

PROGRAMA

CURS PRÀCTIC D'ESPECIALITZACIÓ

ESTRATÈGIA INFERMERA EN PROCESSOS D'ALT IMPACTE EMOCIONAL

Any acadèmic 2018-2019

**Responsable del curs:
Adelaida Ramos Fernández**

1. Introducció

El segle XXI, època de "canvi permanent" tant en els entorns professionals com en els personals, comporta experiències assistencials d'un alt impacte emocional per a les infermeres que atenen a malalts complexos i/o que afronten situacions sobtades o inesperades.

En aquest context, el tenir cura de la persona implica una major importància del propi autoconeixement per a afrontar situacions amb un alt nivell de patiment. Per això, el professional requereix ampliar estratègies d'intervenció que l'ajudin en el seu lideratge i per a poder donar una atenció de qualitat al pacient i la família, com a membre d'un equip interdisciplinari.

És a dir, la pràctica assistencial pot implicar acompanyar a persones que viuen situacions de gran impacte emocional com, per exemple, les malalties greus, les pèrdues d'éssers estimats, els problemes degeneratius o incapacitats, totes elles generadores d'importants càrregues de patiment tant en la persona que la pateix i en la seva família com en els professionals que intervenen.

En el model del tenir cura, les infermeres gestionen les seves emocions i estableixen relacions terapèutiques amb l'objectiu d'atendre el patiment de les persones amb habilitats de counselling o relació d'ajuda (1). La comunicació interpersonal és una de les habilitats fonamentals en la professió infermera i per a establir una correcta relació terapèutica, l'autoconeixement, l'empatia, el respecte, l'escolta activa, l'observació i la consciència de les pròpies habilitats són requisits necessaris (2).

Però, les persones que estan exposades diàriament a aquestes situacions poden desencadenar i manifestar processos de *burnout* i/o *fatiga de compassió* que interferiran en la qualitat del procés d'atenció. Segons Kearney et al (3) el *burnout* s'associa a una pràctica subòptima en quant a la qualitat assistencial. Així mateix, defineixen la fatiga de compassió del professional com el "cost de cuidar" a persones que pateixen.

Les evidències mostren l'efectivitat d'algunes mesures i eines que s'utilitzen davant aquests problemes com són la meditació, l'entrenament en habilitats de comunicació i el desenvolupament d'habilitats d'autocura (3). Diversos autors (3,4) afirmen que les pràctiques d'autoconsciència que fomentin mecanismes d'autocura són indispensables en els entorns assistencials amb major càrrega de patiment com les unitats de cures pal·liatives, les unitats de crítics i els serveis d'urgències.

Per tant, la formació en habilitats per a la gestió de les emocions tant del pacient i de la família com les del propi professional es fa necessari. Entre les recomanacions de l'Agència de Salut Pública (5), es recull que *arran de la naturalesa de la seva tasca, que comporta la presa de decisions difícils, l'impacte emocional i la gestió de la incertesa, entre d'altres, les professions sanitàries requereixen un aprenentatge personal que garanteixi l'equilibri psicoafectiu necessari per donar una atenció de qualitat. L'aprenentatge dels recursos psicològics i humanístics que haurien de formar part de la personalitat del professional serà la base per a la satisfacció personal i l'eficàcia professional.*

Aquest curs és eminentment pràctic al fomentar un aprenentatge dinàmic i útil, ja que integra eines actuals d'intervenció emocional, desenvolupat per professionals experts en l'acompanyament emocional i l'atenció al patiment humà que permetrà a l'estudiant adquirir les competències per gestionar les emocions pròpies i alienes amb repercussió positiva en l'entorn personal i professional.

2. Objectius

Generals

Adquirir les competències necessàries per a desenvolupar intervencions infermeres dirigides a l'atenció de la persona amb alts nivells de patiment i utilitzar eines d'autocura que ajudin als estudiants a canalitzar les seves emocions durant la pràctica assistencial.

Específics

Adquirir competències per a gestionar les emocions dels malalts i familiars, demostrar habilitats en la comunicació de males notícies, en donar resposta a preguntes difícils i en els processos inicials de shock davant de malalties i de successos inesperats.

Promoure majors nivells d'autoconsciència que permetin a l'estudiant gestionar un equilibri emocional quan està davant de situacions d'alt impacte emocional. Aprendre a canalitzar les pròpies emocions.

