

Cuidados Paliativos: Su Salud Emocional y Espiritual

No es fácil para que Angela Valerio tenga tiempo para ella misma. Cuando lo logra, escucha música.

"Escucho rap, a veces R&B - según mi estado de ánimo - tal vez podría ser emocional."

Angela ha enfrentado una variedad de emociones desde que la diagnosticaron con un crecimiento doloroso, un tumor desmoide en la pierna derecha. Aunque no es considerado un cáncer, las células del tumor pueden invadir los tejidos cercanos. Para prevenirlo, Angela ha estado tomando quimioterapia, que le causa efectos secundarios como fatiga, náusea y migrañas. Su enfermedad -y tratamiento- son difíciles física y emocionalmente.

"Tienes estrés, depresión, ansiedad, tristeza, mm soledad."

"¿Cuál crees que sea la medicina que te ayuda más, ahora que tomas varias?"

Angela siente mejoría, gracias a los cuidados paliativos. Tratamientos médicos especializados diseñados para ayudar a que los pacientes y sus familias enfrenten los efectos físicos -tanto como emocionales- de la vida con una enfermedad grave.

"Somos testigos de miles de emociones y sentimientos comunes en nuestros pacientes que han sido diagnosticados con una enfermedad grave - todo, desde un shock profundo y consternación, hasta incredulidad y negación."

Lo más común incluye: Ansiedad; Depresión; Soledad; Agitación - o inquietud que a veces se nota en comportamiento como movimientos o caminar de un lado al otro; Delirio - confusión mental severa que puede conducir a incoherencia, problemas de memoria y alucinaciones; Falta de esperanza; Y a veces, hasta pensamientos suicidas.

"Estamos aquí para apoyarte a ti y a tu familia."

El equipo de cuidados paliativos incluye un trabajador social, que puede ofrecerle apoyo emocional y consejo al paciente y la familia. Además del consejo, su equipo de cuidados paliativos puede recomendarle medidas, como: Medicamentos; Volver a algunas de sus actividades favoritas, como sea posible; y socializar, para ayudar a evitar el aislamiento y prevenir la soledad; Terapia de música; Terapia de arte; Y tratamientos complementarios como meditación y acupuntura.

"Si pensamos que nuestras intervenciones, ya sean médicas o de apoyo, no son del todo efectivas, entonces consultamos a psiquiatría."

Una enfermedad grave puede ser espiritualmente retante. Se pregunta, ¿"por qué me está sucediendo esto?" O que cuestione su fe. El equipo de cuidados paliativos trabaja con usted para asegurarse que se cumplen sus necesidades espirituales. En algunos casos, esto puede significar hablar con un capellán o un líder en fe de su comunidad.

Cuidados Paliativos: Su Salud Emocional y Espiritual

"El papel del capellán es sentarse con el paciente que ha sido diagnosticado con una enfermedad grave, para determinar el impacto que el diagnóstico y el pronóstico tienen, en cuánto a lo que significa para ellos, y su propósito de vida."

Para algunos, la fuerza que viene de la fe puede ser algo poderoso para enfrentar una enfermedad grave.

"Creo que no puedes separar la mente del cuerpo y del espíritu. Así que es muy importante buscar cuidados paliativos que tratan de manera holística con el yo - mente, cuerpo y espíritu."

Angela agradece que ha recibido esto de su equipo.

"Se encargan de mi dolor físico y emocional. Mi relación con el equipo es maravillosa. Es como de familia."