

CUIDADOS PALIATIVOS EN PACIENTES DE CÁNCER MEDICINA PALIATIVA – TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

SANTIAGO ROJAS POSADA, M.D.*

Introducción

Los cuidados paliativos, que se definen como la atención integral que se realiza al paciente durante una enfermedad incurable hasta su proceso de muerte, tienen tres objetivos fundamentales que son:

- Control de los síntomas de la enfermedad, o de los que resulten del tratamiento.
- Mejorar su la calidad de vida.
- Brindar apoyo a las personas allegadas

Aunque los cuidados paliativos no buscan la muerte, si la consideran como un hecho natural cuando la terapia no es curativa, por lo que acompañan al paciente y a sus allegados durante todo el proceso. También son de gran utilidad durante una terapia curativa, al disminuir los efectos causados por la misma terapia. Es importante recordar que las ciencias, en salud, pueden curar enfermedades y enfermos, pueden prevenir enfermedades, promocionar la salud y también *paliar el sufrimiento y la enfermedad*, punto último que nos atañe en ésta reflexión.

Concepción del paciente integral

Es indispensable entender al paciente como un ser integral, entendimiento que implica considerar su soma, su *psique* y su interacción social. Cuando el manejo de un enfermo no se hace en su totalidad del enfermo, termina siendo insuficiente y poco eficaz. En el área somática, entre otros muchos aspectos, se debe evaluar su condición física, su tolerancia a los tratamientos y su alimentación. En cuanto a su *psique* e interacción social, hay que conocer y comprender su forma de pensar, sus estados emocionales, así como su manera de relacionarse. Resulta igualmente de esencial importancia, evaluar sus expectativas y creencias espirituales frente a la vida y la muerte, al igual que la manera como maneja sus conflictos y dificultades.

Control de síntomas

Respecto al control de síntomas hay que resaltar que lo más importante no es solamente el tratamiento del síntoma como tal, sino también el impacto que éste genera sobre el paciente. Dicho de otra forma, la amenaza real o imaginaria que éste hecho genera sobre la psique o soma del que la sufre.

Los síntomas pueden ser causados directamente por la enfermedad, o ser también secundarios a la terapia médica que el paciente recibe. Dentro de los síntomas físicos, los más comunes son el dolor, la disnea, la pérdida de peso, los trastornos gastrointestinales, las alteraciones de la piel y faneras, así como la astenia y la adinamia, entre otros. En el área mental, la depresión, la ansiedad y el miedo son los más sobresalientes.

Calidad de vida

Más importante que el control de síntomas en el paciente terminal, la base esencial de ésta terapia es la búsqueda de la calidad de vida, condición que puede alcanzarse cuando se contextualiza la realidad del paciente y se logra enmarcar todo el tratamiento en bienestar y en confort, de acuerdo a lo que el paciente considera y necesita, dándole más importancia a lo subjetivo del enfermo, que a lo dogmático y rígido de los tratamientos convencionales.

Desde mi experiencia personal, existen entonces cinco aspectos que deben trabajarse mediante psicoterapia, o con medicación:

- Temor
- Culpa
- Rabia u odio
- Apego
- Sentido de vida.

* Correspondencia: santiagorojasp@yahoo.com

De acuerdo con la disponibilidad del paciente, estas condiciones se deben trabajar de una en una, ayudadas con el escritura de cartas tipo catártico, o también con ejercicios de imaginación, para lograr modificar de forma sustancial la vivencia del paciente en esta etapa.

Apoyo a los allegados

Es de capital importancia un sólido apoyo a los allegados del paciente durante la enfermedad, muerte y duelo, ya que constituyen un grupo que puede o no, favorecer la terapia del enfermo y que a su vez sufren muchos de los síntomas, causados por la preocupación, la rabia, el temor o la culpa, ante este proceso.

Es posible entonces que el terapeuta encuentre que en cada paciente terminal hay un paciente principal que es él mismo y unos pacientes secundarios que son los allegados y que sin estar enfermos, padecen la enfermedad de su ser querido como propia. De ahí la importancia de escucharles sus demandas y, sobre todo, de encomendarle tareas con las que además de sentirse útiles, los puedan llevar a una reconciliación y a una relación armónica con el paciente. Estas son las mejores estrategias para garantizar que no vayan a generarle más dolor y sufrimiento al enfermo y para

que no creen nuevas condiciones patológicas para su propia vida.

Recomendaciones a los terapeutas

Finalmente y al ser la muerte una consecuencia natural y predecible de la vida, en el transcurso de su práctica todo terapeuta tendrá que enfrentar pacientes terminales y acompañar a sus allegados, por lo que antes que nada recomiendo que éste deba reconocer su posibilidad de muerte de forma natural y desapasionada y luego tomarse el tiempo y la actitud necesaria para acercarse a quienes van a morir, los cuales, muchas veces, dan más a los terapeutas novatos, que lo que de ellos reciben.

Si este trabajo es tomado como una como vocación, es vital contar con las siguientes cuatro actitudes, porque permiten dar lo mejor de sí mismo, sin necesidad de verse afectado negativamente por las condiciones de los pacientes:

- Sentido común
- Sentido de responsabilidad.
- Sentido del humor.
- Flexibilidad