium/Síndrome confusional. 209

11.1.2. Demencias (Alzheimer). 212

11.1.3. Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA). 219

11.2. Sistema respiratorio 222

11.2.1. Enfermedades respiratorias crónicas 223

11.2.2. Disnea 224

11.2.3. Tos 225

11.3. Sistema digestivo 227

11.3.1. La alimentación 228

11.3.2. Cuidados de la boca. Sequedad de boca. . . 230

11.3.3. Hipo. 232

11.3.4. Náuseas y vómitos 233

11.3.5. Diarrea 234

11.3.6. Estreñimiento 235

11.3.7. Caquexia y anorexia 237

11.3.8. Enfermedad hepática avanzada 240

11.3.9. Encefalopatía hepática 241

11.3.10. Ascitis. 242

11.4. Sistema circulatorio 244

11.4.1. Insuficiencia cardíaca 244

11.4.2. Complicaciones hemorrágicas. 247

11.5. Sistema genito-urinario 250

11.5.1. Obstrucción urinaria 252

11.5.2. Incontinencia urinaria 253

11.5.3. Hematuria 253

11.5.4. Fístulas urinarias. 254

11.5.5. Alteraciones de la libido (sexualidad en el final de la vida) 255

11.6. Sistema sensorial. Cuidados de la piel	257
11.6.1. Prurito	258
11.6.2. Linfedema	259
11.6.3. Úlceras tumorales y úlceras por presión.	260
11.7. Síntomas Neuropsicológicos.	262
11.7.1. Trastornos del contenido del pensamiento. Los delirios.	262
11.7.2. Trastornos de la percepción.	263
11.7.3. Depresión.	264
11.7.4. Ansiedad	269
11.7.5. Agitación	273
11.7.6. Insomnio	274
11.8. Otros Síntomas.	277
11.8.1. Astenia	277
11.8.2. Dolor	279
11.9. El enfermo inconsciente.	285
11.10. Cuidados en la agonía	288
11.11. Cuando es un niño, una niña, la que va a morir	292
11.12. El paciente geriátrico	298
 12. El duelo por muerte	 301
 13. Del porqué de las cosas al cómo suceden y el para qué de ellas. Un trayecto espiritual.	 309
13.1. La búsqueda de sentido	312
13.2. Transformación del yo. La soledad	319
13.3. El perdón	320
13.4. La Trascendencia.	323
13.5. La presencia ignorada en el caso de Javier	325
 14. Estilo de acompañamiento. El sanador herido	 333
14.1. Una forma de cuidar y cuidarse. Mindfulness.	337

15. Algunas herramientas útiles	343
15.1. La meditación.	344
15.2. Despejar un espacio en Focusing	344
15.3. Tonglen.	347
15.4. Visualizaciones	348
15.5. Terapias cognitivas	349
15.6. Terapias conductuales.	350
15.7. Psicoterapia existencial.	351
15.8. Técnicas gestálticas	352
15.9. Hipnosis	353
15.10. Musicoterapia	356
15.10. Arteterapia	357
 16. Epílogo.	 359