
PROCESO DE ALTA: DUELO, ADAPTACIÓN Y NUEVA REALIDAD

LA IMPORTANCIA DE UNA PREPARACIÓN PREVIA

- Luego de un proceso de rehabilitación integral, llega el momento del alta y como consecuencia un número de dudas, emociones y preocupaciones tanto por parte de la familia como del paciente.
- Resulta primordial la necesidad de abordar a los pacientes que estén próximos a ser dados de alta.
- La/s familia/s cumplen un rol clave en este proceso, por lo que también deben recibir orientación y acompañamiento.

ALGUNOS TESTIMONIOS...

“Sabés que estoy nervioso, tengo una sensación acá (pecho)(sic)”.

“No puedo parar de pensar, pienso todo el tiempo ¿cómo será volver a casa? No quiero pedir ayuda, por eso quiero irme lo mejor posible (sic)”.

“A mi familia la noticia del alta parece que en vez de alegrarlos, los desilusionó, siento que me ponen trabas, se deben haber acostumbrado a vivir su vida sin mí” (sic)

“ Esperé este momento desde el instante en el que ingresé, y ahora que llegó no quiero irme, estoy aterrado”....(sic)

“No sé cómo voy a hacer con las cosas de todos los días, aca en la clínica está todo preparado para poder manejarme pero no sé cómo será allá afuera, en las veredas, en los negocios”... (sic)

“Aquí dentro tengo actividades todo el día, una rutina armada y compañeros/as que me acompañan. Lo que más quiero es volver a mi casa, pero después pienso, ¿qué voy a hacer todo el día? En casa estoy solo, entiendo que acá ya cumplí mis objetivos pero estoy muy angustiado sobre todas esas cosas que recién ahora empecé a pensar” ... (sic)

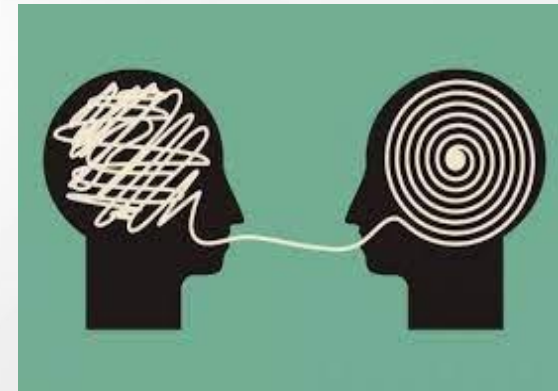
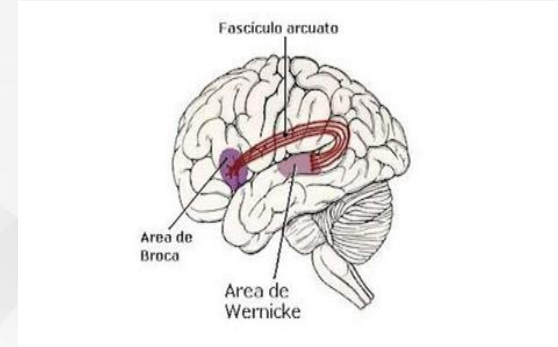
CONTEXTUALIZAR PARA HUMANIZAR

