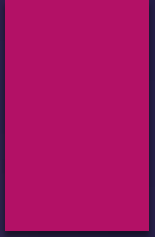



# *Acompañamiento en la agonía*



PSIC. ADRIANA M. TEJADA



▶ Una muerte,  
muchas formas de  
morir


- 
- ▶ La muerte es inevitable.
  - ▶ Todos moriremos antes o después.
  - ▶ La muerte iguala a todas las personas.
  - ▶ La muerte puede llegar en cualquier momento.
  - ▶ No sé cuánto tiempo voy a vivir.
  - ▶ La muerte tiene muchas causas posibles

# Miedos ante la muerte

- ▶ Todos son válidos y nos dan la ruta de afrontamiento.
- ▶ Los encontramos clasificados en tres momentos, antes, durante y después de la muerte.

# Solucionar los miedos

<b>MIEDOS (antes, durante, después de la muerte)</b>	<b>ACCIONES</b>

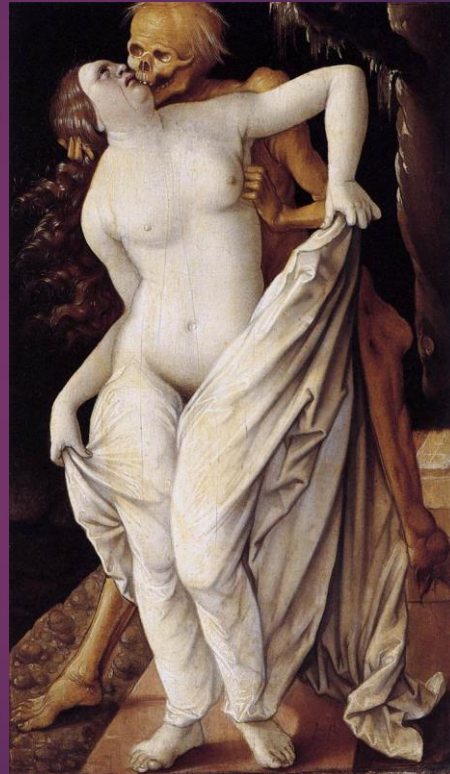
- 
1. Cuáles han sido mis logros más importantes?
  2. Me siento en paz conmigo?
  3. Hay algún asunto o decisión que tenga pendiente?
  4. Que personas queridas me acompañan en mi vida?
  5. Necesito pedir perdón o perdonar a alguien?
  6. Siento deseos de expresar mi amor o mi gratitud hacia alguna persona querida?



▶ Cada momento que vivimos tiene un principio y un final.

