

## AYUDA EN EL MANEJO DE LA MUERTE DE PACIENTES COVID-19 AISLADOS



### PARA PROFESIONALES SANITARIOS

Los sanitarios estamos acostumbrados a desenvolvemos en situaciones de tensión, asumiendo en ocasiones desenlaces fatales o traumáticos, que nos colocan en una posición de dadores de malas noticias. Pero, en la mayoría de los casos, no se trata de nuestra labor principal, y el poder centrarnos en nuestra parte asistencial más técnica nos permite llevarla a cabo con mayor éxito.

La situación pandémica actual nos expone a una situación laboral de alto estrés, en la que la incidencia de los casos parece imparable y el porcentaje de fallecimientos, a pesar de todos los esfuerzos curativos, no es nada desdeñable. Uno de los grandes sufrimientos de esta crisis es la situación de pacientes que fallecen en aislamiento (morir en soledad), sin contacto con familiares o personas de referencia, sin capacidad para despedirse o encontrar un apoyo en el momento más crítico de nuestra existencia. Estas situaciones están movilizando a los equipos sanitarios que, ante el elevado sufrimiento emocional, intentan personalmente acompañar o encontrar vías de comunicación puntuales para aliviar el dolor a enfermos y familiares. Sin embargo, encontramos que este sobreesfuerzo les coloca en una posición de tensión emocional añadida que puede ser difícil de autogestionar.

Es sumamente complejo abordar este problema y encontrar la fórmula para facilitar el duelo de los supervivientes y proteger a los profesionales de esta exposición que puede ser emocionalmente devastadora.

En algunos hospitales que cuentan con unidades de Salud Mental, estos profesionales han empezado a realizar una labor de apoyo a los diferentes servicios médicos para facilitar a nivel emocional las despedidas entre el paciente y sus familiares y ofrecer apoyo psicológico a los profesionales que inevitablemente son partícipes y viven con impotencia estas dramáticas situaciones.

En el caso de no poder contar con especialistas de Salud Mental que sostengan las situaciones descritas, hemos elaborado una serie de herramientas para profesionales no habituados en el manejo de crisis emocionales/duelo:

- A. Pautas para el apoyo emocional ante la crisis.
- B. Diseño de una vía de encuentro familiar y despedida.
- C. Material de soporte para seres queridos.

#### ***A. Pautas de apoyo emocional ante la crisis***

Garantizar cierta intimidad y privacidad digna.

1. Utilizar cortesías simples que faciliten el encuentro interpersonal.
2. Facilitar la expresión emocional, permitir el llanto.

3. No tener miedo a responder con claridad las preguntas que nos formulen.
4. Saber mantenerse en silencio y sostener el dolor.
5. Mostrar una aceptación incondicional, sin emitir juicios de valor.
6. Garantizar la confidencialidad.

## ***B. Diseño de una vía de encuentro familiar y despedida***

Para llevar a cabo este diseño, se necesita identificar a uno o varios miembros del equipo médico habitual que serían los que asumirían la función de informar y acompañar a los familiares.

Contamos con una rápida evolución de las complicaciones orgánicas de los pacientes infectados por COVID-19 y con tiempos cortos para poder conseguir nuestro objetivo, por lo que debe haber un contacto constante con el equipo médico, con información actualizada sobre el número de casos en estado crítico, las características clínicas de cada paciente y el tiempo estimado de supervivencia. En función de estos datos, se identificarán los casos y estos serán priorizados por gravedad clínica.

Después de que los allegados reciban la información médica y sean conscientes del estado de gravedad y pronóstico, el profesional responsable de la intervención emocional entrará en contacto con ellos. Se realizará de manera presencial, solo si es posible y en las condiciones apropiadas, y, en caso contrario, por vía telefónica. En este contacto se presentará como miembro del equipo médico y ofrecerá la posibilidad de actuar como intermediario emocional para hacer llegar mensajes o información al paciente, asegurando la recepción de los mismos y la máxima confidencialidad.

Proponemos distintas vías de comunicación:

- Si los allegados están en el centro hospitalario: Dado que el margen temporal es limitado, se puede recurrir a una grabadora de voz, tableta, teléfono móvil o dispositivo similar que permita generar un mensaje que el paciente pueda escuchar. Una vez generada, el profesional se encargará de hacérsela llegar al paciente, confirmando posteriormente a los allegados la recepción del mensaje.
- Consideramos que el uso de dispositivos con videollamada puede ser interesante en pacientes en aislamiento con un nivel de gravedad inferior, pero en circunstancias premortem la situación clínica del paciente no permite el feedback y pueden darse imágenes muy invasivas a nivel técnico que sean difíciles de gestionar para sus seres queridos.
- Otra posibilidad, a elección de los familiares, es generar un escrito de despedida. Se les ofrecerá como alternativa a la grabación, dotándolos del material necesario. No todas las personas tenemos las mismas habilidades de expresión, ni los vínculos con el enfermo son similares por lo que es una alternativa con menor implicación emocional que puede ser válida como despedida en algunos escenarios. El profesional responsable se encargará de recogerla, asegurando del mismo modo su lectura al paciente y la confirmación posterior a los allegados.