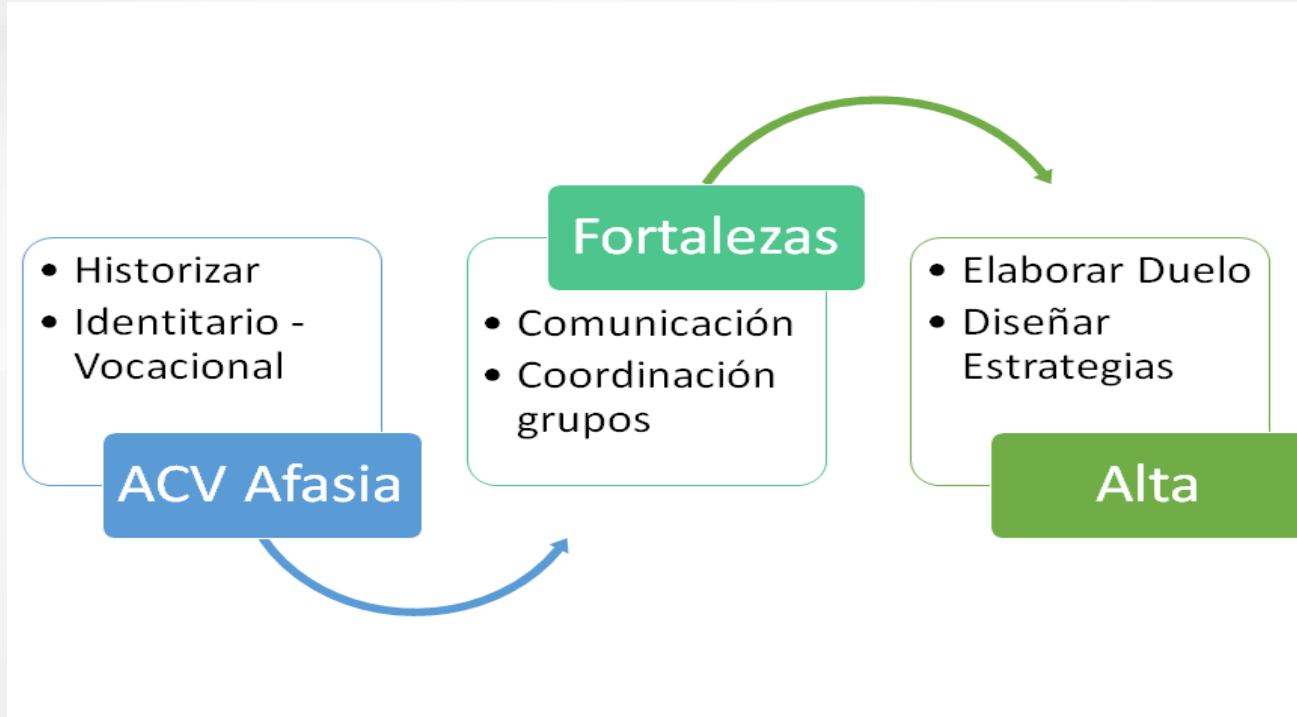


“Me doy cuenta que no puedo recibir a todos en casa, no puedo escucharlos a todos y cuando quiero hablar ya cambiaron de tema.

Sé que todos van a querer ir a verme, pero no puedo (sic)”.

PACIENTE ACV. Afasia





ALGUNAS DEFINICIONES...

EL DUELO

"es la reacción frente a la pérdida de una persona amada, o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc."

"...esta inhibición y este angostamiento del Yo expresan una entrega incondicional al duelo que poco o nada deja para otros intereses".

Freud. S. Duelo y melancolía" (1917)

DUELO PARA **KÜBLER ROSS**

El **duelo** es el proceso psicológico al que nos enfrentamos tras las pérdidas y que consiste principalmente en la adaptación emocional a estas, si bien se trata de una experiencia compleja que engloba también factores fisiológicos, cognitivos y comportamentales, entre otros.