▶ **Morir nos ofrece la oportunidad de completar nuestras vidas**

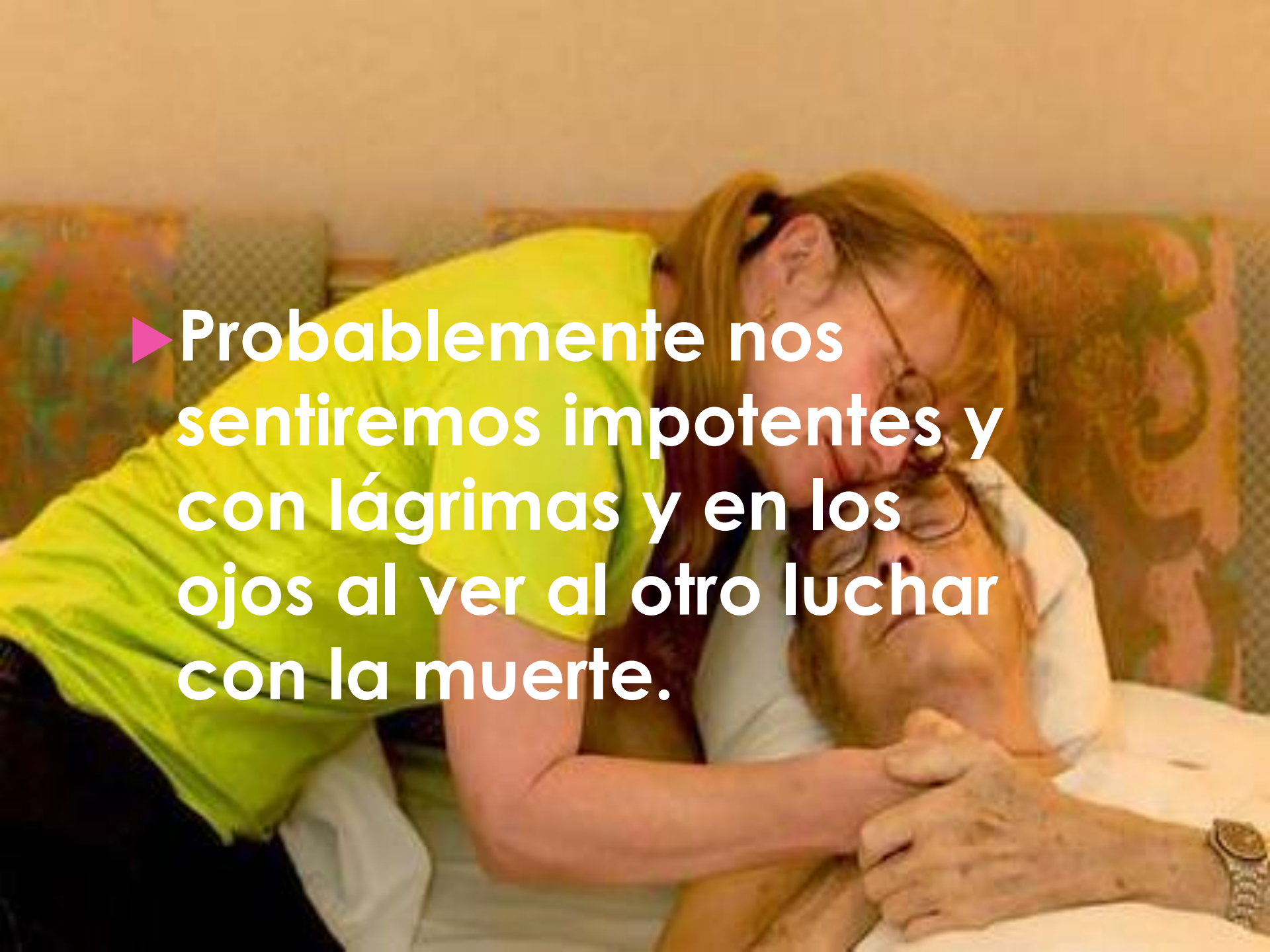
Afrontar el tema de la muerte resulta difícil y sugestivo, por nuestra dificultad para aceptarla como parte integrante de la vida.





- ▶ Diferentes mecanismos de defensa se activan en nosotros para evadirla y reducir la angustia que produce en nosotros.



A photograph showing a woman with long brown hair, wearing a bright green t-shirt and glasses, leaning over and hugging an elderly man. The man is lying in a hospital bed, wearing a white hospital gown and glasses. He has a serious expression and is holding his hands together. The woman's face is partially visible as she leans in, and she appears to be crying. The background shows a patterned headboard and a plain wall.

► Probablemente nos sentiremos impotentes y con lágrimas y en los ojos al ver al otro luchar con la muerte.






► Puesto que nunca nos hemos involucrado en el temor de nuestra propia muerte, dejamos que muchos mueran solos –aun cuando permanecemos a su lado–.

# actitudes

- ▶ Quizás sintamos que queremos huir del lugar, o preferimos reacomodar una y otra vez las flores más que cuidar al paciente que sufre y que apenas si se fija en ellas.





A woman with long, wavy brown hair, wearing a dark purple tank top, is sitting on the edge of a bed. She is looking towards a man who is lying in a hospital bed. The man has dark, curly hair and a beard, and is wearing a light blue hospital gown. He is looking back at the woman. The background is a plain, light-colored wall. The overall scene suggests a hospital or a care facility setting.

▶ Acompañar es tan distinto a sólo estar físicamente presentes.



➤ **Acompañar es descubrir la forma en que me gustaría morir, y como ayudar a otros a hacerlo.**



# acompañamiento



- ▶ **Al final de la vida , más allá de la atención corporal y del alivio de dolores y molestias, el acompañamiento al moribundo comporta una atención amorosa, un apoyo anímico y ayuda para afrontar el sentido de la realidad.**

# Tareas en el acompañamiento

- ▶ **Facilitar la expresión de emociones**
- ▶ Integrar lo vivido y lo que quedó pendiente (perdón)
- ▶ Bendecir , es un acto liberador
- ▶ Hacer una lectura significativa
- ▶ Facilitar la orientación temporal y espacial
- ▶ Contacto corporal
- ▶ Entablar un diálogo aún cuando ya no hable.
- ▶ **Ayudar a desprenderse, a irse, a morir...**



# Herramientas :

- ▶ El dialogo empático.
- ▶ Empatía: la capacidad de comprender los pensamientos, emociones y significados del otro.
- ▶ No basta con comprender al otro, hay que transmitírselo.
- ▶ Hay dos momentos: uno en el que el entrevistador es capaz de interiorizar la situación emocional, y dos, cuando el que entrevista le da a entender al paciente dicha comprensión.