3. COMPETÈNCIES

Competències específiques

- Adquirir habilitat en les relacions interpersonals entre pacient-família-infermer/a.
- Identificar, expressar i gestionar tant les pròpies emocions com les dels pacients i familiars.
- Aportar confiança i serenitat interna a l'hora de comunicar-se amb el malalt i els seus familiars en el transcurs dels tractaments, en comunicar males notícies i en atendre processos sobtats o inesperats.
- Identificar possibles mecanismes de defensa inconscients que interfereixen en la atenció de persones que afronten situacions generadores de patiment.
- Explorar diferents estratègies per evitar o reduir l'impacte emocional de la pràctica assistencial en situacions d'alts nivells de patiment.

Competències transversals

- Adquirir i utilitzar els instruments necessaris per a desenvolupar una actitud crítica i reflexiva.
- Analitzar i sintetitzar fenòmens complexos.
- Capacitat de ser crític i autocrític, amb utilització d'eines de raonament crític.

4. ORGANITZACIÓ

S'imparteixen en modalitat presencial sent l'assistència obligatòria tant a les classes teòriques com a les pràctiques.

El període lectiu és des del 29 d'abril al 12 de juny de 2019. Les classes s'imparteixen en català/castellà.

Les dates i horari de les classes son dilluns i dimecres del 29 d'abril al 12 de juny de 2019 de 9 a 13h.

El curs té un total de 3 crèdits ECTS.

5. TÈCNIQUES DOCENTS

La metodologia docent que s'utilitzarà durant el curs serà:

- Classes magistrals
- Tallers teòrics – pràctics
- Treball en grup
- Treball individual
- Anàlisi bibliogràfica
- Lectura i anàlisi de casos clínics i exposició
- Tutories

6. AVALUACIÓ

El procés d'avaluació serà un procés continu de les competències fixades en el programa.

- L'avaluació es realitzarà mitjançant 3 treballs individuals i/o en grup i debat participatiu a classe. La qualificació final del curs és del 100% i ve donada per la mitjana ponderada de les notes obtingudes en les diferents proves, amb la següent ponderació Unitat I amb un 10%; Unitat II amb un 50% i Unitat III amb un 40%.
- Per a poder superar el curs, cada unitat ha d'estar superada individualment amb un 5 sobre 10.

7. TITULACIÓ

Certificat d'aprofitament UAB. Curs d'especialització en Estratègia infermera en processos d'alt impacte emocional.

Certificat EUI-Sant Pau amb la qualificació final.

8. PROFESSORAT

Collette Birnbaum, Nadia

Doctora en Psicologia de la Salut. Llicenciada en Biologia Mèdica Aplicada. Llicenciada en Belles Arts. Màster en Arteteràpia Transdisciplinar i Desenvolupament Humà. Certificació com a assessora experta en dol (IPIR-Duelo Barcelona). Art-terapeuta de la UCP de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau.

Fruitós Alivés, Maite

Llicenciada en Ciències de la Informació (UAB). Docent al màster REMIND de relaxació, meditació i mindfulness de la UB; formadora de formadors del programa TREVA ICE (UB Espanya); docent en tallers de relaxació dins de l'àmbit hospitalari Parc Taulí de Sabadell.

Martí Augé, Patricia

Doctora en Psicologia. Màster en Musicoteràpia per la UB. Musicoterapeuta del Centre Clínic de Musicoteràpia i de la Fundació Oncolliga.

Pascual López, Antonio

Doctor en Medicina. Director de la Unitat de Cures Pal·liatives de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau. Professor associat de l'assignatura optativa de Cures Pal·liatives de la UAB (medicina).

Prada Jáimez, M.Luisa

Diplomada en Infermeria. Postgrau en Atenció Integral per a Persones amb Malalties Avançades i les seves Famílies. Infermera UFISS de la Unitat de Cures Pal·liatives de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau.

Pons Pallarès, Sara

Llicenciada en Dret. Màster d'Atenció Pal·liativa Integral a Persones amb Malalties Avançades: Itinerari d'acompanyament emocional i espiritual (UAB). Programa Making Social Responsibility Work. IESE Business School. Responsable d'atenció espiritual dins la Fundació Sanitària Mollet.

Ramos Fernández, Adelaida

Diplomada en Infermeria. Llicenciada en Antropologia Social i Cultural. Màster en Ciències de la Infermeria. Cap d'àrea docent i coordinadora del màster infermeria oncològica de l'EUI-Sant Pau.

