

## **PROYECTO FORMATIVO ESPECIALISTA**

### **"VIVIR UN BUEN MORIR Y EL ARTE DE ACOMPAÑAR"**

#### **JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO FORMATIVO**

Hasta hace pocas décadas las personas morían mayoritariamente en el domicilio, apoyados por ritos y costumbres sociales en los que la muerte era integrada como natural y habitual en la vida de la familia.

Actualmente morir es un asunto de hospitales y profesionales sanitarios a los que se delega la gestión y responsabilidad de atender a los pacientes terminales, a pesar de que su formación está orientada básicamente hacia la sanación del paciente. La actitud de los profesionales sanitarios al afrontar la muerte de éste es, en general, de evitación y defensividad emocionales debido a un sentimiento (consciente o inconsciente) de fracaso.

A pesar de que tímidamente comienza a abrirse en la sociedad el concepto de los Cuidados Paliativos desde la perspectiva médica, todavía es abrumadora la realidad siguiente en más del 90% de los casos: muerte en soledad hospitalaria o de residencia, rodeado de aparatos y técnicas destinados a proteger la vida y que alargan interminablemente la agonía (a veces cronicada), en la inconsciencia química para ahogar, incluso más que el dolor físico, la angustia de la incomunicación afectiva real con el entorno familiar y asistencial. Más allá, la angustia existencial propia de la inminencia de la muerte es ignorada clamorosamente.

Además, en nuestra sociedad, el factor multiétnico y multirreligioso cada vez más presente exige un mayor grado de atención y conocimiento sobre los diferentes condicionantes culturales y religiosos que influyen en las personas en proceso de morir.

Por otra parte, la realidad es que el cuidado particularizado de pacientes terminales o cronicados, es delegada mayoritariamente a cuidadores,

COLABORA

fundamentalmente mujeres, sin formación específica en los aspectos psicoemocionales y/o espirituales, cuando no sin ningún tipo de formación.

## OBJETIVO GENERAL

- *Clarificar* qué es lo que entendemos por un buen morir, como premisa fundamental para realizar un acompañamiento de calidad.
- *Formar* a profesionales sanitarios y cuidadores en general en los diferentes aspectos en los que se desarrolla el proceso de morir, especialmente en aquellos menos atendidos como los psicoemocionales y espirituales.
- *Orientar* a personas particulares que realizan labores de cuidadores en el ámbito domiciliario en los diferentes aspectos de unos cuidados paliativos integrales y de calidad.
- *Favorecer* la elaboración de un marco cognitivo adecuado para enmarcar de forma sana el afrontamiento de la propia y muerte y la de los seres queridos.
- *Favorecer* las condiciones más favorables para la elaboración de un duelo sano.

## OBJETIVOS ESPECIFICOS

- *Clarificar* los propios condicionamientos individuales y sociales sobre la muerte que subyacen en nuestra sociedad. Conocer nociones básicas de tanatología.
- *Desarrollar la capacidad de silencio y atención*, de una escucha de calidad, que son las cualidades de la naturaleza humana fundamentales para afrontar la perspectiva de la propia muerte y de la de los demás.
- *Identificar y analizar* las fases del proceso de morir a nivel físico, emocional, cognitivo y espiritual, según la descripción de la moderna psicología occidental y de las antiguas tradiciones espirituales de la humanidad.
- *Identificar y favorecer* la adecuación de los cuidados físicos específicos para pacientes en sus últimos días de vida (tales como la nutrición, la hidratación, el contacto físico adecuado, etc.), y señalar su dimensión de transversalidad con el cuidado paliativo integral.
- *Identificar* las pautas para un acompañamiento de calidad al enfermo terminal y su entorno, comprendiendo las motivaciones personales en el desarrollo de la labor asistencial, tanto profesional como en el ámbito del cuidado doméstico.

COLABORA

- *Aprender* a comunicar las malas noticias.
- *Facilitar* la elaboración de un duelo sano, cuidando preventivamente las condiciones en las que se desarrolla la labor del cuidado en el entorno familiar y afectivo.
- *Difundir* la utilidad del Documento de Voluntades Anticipadas y su adecuada gestión para optimizar su utilidad.
- *Dar a conocer* la legislación vigente en materia de derechos asistenciales de los pacientes y las nociones generales de bioética.
- *Desarrollar habilidades* para ejercer una mediación útil y discreta en la resolución de conflictos entre el paciente terminal y el entorno familiar y social, de forma que se facilite el respeto y la dignidad del paciente y la elaboración de un duelo sano en los familiares.

## CONTENIDOS CONCEPTUALES DEL PROGRAMA

### BLOQUES TEMATICOS

### UNIDADES DIDACTICAS

#### **MÓDULO 1:**

*Antropología histórica de la Muerte y su diversidad*

- 1.1 Consideraciones sobre la muerte en nuestra Sociedad
- 1.2 Definición y Antecedentes históricos de los Cuidados Paliativos
- 1.3 La muerte en las grandes tradiciones religiosas de la humanidad: cultura judeocristiana, Islam, hinduismo y budismo
- 1.4 La muerte en las culturas preindustriales y las postindustriales
- 1.5 Métodos chamánicos de exploración de la muerte en las sociedades primitivas de todo el mundo
- 1.6 Espiritualidad y Religión. El reciente Humanismo Espiritual

#### **MÓDULO 2**

COLABORA

*El proceso de morir: sus diferentes*

- 2.1 Fases del morir en la clínica moderna: físicas, psicológicas, espirituales
- 2.2 El proceso de morir según los antiguos tratados de la Humanidad: Ars Moriendi, el Libro tibetano de los muertos, El libro de los Egipcios
- 2.3 Filosofía de la muerte. Qué es nacer, qué es morir
- 2.4 Investigaciones modernas sobre la consciencia y las ECM
- 2.5 Las crisis de transformación y la muerte: los ritos de paso en las diferentes culturas humanas