# Responder empáticamente

- ▶ Escuchar atentamente constituye el modo práctico de entrar en el mundo de otro y ver las cosas desde su punto de vista, con el objeto de comprenderlas, para ayudar desde la comunicación de la comprensión.

# Básicos al acompañar

- ▶ La cercanía física y emocional
- ▶ Respeto
- ▶ La autenticidad
- ▶ Estar con el otro..




# El diálogo empático

- ▶ **M. Jane:** vengo a estar contigo por un rato, soy Mary Jane.
- ▶ **Ruth:** (abriendo sus ojos) Si...
- ▶ **M. Jane:** Parece como si quisieras decir algo.
- ▶ **Ruth:** Si... quisiera... (y encimó des o tres palabras ininteligibles).
- ▶ **M. Jane:** ¿Quieres que ore contigo?
- ▶ **Ruth:** Si, claro.
- ▶ **M. Jane:** ¿Qué quieres que le pida al Señor?

- ▶ (Pausa larga)
- ▶ Ruth: si. Tengo miedo.
- ▶ M. Jane: todos tenemos que morir.
- ▶ Ruth: (lentamente). ¿ Debemos morir?
- ▶ M. Jane: Sí. Has vivido una útil y larga vida.
- ▶ Ruth: Sí.
- ▶ M. Jane: has consagrado tu vida al Señor.
- ▶ Ruth: Sí.
- ▶ M. Jane : Dios te ama tal como eres ahora.

- ▶ Ruth: Quiero renovar mis votos ahora... pero no puedo recordar la fórmula.
- ▶ **M. Jane:** entonces vamos a decirla juntas.
- ▶ Ruth: Gracias, estoy lista.
- ▶ Juntas: Padre, Hijo y Espíritu Santo, renuevo mis votos de pobreza, castidad y obediencia. Ayúdame a cumplirlos. Amén.
- ▶ **M. Jane:** Ruth, me quedaré contigo un rato más . Me sentaré y calladamente rezaré y sostendré tu mano. Al retirarme te avisaré. Esta bien?

- 
- ▶ Ruth: Si.
  - ▶ **M. Jane**: voy a dejarte un rato, ¿quieres que vuelva después?
  - ▶ Ruth: Estoy bien, no es necesario que regreses. Gracias.
  - ▶ (en el transcurso de la siguiente hora Ruth murió tranquilamente)


# Estilos de comunicación

- ▶ Solución de problemas
- ▶ Investigador
- ▶ Interpretativo
- ▶ Apoyo-consuelo
- ▶ Juicio moral
- ▶ empático




Eufrasio esta el la cama de su habitación de la Residencia, en un periodo de especial dificultad no diagnosticado aún. Tiene 70 años.

- ▶ A.1. Buenos días Eufrasio ¿cómo te encuentras hoy?
- ▶ B.1 Ya sabes, como siempre, pero no voy a quejarme; no puedo. (*se da la vuelta y no me mira*).
- ▶ A.2 ¿Qué quieres decir con eso? (*me detengo y me acerco*)
- ▶ B.2 Pues eso que no me puedo quejar. Que si te quejas es peor. Os enfadáis y empezáis otra vez a hacerme pruebas.

