

RECONOCIMIENTOS A LAS BUENAS PRÁCTICAS DE PERSONALIZACIÓN EN CUIDADOS DE LARGA DURACIÓN



IMPULSANDO LA DIGNITY THERAPY
EN LOS CUIDADOS DEL HOGAR

CENTRO DE DÍA ETXANIZ.

ENTIDAD GESTORA:

IGURCO SERVICIOS SOCIOSANITARIOS S.L.

EJE C: ENFOQUE RELACIONAL Y COMUNITARIO

DESARROLLO DE LA BUENA PRÁCTICA

¿Qué entendemos por dignidad? Hoy en día nos seguimos haciendo la misma pregunta a pesar de ser un término que utilizamos frecuentemente en el ámbito sanitario. La dignidad es un concepto muy complejo y ambiguo que se ha estudiado a lo largo de los años pero que, sin embargo, no se ha llegado a un consenso, incluso podemos llegar a encontrar conclusiones contradictorias. La Declaración de 1948 hace referencia a que “la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana”.

Filósofos como Tomás de Aquino (1993) hacía referencia a que “el término de dignidad es algo absoluto y pertenece a la esencia”. Si bien, podríamos decir que es concretamente a partir de la concepción de Kant cuando la dignidad de la persona pasa a ser un fin en sí mismo y nunca como un mero medio.

En los últimos años, la conciencia de la dignidad ha ido adquiriendo mayor peso en el debate ético sobre el cuidado de la salud, concretamente, en el cuidado de las personas mayores. Debemos entender que la vejez es un periodo del ciclo vital en el cual hay un evidente declive de la autonomía funcional, psicológica, afectiva, económica y/o social (Lolas, 2001; Ramos y Arenas, 2015). Por ello, debemos hacer hincapié en potenciar el sentido de dignidad y calidad de vida de las personas mayores que acuden a nuestros centros como parte elemental de los cuidados.

Para ello, el reconocimiento de la dignidad, como eje central de todos los derechos humanos, requiere establecer estatutos determinados para las personas mayores con el fin de preservar su autonomía, su calidad de vida, la relación entre las distintas generaciones y el respeto de derechos. Además, es importante destacar que, para la familia, la persona mayor es transmisor de valores, unión entre generaciones y constructor del mundo que conocemos (Ramos y Arenas, 2015).

En este contexto, desde febrero de 2022 se está llevando a cabo en nuestro centro, como parte de un estudio predoctoral en colaboración con la Universidad de Deusto, una novedosa intervención, conocida como Dignity Therapy, en personas mayores con deterioro cognitivo leve.

Esta terapia ofrece la oportunidad a las personas de, por un lado, poder narrar su propia historia personal y, por otro lado, de compartir con sus seres queridos sus experiencias y darles recomendaciones, lo cual consigue reforzar el sentido, el propósito y la dignidad de la persona. La estructura en la que se sustenta la terapia se basa en la realización de una entrevista semi-estructurada que se graba, se transcribe y se edita para devolvérsela a la persona en forma de documento escrito, en donde se conserva el contenido, la



personalidad y la esencia de la persona. Asimismo, este documento pretende reconocer el valor de la generatividad y el legado de la persona y, al mismo tiempo, potenciar el sentido de significado y el propósito para su vida cotidiana (Chochinov et al., 2005).

Los criterios que se establecieron para la participación en la Dignity Therapy no fueron otros que ser mayor de 65 años, obtener una puntuación mayor a 19 en el MMSE, tener capacidad lectora y comprensión oral y dar su consentimiento informado.

Para observar el efecto de la terapia sobre la dignidad y la calidad de vida se formaron dos grupos, uno experimental y otro control. Cabe destacar, que las personas que formaron parte del grupo control participaron en la terapia una vez que el grupo experimental la finalizó.

A fecha actual, han participado un total de 17 personas mayores (10 mujeres y 7 hombres) con una media de edad de 81 años y una puntuación de 25 en el MMSE.

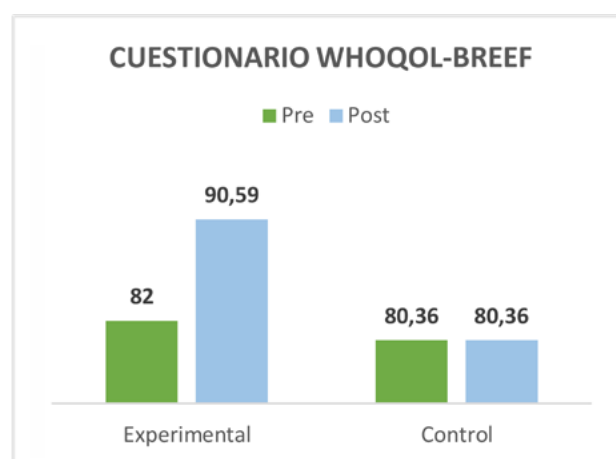
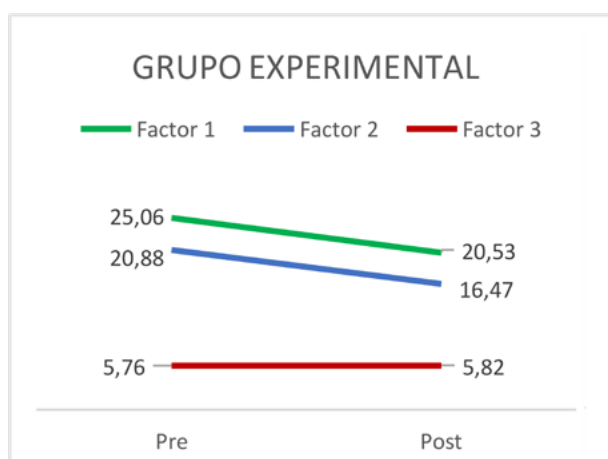
Para observar si la Dignity Therapy ha sido efectiva se han utilizado diversas escalas como, por ejemplo, el Inventario de Dignidad del Paciente (PDI), el cual cuenta con tres factores diferenciados (sufrimiento psicológico y existencial, los síntomas físicos y de dependencia y el apoyo social) y, la Escala de calidad de vida WHOQOL-BREF. Además, se ha utilizado el cuestionario de seguimiento de la Dignity Therapy, el cual nos permite conocer de primera mano las opiniones de las personas mayores que han participado de una forma tanto cuantitativa como cualitativa.