**MÓDULO 3**

*Aspectos psicológicos del Paciente terminal y su entorno*

- 3.1 Nociones básicas de psicología y psiquiatría
- 3.2 La identidad e individualidad, fundamentos psicológicos ante la muerte
- 3.3 Las diferentes etapas del desarrollo psicológico; la moderna psicología transpersonal
- 3.4 Psicología del paciente terminal, según la etapa de la vida (niñez, juventud, adulto maduro, anciano)
- 3.5 Motivaciones conscientes e inconscientes en la labor asistencial del cuidador y/o profesional sanitario
- 3.6 Nociones de psicopatología en el paciente terminal y su entorno

**MÓDULO 4**

*La comunicación con el*

COLABORA

*Paciente terminal y su entorno.  
Terapia de compasión aplicada al  
proceso del final de la muerte*

- 4.1 Cómo comunicar las malas noticias
- 4.2 La comunicación auténtica versus la comunicación defensiva
- 4.3 Las emociones negativas, cómo integrarlas en el propio proceso de morir y en arte de acompañar
- 4.4 La escucha activa
- 4.5 Cómo manejar el sentimiento de impotencia
- 4.6 La comunicación en el entorno familiar
- 4.7 La comunicación silenciosa
- 4.8 Comunicar y comprender a las personas con grave deterioro cognitivo

**MÓDULO 5**  
*El autoconocimiento como  
Estrategia de afrontamiento*

- 5.1 Quien soy “yo”
- 5.2 Dolor y sufrimiento / placer y felicidad
- 5.3 Tres tipos de sufrimiento en la vida y en la muerte: físico, psicológico, existencial
- 5.4 Autoexploración de la propia mente
- 5.5 Inteligencia emocional
- 5.6 El tiempo objetivo y el tiempo subjetivo
- 5.7 Cuerpo y mente, su interrelación
- 5.8 El ser humano en relación: no somos, “inter-somos”
- 5.9 Morir conscientemente y sedación

COLABORA

**5.10** El potencial transformador del acercamiento experiencial a la muerte

## **MÓDULO 6**

### *Introducción a la bioética*

- 6.1** Evolución de la ética médica
- 6.2** Principio de beneficencia, principio de autonomía del paciente
- 6.3** Eutanasia, suicidio
- 6.4** Limitación del esfuerzo terapéutico versus encarnizamiento y/o abandono terapéutico
- 6.5** Aspectos jurídico-legales de la muerte
- 6.6** Documento de Voluntades Anticipadas o Testamento Vital

COLABORA

## **MÓDULO 7**

### *Cuidados físicos al paciente terminal*

- 7.1 Control de síntomas en el paciente paliativo: dolor, vómitos, diarreas/estreñimiento, disnea, etc.
- 7.2 El contacto físico con el paciente: lavados, curas, etc. La nutrición y la hidratación en el paciente terminal
- 7.3 Ortopedia específica para el paciente terminal
- 7.4 La terapéutica del insomnio
- 7.5 Terapéutica de la ansiedad, exploración de su génesis
- 7.6 Medidas farmacológicas de la ansiedad y medidas alternativas y/o complementarias
- 7.7 La transversalidad en el cuidado paliativo integral

## **MÓDULO 8**

### *El fallecimiento y el duelo*

- 8.6 Concepto de duelo
- 8.7 Características del duelo
- 8.8 Factores que predicen la intensidad del duelo
- 8.9 Fases del duelo normal
- 8.10 Duelo normal y duelo patológico
- 8.11 Factores que favorecen la cronificación del duelo
- 8.12 Cuando es necesaria la intervención médica para la elaboración del duelo
- 8.13 Los funerales, preparar y acompañar. Las formalidades administrativas

COLABORA

## PROFESORADO

**Dirección: M. Mar López Pérez**  
Diplomatura de Máster en Salud Mental. Ciencias Humanas y Sociales por la Universidad de León. Presidenta de la fundación VBM, “Vivir un Buen Morir”

**Dr. Javier G. Campayo.**  
Psiquiatra Hospital Miguel Servet. Profesor de Psiquiatría de Facultad de medicina de la Universidad de Zaragoza

**María José Ochoa Cepero**  
Psicóloga Especialista en Psicología Clínica. DEA en Ciencias del Comportamiento y Neurociencias Cognitivas. Experta en Mediación.

**Marian García Rodríguez**  
Enfermera. Máster en Cuidados Paliativos. Cuidados Paliativos Domiciliarios ESAD Palma de Mallorca.

**Denkô Mesa**  
Licenciado en Filología Hispánica. Maestro Zen. Presidente de la Comunidad Budista Soto Zen en Canarias

## DURACION DEL CURSO

- Duración prevista: **156 horas**
- Los ponentes pueden variar en función de las agendas respectivas

## METODOLOGÍA

Al tiempo que el curso ofrece el marco cognitivo del pensamiento humano, a través de la historia, sobre el tema de la muerte, se pretende que los/as participantes realicen una labor introspectiva sobre sus propias creencias y

COLABORA





conceptos en torno al tema, de forma que, puedan clarificar en primera persona, sus temores inconscientes y realizar así sus propios *insights*.

Por ello, el curso incluirá técnicas de autoexploración, técnicas de psicodrama, y en general, prácticas que supongan un acercamiento experiencial al tema.

También incluirá comentarios sobre situaciones clínicas reales.

COLABORA