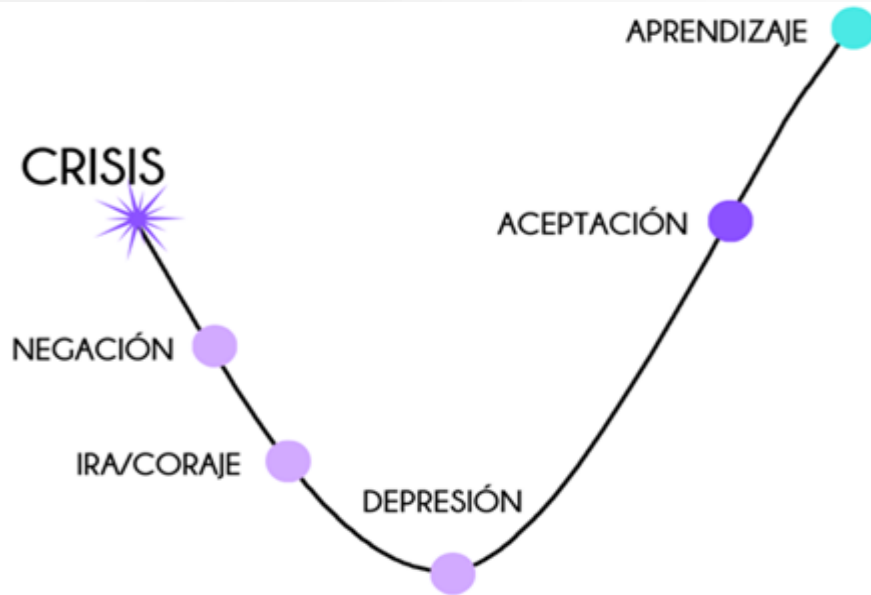
Por definición la pérdida de cualquier objeto de apego provoca un duelo, si bien la intensidad y las características de éste pueden variar en gran medida en función del grado de vinculación emocional o de la propia naturaleza de la pérdida. Las pérdidas no siempre son físicas, sino que también pueden tener un carácter abstracto.



DUELO PARA **KÜBLER ROSS**

Así, las personas pasamos por un proceso de duelo cuando sufrimos una ruptura de pareja, cuando abandonamos el lugar donde nacimos de forma definitiva, cuando nos despiden de nuestro puesto de trabajo o cuando perdemos la movilidad en una parte del cuerpo

ETAPAS DEL DUELO - KÜBLER-ROSS



ETAPAS DEL DUELO

Negación

La negación de la pérdida es una reacción que se produce de forma muy habitual inmediatamente después de ésta, con frecuencia aparejada a un estado de shock o embotamiento emocional e incluso cognitivo.

Aunque en ocasiones esta fase del duelo implica estrictamente la negación de la pérdida, esto no siempre sucede sino que puede manifestarse de un modo más difuso o abstracto. Así, por ejemplo, **se puede dar una negación de la importancia de la pérdida o de su carácter definitivo** más que del hecho de que se haya producido.

Ira

El fin de la negación va asociado a sentimientos de frustración y de impotencia con respecto a la propia capacidad de modificar las consecuencias de la pérdida. Dicha frustración conlleva a su vez la aparición de enfado y de ira, como sucede en general y no sólo durante el duelo.

Durante la etapa de ira la persona busca atribuir la culpa de la pérdida a algún factor, como puede ser otra persona o incluso uno mismo. El proceso de duelo implica la superación de la frustración y del enfado, que se relacionan con intentos psicológicos naturales pero inútiles de que nuestro estado emocional y nuestro contexto se mantengan iguales que antes de la pérdida.

Negociación

En la fase de negociación la persona guarda la esperanza de que nada cambie y de que puede influir de algún modo en la situación. Un ejemplo típico son los pacientes a quienes se les diagnostica una enfermedad terminal e intentan explorar opciones de tratamiento a pesar de saber que no existe cura posible, o quienes creen que podrán volver con su pareja si empiezan a comportarse de otra manera.

Depresión

La persona empieza a asumir de forma definitiva la realidad de la pérdida, y ello **genera sentimientos de tristeza y de desesperanza** junto con otros síntomas típicos de los estados depresivos, como el aislamiento social o la falta de motivación.

El hecho de perder a un ser querido, de enfrentarse a la propia muerte y otras causas del duelo puede hacer que la vida deje de tener sentido para nosotros, al menos durante un tiempo. No obstante, la fase de aceptación supone la normalización de estos sentimientos de tristeza tan naturales.

Aceptación

Después de las fases de negación, ira, negociación y depresión llega la aceptación de la pérdida y la llegada de un estado de calma asociado a la comprensión de que la muerte y otras pérdidas son fenómenos naturales en la vida humana. La fase de aceptación se relaciona con la inevitabilidad de la pérdida, y por tanto del proceso de duelo.

Y finalmente pensar en el **APRENDIZAJE / RESILIENCIA** COMO LA CAPACIDAD PARA PODER ADAPTARSE A LAS SITUACIONES ADVERSAS CON RESULTADOS POSITIVOS.