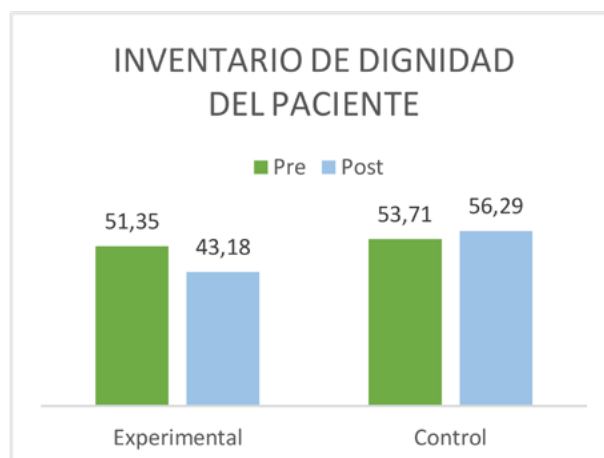
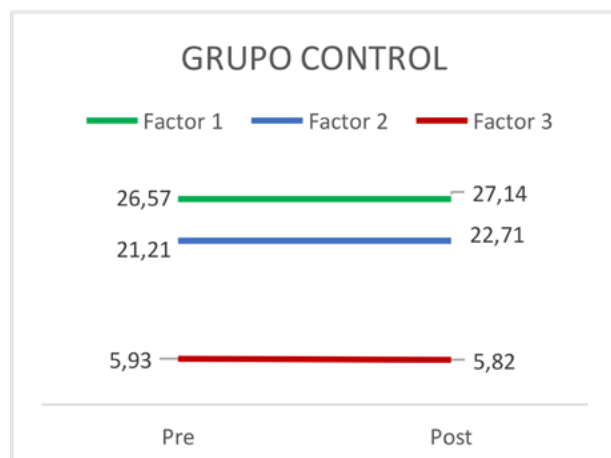
En lo que respecta a las limitaciones que hemos encontrado, la principal y única dificultad viene dada por el tiempo que necesita el profesional para transcribir la entrevista que se realiza ya que, dicho proceso tiene una media de 2 horas y media por cada persona que lleva a cabo la terapia. No obstante, no es una dificultad que impida su elaboración.

RESULTADOS E IMPACTO

Los resultados de esta buena práctica nos indican que las personas que han participado en la Dignity Therapy sienten un mayor sentido de dignidad ($t(16) = 4,039, p < 0.05$) y una mejor percepción de su calidad de vida ($t(16) = -6,944, p < 0.05$), mientras que no se han encontrado diferencias significativas en el grupo control.

Asimismo, se ha observado una importante disminución tanto del sufrimiento psicológico ($t(16) = 3,504, p < 0.05$) y existencial como de los síntomas físicos y de dependencia ($t(16) = 3,159, p < 0.05$).





Además de la importancia que nos arrojan los datos en los que la dignidad y la calidad de vida tienen un papel notorio, consideramos que las propias opiniones de las personas que han tomado parte en la terapia poseen un gran valor.

El 100% de las personas que realizaron la Dignity Therapy hicieron referencia a que la terapia les había resultado de ayuda (*"Me ha ayudado a recordar la vida, el pasado y seguir aprendiendo"*), le había parecido satisfactoria (*"Porque me he sentido bien, me he visto ayudada y me ha parecido agradable"*), creen que les ha sido o les será de ayuda a sus familiares (*"Porque va a ser un recuerdo que van a tener mis nietos y les va a ayudar a conocerme"*) o que han estado satisfechos con la atención psicosocial recibida (*"Por el trato y la confianza al escucharme"*).

El 94% consideran que la terapia le ha dado una mayor sensación de tener dignidad (*"La ha reforzado"*).

El 80-88% creen que les ha hecho sentir que su vida tiene ahora más sentido (*"Porque nunca me planteo que he hecho cosas, pero sí que las he hecho"*), les ha dado una mayor sensación de tener un propósito (*"Porque te hace ver que tienes que mirar siempre hacia delante"*) y creen que la forma en la que los sanitarios le atienden ha cambiado (*"Porque me conocen más"*).

Por último, cabe destacar que todas las personas recomendarían a otros realizar la terapia (*"La recomendaría porque ha sido satisfactoria y creo que para los demás también puede serlo; Para mí ha sido un regalo; Te hace recordar"*).

Como conclusión, los resultados hallados sugieren que las personas mayores que han participado en la terapia han aumentado su sentido de dignidad y su percepción con respecto a su calidad de vida. A pesar de que dichos resultados son satisfactorios, las opiniones de los propios participantes sobre la terapia son muy relevantes ya que nos da una visión real del valor de esta.

Con todo ello, consideramos que la Dignity Therapy es una terapia innovadora y novedosa en el ámbito de la gerontología, a pesar de su frecuente uso en cuidados paliativos, que otorga importancia y valor a la historia personal de las personas mayores, ofreciéndoles un documento que nos servirá como fuente de información para utilizarlo en un futuro como parte esencial de sus cuidados y de ese modo preservar su dignidad cuando la persona no pueda hacerlo por sí misma.