- Si los seres queridos no se encuentran en el centro hospitalario, del mismo modo tras ser informados médicamente del estado del paciente se contactará con ellos telefónicamente. Se ofrecerá la posibilidad de enviar a un mail diseñado específicamente para esta labor tanto una grabación de audio como un escrito de despedida, a elección personal. En el asunto del mensaje debe ir identificado el nombre del paciente. El profesional responsable asegurará la confidencialidad de la información, garantizará la recepción y llegada del mensaje al enfermo, y posteriormente contactará telefónicamente de nuevo con los familiares para asegurar la finalización de la actividad.

Es previsible que la familia pregunte si es posible, de alguna manera, entrar a la habitación o si es posible que algún profesional sanitario tenga contacto directo con el paciente. Hay que explicar, probablemente más de una vez, a la familia qué es posible y qué, lamentablemente, no lo es, en estos crudos momentos.

Se trata de una actividad con una elevada carga emocional para la que, insistimos, el profesional asignado debe prepararse. Deben posibilitarse relevos, así como distintos turnos dentro de la jornada laboral. Asimismo, se utilizarán todas las medidas de protección necesarias para poder realizar el acercamiento al paciente.

### **C. Material de soporte para seres queridos**

Inciendo de nuevo en el alto impacto emocional que sufren los familiares de pacientes infectados por COVID-19, la imposibilidad de contacto directo, la elevada incertidumbre respecto a la evolución y la no existencia de ritual de despedida tradicional, consideramos la opción de que, a pesar de ofrecerles las vías de comunicación previamente descritas, no sean capaces de generar una despedida. En esta situación de estrés agudo puede presentarse una elevada angustia o bloqueos emocionales que impidan que el rendimiento cognitivo y emocional sea el habitual, pudiendo generar posteriormente sentimientos de culpa e incapacidad que compliquen aún más si cabe el avance de un duelo complicado ya de por sí.

Para este tipo de dificultades, puede utilizarse un texto preformado que permita conectar con los puntos esenciales para construir una breve historia de relación y cierre. El objetivo es que sirva de inspiración y guía en tan delicado escenario, permitiendo generar un documento que ayude tanto al paciente como a los allegados.

Puede utilizarse la siguiente propuesta:

*Por favor, comienza presentándote, ¿quién eres?*

*¿Cuál es tu grado de relación con el/la paciente?*

*Háblanos un poco de él/ella, de su lugar de origen, de su familia, de la profesión desarrollada.*

*¿Qué es lo que más le gusta hacer?*

*¿Cómo definirías su personalidad?*

*Si te detienes un segundo, ¿cuáles son los mejores recuerdos que guardas del tiempo compartido juntos?*

*¿Hay alguna cosa importante que quieras transmitirle?*

*Déjale un último mensaje, algo que quieras que se lleve para siempre. Nosotros nos encargaremos de hacérselo llegar con el máximo respeto y afecto posible.*

## **SOPORTE PARA NIÑOS**

Los niños son un colectivo especialmente vulnerable ante la pérdida de un ser querido.

Es habitual tratar de “proteger” a los niños de la muerte ocultándoles información y no abordando el tema con ellos, pero en lugar de evitarles el dolor de este suceso, universal e inevitable, caemos en el riesgo de aumentar su sufrimiento al negarles la posibilidad de despedirse.

Aunque se trata de una situación emocionalmente muy dolorosa, es preferible acompañarles en esta experiencia y facilitarles la expresión emocional para afrontar del mejor modo posible esta realidad.

Una propuesta de material para los niños se presenta en la siguiente página.

## CADENETA DE RECUERDOS Y MOMENTOS ESPECIALES



Me llamo:

Soy (parentesco o relación con la persona enferma):

Pide ayuda a un adulto y escribe un recuerdo especial o alguna cosa que te guste mucho hacer con tu familiar en cada una de las tiras de papel. También puedes hacer un dibujo de los dos juntos, o pegar una foto. Pinta y decora las tiras tanto como quieras.

En la última tira escribe un mensaje que te gustaría que llevara siempre en su corazón.

A continuación, recorta las tiras y enlázalas usando pegamento o cinta adhesiva.

¡Prepara una cadeneta lo más larga que puedas! Nos aseguraremos de colgarla para que tu familiar pueda verla.