

# Jornada Técnica y de divulgación sociosanitaria

## Apoyo psicológico y emocional en la Ela



M<sup>a</sup> Jesús Rodríguez Gabriel  
Psicóloga adEla

# Apoyo psicológico y emocional en la Ela

Los dos conceptos que van a ser los principales protagonistas de la situación emocional son:

- El concepto de pérdida → fundamental su condición de acontecimiento irreparable la vivencia de que no existe vuelta atrás.
- El concepto de duelo → es la respuesta emocional que sigue a la pérdida de alguien o de algo. Su intensidad no depende de la naturaleza de “lo perdido” sino del valor que se le atribuye en nuestra vida.

Existe un aspecto que caracteriza a la Esclerosis Lateral Amiotrófica desde el punto de vista psicológico y la diferencia significativamente de otras enfermedades: se trata de las constantes y periódicas pérdidas que acompañan el curso de la enfermedad, que implican a su vez su correspondiente proceso de duelo para adaptarse a ellas.

# Apoyo psicológico y emocional en la Ela

Las tres premisas que caracterizan a la Esclerosis Lateral Amiotrófica desde el punto de vista clínico y que van a ser determinantes en el apoyo psicológico tanto del enfermo como de su entorno familiar son:

- 1.- Es una enfermedad degenerativa que paraliza progresivamente las funciones motoras del afectado, y cuyo pronóstico desde el punto de vista médico no es demasiado optimista.
- 2.- No se ha encontrado todavía una solución clínica para su curación.
- 3.- Por regla general las funciones cognitivas están conservadas.

Como se puede deducir el diagnóstico de E. L. A. supone una enorme conmoción psicológica tanto para el paciente como para su familia, al tratarse por añadidura de una enfermedad que se “vive en casa”, ya que apenas se producen durante la evolución de la enfermedad , ingresos hospitalarios.

# Apoyo psicológico y emocional en la Ela

El psicólogo debe tener siempre como objetivo principal la estabilización emocional del enfermo y su entorno familiar, por medio de todo un procedimiento de acogida y acompañamiento posterior.

- Aceptación del diagnóstico en un tiempo considerado como razonable.
- Desbloquear los mecanismos de negación, presentes en algunos casos, y que impiden un posicionamiento equilibrado ante la nueva situación.
- Ayudar en el mejor afrontamiento posible de la enfermedad.
- Estabilizar los niveles de ansiedad y pérdida de control emocional desencadenados por la duda y el miedo a lo desconocido.
- Ayudar a reestructurar los roles anteriores existentes y apoyo y orientación en cuanto a la configuración de los nuevos.
- Acompañamiento en los procesos de pérdida y duelo.

# Apoyo psicológico y emocional en la Ela

Características del duelo en la Ela :

- Duelos periódicos : elevados índices de ansiedad, desconcierto, inseguridad, sensación de descontrol, casi permanentes.
- Duelos no resueltos: agresividad, mecanismos de negación, depresión, casi constantes.
- Difícil consecución de la fase de aceptación : desequilibrio a nivel emocional.
- El enfermo atraviesa durante todo el proceso de la enfermedad, y de forma casi rotativa, por las distintas fases del proceso de duelo.
- El enfermo “carece de tiempo” para concluir adecuadamente la fase de aceptación de cada pérdida, ya que generalmente se van sucediendo con una celeridad que impide una adecuada resolución de este proceso.

# Apoyo psicológico y emocional en la Ela

Con una labor de empatía para:

- Reforzar los sentimientos de seguridad, transmitiéndoles la idea de que la enfermedad y la muerte son procesos connaturales al ser humano.
- Ayudarles a entender la vida como un proceso, como un ciclo.
- Favorecer el proceso de reminiscencia como elemento indispensable para “repassar “ su propio proceso vital.

Y una única finalidad:

Conseguir que tanto el enfermo como su familia, aprendan a convivir con la enfermedad con el mayor grado de serenidad y equilibrio emocional posible

MUCHAS GRACIAS