- 
- ▶ A.3 ¿te han hecho muchas pruebas estos días?
  - ▶ B.3 Demasiadas. Debo de estar bastante peor de lo que decís, porque, si no, no entiendo. *(se incorpora y se sienta)*
  - ▶ A.4 El hecho de hacerte pruebas no significa que estés tan mal, sino que el médico quiere descartar que tengas algo grave.
  - ▶ B.4 Yo creo que no me harían tantas pruebas sino estuviera muy mal. Creo que me queda poco... *(cambia de tono y baja la voz)*

- ▶ A.5 No digas eso Eufrasio. Eso nunca se sabe...
- ▶ B.5 *A veces si lo sabéis, pero no lo queréis decir. Mi hermana tampoco me dice nada. Cada vez que viene me habla de tonterías como para animarme. (se va entristeciendo).*
- ▶ A.6 ¿Y de qué te gustaría hablar con ella? Supongo que de tus hijos, que deben ser muy importantes para ti.
- ▶ B.6 *Si pero también me gustaría verlos, y apenas vienen.*

- 
- ▶ A.7 No te preocupes; ya verás cómo, si hablas con ellos y les dices lo que te pasa, vendrán. Ahora tranquilízate y toma la medicación. ¡Hasta luego! *(y salgo de la habitación)*

# Necesidad de perdón

- ▶ ¿Hay alguien a quien ahora necesite perdonar?
- ▶ ¿En qué aspectos de mi vida necesito el perdón?

# Formas de aproximarse a la muerte

- ▶ Dependera de Si conoce o no ,su situacion
- ▶ Su estructura psicologica
- ▶ Su escala de valores
- ▶ sus creencias
- ▶ Su red de apoyo
- ▶ Su relacion con el equipo sanitario
- ▶ Su sufrimiento

# Agradecimiento , recapitular

- ▶ ¿Qué paraíso me pertenece para poder darlo?
- ▶ ¿A quién se lo daré?
- ▶ ¿Qué he recibido de alguien que haya muerto?

# Esperanza en la vida eterna

- ▶ ¿Quién está esperándome?
- ▶ ¿ A quién voy a esperar?
- ▶ ¿Qué espero decirles?
- ▶ ¿Qué espero que me digan?



# Autoconocimiento, confianza

- ▶ ¿Cuándo he tenido más miedo?
- ▶ ¿Qué conflicto me disgusta más?
- ▶ ¿En dónde encuentro paz cuando me siento así?

# Miedo a morir solo

- ▶ ¿En donde quiero morir?
- ▶ ¿Quiénes me gustaría que estuvieran allí?
- ▶ ¿Qué me gustaría que estas personas hicieran entonces por mi?
- ▶ ¿Qué cosas me gustaría que estuvieran cercanas a mi?

# Aceptando la muerte

- ▶ Si te dieran la oportunidad de vivir la vida nuevamente, ¿Qué escogerías otra vez?
- ▶ ¿Qué quiero que los demás recuerden de mi?
- ▶ Mi autobiografía empieza así...

# Preparar la entrega

- ▶ ¿Qué cosas debo hacer todavía antes de estar preparado para morir?
- ▶ ¿Qué tareas debo terminar? ¿Enseñar algo?  
¿Escribir un libro?
- ▶ ¿Cuándo me muera, qué acontecerá?
- ▶ ¿Qué es lo que todavía puedo hacer con respecto a lo que me acontecerá?
- ▶ ¿Qué llegará a ser mi vida?
- ▶ ¿Quién me amará por los siglos de los siglos?

# Para los que se quedan

- ▶ ¿Quién desearía yo que estuviera vivo todavía?
- ▶ ¿En qué lo extraño más?
- ▶ ¿Qué desearía que hubiésemos hecho antes de morir?
- ▶ Cuando aún vivía, yo debería haber....
- ▶ ¿Qué dones he recibido por esta pérdida?

# Los últimos momentos

- ▶ Dar espacio suficiente para que pueda respirar
- ▶ Tener conciencia del acto
- ▶ No mentir en lo que no se siente
- ▶ Hacer una oración de entrega
- ▶ Expresa emociones sin perder el control
- ▶ Tócalo siempre
- ▶ Al morir no olvides que hay otros duedos a tu alrededor

# La agonía

- ▶ Es la última lucha del organismo, ya vencido, contra los efectos letales de la enfermedad sin solución.
- ▶ Se inicia en el momento de saber la próxima e irremediable muerte.
- ▶ Se reserva la palabra agonía a las últimas horas, o los últimos días de vida inmediatamente anteriores a la muerte

# El momento de la muerte...


- ▶ Se presentan una serie de complicaciones o sucesos aterradores.
- ▶ Motivos para no idealizar la muerte





# Sucesos o síntomas

- ▶ Se duermen y ya no despiertan
- ▶ Cierran sus ojos y los abren repentinamente (pueden incluso decir algo).
- ▶ Náuseas y vómitos (cáncer y renales)
- ▶ Estados dolorosos repentinos
- ▶ Transtornos psíquicos y mentales: alienación (tumores cerebrales y ataques nefríticos)


- 
- ▶ Desconoce a sus familiares.
  - ▶ Siente inquietud, sus músculos se contraen repetidamente, se quieren levantar, manifiestan fuerza extraordinaria o platican con voz fuerte con personas “*supuestamente presentes*” que ya han muerto.