Rufino Castro, María

Doctora en psicologia. Psicòloga integrativa i formadora.

9. CONTINGUTS

Unitat I. Infermeria: tenir cura de persones que pateixen

En aquesta unitat l'estudiant adquirirà els coneixements per identificar l'impacte de l'atenció infermera a persones amb situacions biogràfiques generadores d'alts nivells de patiment i aprofundirà en la gestió de les emocions pròpies i alienes. Per això, els temes a tractar són:

- Atendre el patiment de les persones que cuidem i el de les seves famílies i impacte en el professional.
- Model d'atenció integral en la pràctica assistencial.
- Aspectes emocionals i relacionals implicats en el tenir cura de la persona amb patiment.
- Diàleg amb les emocions: identificació i reconeixement de les emocions. Llibreta de reflexions.
- Transferència i contratransferència, projecció i identificació. Esquema d'activació emocional.

Unitat II. Eines per atendre el patiment de les persones malaltes i els seus familiars

En aquesta unitat adquirirà competències per gestionar les emocions dels malalts i familiars, demostrarà habilitats en la comunicació de males notícies i per donar resposta a preguntes difícils en els processos inicials de shock davant malalties i successos inesperats. Els temes proposats són:

- Fases i models d'adaptació al diagnòstic i pronòstic de la persona malalta i la seva família en un marc d'atenció integral al patiment en l'entorn assistencial.

- Eines específiques per atendre emocionalment al malalt i la seva família: comunicació verbal (escolta activa, validació, preguntes...), comunicació no verbal (silencis, contacte, mirada...) i eines d'atenció espiritual.
- Preguntes difícils i noves eines de resposta: tipologia de preguntes, principals complicacions davant les preguntes difícils i respostes habituals.
- Males notícies: Definició. Identificar en què radica la dificultat per donar males notícies. Models habituals. Nous recursos per comunicar males notícies tot atenent la situació emocional de la persona malalta i la seva família.
- Pacte de silenci: com es manifesta, persones i recursos que hi intervenen, el rol del professional. Estratègies per abordar el pacte de silenci.
- Atendre el shock inicial davant processos no esperats (mort inesperada, ictus, parada respiratòria, UCI, accidents de tràfic...): protocols d'actuació amb eines concretes per recordar quan el shock es produeix en moments d'alta intensitat laboral i emocional.

Unitat III. Autoconsciència: autoconeixement i autocura

Aquesta unitat es centra en promoure majors nivells d'autoconsciència que permeti a l'estudiant gestionar l'equilibri emocional necessari davant de situacions complexes i aprendre a canalitzar les seves emocions amb repercussió positiva en l'entorn personal i professional. Per aconseguir-ho, els temes proposats són:

- Definició d'autoconsciència. Gestió del nostre patiment. La pràctica d'autoconsciència.
- Reaccions emocionals. Acompanyar *versus* resoldre el patiment.
- Autocura: Burnout i fatiga de compassió.
- Eines per a l'autoconeixement i l'autocura del professional que cuida de persones amb patiment: mindfulness, art-teràpia i musicoteràpia.
- Ajudar a una altra persona permet endinsar-se en un mateix i en les pròpies experiències.

10. BIBLIOGRAFIA

1. Benito E, Maté J, Pascual A. Estrategias para la detección, exploración y atención del sufrimiento en el paciente. FMC. 2011; 18(7):392-400.
2. Vidal R, Adamuz J, Feliu P. Relación terapéutica: el pilar de la profesión enfermera. Enferm. Glob. 2009. [Internet]. 2009 Oct [citado 2018 Mar 09] ; (17). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412009000300021&lng=es.
3. Sansó N, Galiana L, Oliver A, Pascual A, Sinclair S, Benito E. Palliative care professionals' inner life: exploring the relationships among awareness, self-care and compassion satisfaction and fatigue, burnout and coping with death. J Pain Symptom Manage. 2015;50: 200-7.
4. Kearney MK, Weininger R B, Vachon MLS, Harrison RL, Mount BM. Self care of physicians caring for patients at the end of life. Being connected... A key to my survival. JAMA. 2009;301: 1155-64.
5. Generalitat de Catalunya. Agència de Salut Pública de Catalunya. La salut i el benestar dels professionals sanitaris en l'entorn laboral Guia de bones pràctiques per a institucions, equips i professionals. Barcelona: Agència de Salut Pública de Catalunya, 2012.