

Medicina basada en la afectividad

Publicado en Medicosypacientes.com de 27/10/2008

El apoyo psicológico del médico puede ser vital para que el enfermo sea capaz de aceptar su estado de salud y pueda transmitir sus síntomas y preocupaciones de una forma abierta. Un paciente informado y motivado obtiene mejores respuestas terapéuticas.

Madrid, 25 de octubre 2008 (Redacción)

La forma en la que el médico transmite la información a su paciente puede influir de forma positiva o negativa en el proceso de concienciación y aceptación de una enfermedad. La llamada "medicina basada en la afectividad" consiste en utilizar los mejores principios del humanismo médico. En muchas ocasiones en las consultas médicas se quiere mantener un alto grado en las entrevistas y se olvida de los aspectos biográficos del paciente y de su capacidad de participar en el proceso asistencial.

Un pilar fundamental se sustenta en que los profesionales sanitarios conozcan las claves de la comunicación no verbal, que sepan cómo dar una mala noticia, así como comprender el punto de vista del paciente. La comunicación debe regirse por los principios de veracidad, claridad y entendimiento, que permitan al paciente participar en su proceso asistencial. Las noticias que tienen una carga emocional siempre deben darse en persona y en privado, transmitiendo al paciente seguridad. Se debe utilizar un lenguaje neutro carente de connotaciones negativas y sin terminología compleja que dificulte la comprensión del paciente.

La relación médico-paciente debe ser abierta y basada en la confianza, con el objetivo de que el enfermo se sienta cómodo para preguntar sus dudas sobre su enfermedad y tratamiento. El apoyo del médico puede ser vital para que el enfermo sea capaz de aceptar su estado de salud y pueda transmitir sus síntomas y preocupaciones de una forma abierta.

Informar al paciente

Aunque cada paciente reacciona de forma diferente en función de su personalidad, creencias, valores y experiencias, existe un proceso que suele ser generalizado cuando se recibe una mala noticia. Asimismo, el médico debe tener en cuenta el tipo de paciente al que se enfrenta: si es un anciano, un niño, una persona con mayor o menor nivel cultural. Un paciente debidamente informado y motivado, al que se le hace partícipe y se le entrega el "grado de control" de su enfermedad, obtiene normalmente mejores respuestas terapéuticas.

Asimismo, no todas las enfermedades ni su evolución son iguales, por lo que cada pronóstico requiere un tratamiento de comunicación. El médico debe informar a su paciente y familiares sobre los síntomas que conlleva la enfermedad, efectos secundarios del tratamiento, esperanza de vida, etc. Algunas neoplasias, por su sintomatología y pronóstico, como las metástasis o los gliomas multiformes, requieren una adecuada comunicación que ayude al paciente y a sus familiares a sobrellevar de la mejor manera posible la evolución de la enfermedad.

También es labor del médico educar para conseguir que el paciente pueda llevar una mejor calidad de vida a través de consejos de salud, dietéticos así como pautas que ayuden al paciente a que restablezca su equilibrio emocional y afectivo.

El duelo

El diagnóstico de una enfermedad crónica, con la pérdida de integridad física y psicológica afecta a la autoestima y desencadena una serie de mecanismos de defensa ante la angustia que se origina. Este proceso se conoce como reacción de duelo. Hay que tener en cuenta y aceptar que este proceso es inevitable en el ser humano, comporta sufrimiento y su duración depende del perfil del paciente.

Existen distintas reacciones del paciente ante la noticia de una enfermedad:

- Tomar conciencia y llamar por su nombre a aquello que siente.
- Comprender sus sentimientos y saber de donde procede.
- Aceptar que tiene derecho a sentirse así.
- Expresar lo que le ocurre, verbalmente o con lenguaje no verbal y así desahogarse.
- Integrar lo que siente como parte fundamental de su conducta.

El duelo puede pasar por distintas fases desde negación, shock emocional, negociación, depresión hasta la aceptación. El paciente puede no pasar por todas las fases ni estar el mismo tiempo. Asimismo, en muchos casos el proceso no significa mejoría en la aceptación de la enfermedad y el paciente vuelve a recaer. Ante el duelo es clave la figura del médico que ofrezca al paciente comprensión e información de su enfermedad. Son situaciones difíciles de afrontar para ambos y a veces la comunicación no verbal ayuda en ese proceso de duelo.

Comunicación más allá de las palabras

No sólo basta con una comunicación clara del diagnóstico de la enfermedad, de los principales síntomas y tratamientos. La comprensión y empatía, el acercamiento físico del médico es importante para la aceptación de la enfermedad por parte del paciente. No es fácil para el médico dar una mala noticia y comprender el duelo de todos sus pacientes, pero cada vez más los profesionales son más conscientes de la importancia que tiene el lado humano del médico, quizás no se enseña en las facultades de Medicina pero es la cara de la misma moneda del proceso asistencial. Cada vez se realizan más seminarios y se publican guías para mejorar la comunicación médico- paciente.

Cuando el paciente recibe una mala noticia está en todo su derecho de reaccionar con dolor y no debe dudar en preguntar cualquier información entorno a su enfermedad por absurdas que parezcan. El médico debe responder a todas ellas con respeto e informarle de cuál va ser el tratamiento, riesgo y efectos secundarios.

Consejos ante el médico...

- Antes de la consulta repase los síntomas o estado de su enfermedad, cómo se siente, antecedentes, donde le duele.
- En la consulta, no se precipite ni se ponga nervioso para explicar lo que sucede.
- Si no entiende la exposición de su médico pregunte abiertamente.
- Exprese sus sentimientos abiertamente al médico.
- El especialista tiene el deber de informar al paciente de su estado y adaptarse a su grado de conocimiento.
- Si se siente más seguro pida que le acompañe un familiar que le ayude a explicar al médico y comprender el tratamiento.