¿QUÉ SUCEDE LOS DÍAS PREVIOS?

Algunos pacientes presentan ansiedades respecto al proceso de externación frente a la incertidumbre del futuro por fuera de la institución.

Otros refieren no sentirse preparados para volver a sus hogares.

Las familias presentan muchos interrogantes e incertidumbre.

Manifiestan obstáculos y dificultades.

Los vínculos afectivos se ven alterados. Muchos han creado lazos en la institución

CONTEXTUALIZAR PARA HUMANIZAR



NUEVA REALIDAD

- Período de preparación del paciente y su familia
- Seguimiento por parte del equipo psicosocial

“Extraño CRIBE. Estoy bien, pero quería hablar con alguno de ustedes y saber cómo andan”

EL AFUERA Y LA SITUACIÓN DE DISCAPACIDAD

Una de las situaciones con las que el paciente se encuentra es el estado de su propia discapacidad. La misma se ve plasmada paradójicamente en el proceso de rehabilitación.

“ Aquella restricción o impedimento de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para el ser humano ”...definición de discapacidad de la OMS

Dentro de las tareas del equipo se encuentra la de aconsejar a los pacientes y sus familias a tramitar el **CERTIFICADO DE DISCAPACIDAD.**

El solo hecho de hablar sobre este tema a menudo enfrenta tanto al paciente como a familiares con una situación que creen de “no retorno”. Suele emparentarse con un sello de inutilidad que le impedirá al paciente todo acercamiento a una vida “normal” dentro de los parámetros de sus límites físicos o mentales.

Por esta razón es nuestra tarea informar sobre el CERTIFICADO DE DISCAPACIDAD y sus incumbencias. Mas allá de la información objetiva y burocrática, en este sentido en el que estamos hablando es importante que tanto los pacientes como sus familias se informen sobre los beneficios que este otorga

A pesar de la información, es frecuente encontrarnos con resistencia para su tramitación. En oportunidades la gente no “cree” o no comprende y es necesaria una explicación pormenorizada al respecto.

Es importante que se comprenda que en cumplimiento con la ley de discapacidad (ley Nro. 22431) que aprueba la convencion sobre los derechos de las personas con discapacidad y su protocolo (2006) está la consideración del certificado al que hacemos mención.

Lejos de estigmatizar y excluir, este certificado otorga beneficios que se ven reflejados en la atención integral y la vida cotidiana de quienes lo poseen. Incluye y acerca a una vida donde la discapacidad no se convierta en un escollo o disminuya al menos todas aquellas diferencias en que a diario deben afrontar las personas con discapacidad.

Uno de los miedos más comunes es el de no poder trabajar luego de su otorgamiento, por eso es necesario aclarar bien que no excluye del campo laboral y que si así fuera no se estaría cumpliendo con uno de los principios que es la “integración social”, ya que los beneficios que otorga son para paliar los efectos de la enfermedad.

El certificado de discapacidad es un instrumento público que brinda a sus titulares las herramientas para acceder a la protección integral de la ley. Es importante aclarar que no queda registrado en ningún lugar ni afecta a la capacidad civil y a esto hacíamos mención cuando hablamos la posibilidad de continuar trabajando y sumamos a esto, todos los aspectos sociales que detallaremos a continuación.

El CUD permite acceder a distintos beneficios médicos, laborales, asistenciales y sociales.

Así mismo a nivel público los entes estatales, las empresas descentralizadas y privatizadas de servicios públicos deben obligatoriamente garantizar como mínimo un 4 % o 5% de personas con discapacidad en el campo laboral.

También corresponde la derivación de pensiones de padre o madre que tengan a su cargo un hijo con discapacidad, en caso de fallecimiento.

Estas prestaciones incluyen además la adquisición de vehículos con franquicia, estacionamiento libre y gratuito y pase libre en transportes públicos de pasajeros.

**¡MUCHAS
GRACIAS!**

Lic. Argentino, Luciana

Lic. Cruz, Florencia

Lic. Godoy, Fernando

Dra. Quetglas, Diana

A solid green horizontal bar at the bottom of the slide.