▶ Hemorragias fuertes y repentinas

Una hemorragia arterial, repentina y masiva, conducirá a la muerte. Ya no se hace tratamiento.

En este caso preparar sábana o paños oscuros para reducir la impresión.

- 
- ▶ Horas antes aparece una disnea (afección cancerosa en pulmones o de las vías respiratorias, inflamación pulmonar, debilidad cardíaca) aquí la morfina ayuda.
  - ▶ Acumulaciones de mucosidad y flujo en las vías respiratorias que pueden producir un ruido agudo o ronco.

- 
- ▶ Aspecto de asfixia
  - ▶ Pausas respiratorias más largas, interrumpidas por inspiraciones profundas


A pesar de todo esto el que agoniza no sufre tanto (físicamente) como parece.




La verdadera lucha está en la fuerte manifestación emocional y el deseo de hacer lo que sea por detener la muerte, difícilmente se concilian con la resignación de tener que morir.

# Lo que toca...

- ▶ Mantente tranquilo junto al que muere
- ▶ No estés solo, acompáñate de alguien
- ▶ Tómense de las manos
- ▶ Habla con el moribundo, dile que lo quieres
- ▶ Asegúrale que todo va a bien que no tenga miedo

- 
- ▶ Haz una oración
  - ▶ Sosténlo por le brazo y bésalo
  - ▶ Haz lo que se le ocurra en el momento para disminuir la tensión interna
  - ▶ Haste la idea de que se muere sin más.
  - ▶ Dí a ti mismo que todos vamos a morir y que no hay forma de detener la muerte



- 
- ▶ Piensa que la muerte no siempre es cruel, sino también suave y consoladora.
  - ▶ Libera internamente al que muere, déjalo ir.
  - ▶ Ayúdale a abandonar su cuerpo, no lo retengas.
  - ▶ Dale espacio para él.
  - ▶ Siéntate a un lado
  - ▶ Acompáñalo en silencio

- ▶ Admite que tal vez ya se ha retirado de ti y de este mundo...



- ▶ Ha muerto... haz entonces lo que te parezca correcto,
- ▶ Déjate invadir por la serenidad,  
la tranquilidad
- ▶ Reza
- ▶ Abraza a tus seres queridos
- ▶ Lloro... libremente.



- 
- ▶ Antes se paraba el reloj cuando alguien moría en casa.

**▶ Es el tiempo en que  
el alma se separa del  
cuerpo.**

- ▶ Momento sagrado, vívelo.

# Aspectos administrativos

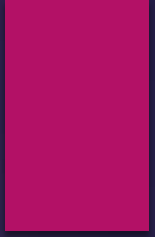
- ▶ Tener a la mano acta de nacimiento y credencial de elector
- ▶ Papeles de servicio funerario
- ▶ La ropa que usará en el funeral
- ▶ Organizarse para el funeral.



# Nuestro compromiso

- ▶ Volver a dar sentido al sufrir y al morir, al sufrimiento y a la muerte
- ▶ No abandonar al que sufre y sobre todo a quien muere
- ▶ Solidaridad de la presencia, contra la solidaridad de la fuga





No está la felicidad en  
vivir mucho, ni la  
infelicidad en morir  
pronto; la felicidad está  
en aquel que ha vivido lo  
bastante, para merecer  
morir bien.

# Bibliografía

- ▶ **Aspectos Espirituales de los Cuidados Paliativos**

José Carlos Bermejp.

Rvdo. P. Francisco Petrillo

Ed. Clínica Familia

- ▶ **El paciente terminal y sus vivencias**

Ángel Cornago Sánchez

Ed. Sal Terrae 2007

- ▶ **Completar la vida**

Juan José Valverde

Ed. Sal Terrae 2014





*Gracias!*

PSIC. ADRIANA M. TEJADA

044 333 496 27 42

TEJADA.ADRIANA@GMAIL.COM