

IRAUPEN
LUZEKO ZAINKETAK
PERTSONALIZATZEKO
JARDUNBIDE EGOKIEN
AINTZATESPENAK



DIGNITY THERAPY BULTZATUZ ETXEKO
ZAINKETETAN

ETXANIZ EGUNEKO ZENTROA.
ERAKUNDE KUDEATZAILEA: IGURCO
ZERBITZU SOZIOSANITARIOAK S.L

C ARDATZA: HARREMAN ETA KOMUNITATE IKUSPEGIA

JARDUNBIDE EGOKIAREN GARAPENA

Zer da duintasuna? Termino hori osasun-arloan maiz erabiltzen dugun arren, gaur egun oraindik galdera bera egiten diogu geure buruari. Duintasuna oso kontzeptu konplexua eta anbigua da; urteetan zehar aztertu da, baina, hala ere, ez da adostasunik lortu, eta ondorio kontraesankorrak ere aurki ditzakegu. 1948ko Adierazpenak honako hau aipatzen du: “Munduko askatasunak, justiziak eta bakeak berezko duintasuna eta giza familiako kide guztien eskubide berdinak eta besterenezinak aitortzea dute oinarri”.

Tomas Akinokoak (1993) eta beste filosofo batzuek “duintasun terminoa zerbait absolutua da eta esentziari dagokiola” aipatzen zuten. Hala ere, esan genezake Kanten kontzepziotik abiatuta, pertsonaren duintasuna helburu bihurtzen dela bere baitan, eta inoiz ez bitarteko huts gisa.

Azken urteotan, duintasunaren kontzientziak pisu handiagoa hartu du osasunaren zaintzari buruzko eztabaida etikoan, zehazki, adinekoen zaintzan. Ulertu behar dugu zahartzaroa bizi-zikloaren aldi bat dela, eta autonomia funtzionalaren, psikologikoaren, afektiboaren, ekonomikoaren eta/edo sozialaren gainbehera nabarmena dagoela (Lolas, 2001; Ramos eta Arenas, 2015). Hori dela eta, gure zentroetara joaten diren adinekoen duintasunaren eta bizi-kalitatearen zentzua indartu behar dugu, zainketen oinarritzko zati gisa.

Horretarako, duintasuna aitortzeko, giza eskubide guztien ardatz nagusi gisa, adinekoentzako estatutu zehatzak ezarri behar dira, haien autonomia, bizi-kalitatea, belaunaldien arteko harremana eta eskubideen errespetua zaintzeko. Gainera, garrantzitsua da azpimarratzea familiarentzat adineko pertsonak balioak transmititzen dituela, belaunaldien arteko batasuna eta ezagutzen dugun munduaren eraikitzailea dela (Ramos eta Arenas, 2015).

Testuinguru horretan, 2022ko otsailaz geroztik, esku-hartze berritzaile bat egiten ari da gure zentroan, Deustuko Unibertsitatearekin lankidetzan egindako doktoratu aurreko azterlan baten barruan, narriadura kognitibo arina duten adineko pertsonengan, Dignity Therapy izenez ezagutzen dena.

Terapia horrek aukera ematen die pertsonari, batetik, beren historia pertsonala kontatzeko, eta, bestetik, beren esperientziak maiteekin partekatzeko eta gomendioak emateko, eta horrek pertsonaren zentzua, helburua eta duintasuna indartzea lortzen du. Terapiaren oinarri den egitura elkarriketa erdiegituratu batean oinarritzen da. Elkarriketa hori grabatu, transkribatu eta editatu egiten da pertsonari dokumentu idatzi gisa itzultzeko, eta bertan pertsonaren edukia, nortasuna eta esentzia gordetzen dira. Era berean, dokumentu honek pertsonaren orokortasunaren eta legatuaren balioa aitortu nahi du, eta, aldi berean, bere eguneroko bizitzarako esanahiaren zentzua eta helburua indartu (Chochinov et al., 2005).



DIGNITY THERAPY BULTZATUZ ETXKO ZAINKETETAN

**ETXANIZ EGUNEKO ZENTROA. ERAKUNDE KUDEATZAILEA:
IGURCO ZERBITZU SOZIOSANITARIOAK S.L.**

Dignity Therapy-n parte hartzeko ezarri ziren irizpideak honako hauek izan ziren: 65 urtetik gorakoa izatea, MMSEn 19tik gorako puntuazioa lortzea, irakurtzeko gaitasuna eta ahozko ulermena izatea eta baimen informatua ematea.

Terapiak duintasunean eta bizi-kalitatean zuen eragina ikusteko, bi talde eratu ziren, bata esperimentalta eta bestea kontrola. Nabarmentzekoa da kontrol-taldeko kideek terapian parte hartu zutela talde esperimentalak amaitu ondoren.

Gaur egun, 17 adinekok parte hartu dute guztira (10 emakume eta 7 gizon), 81 urteko batez bestekoarekin eta 25 puntuko puntuazioarekin MMSEn.

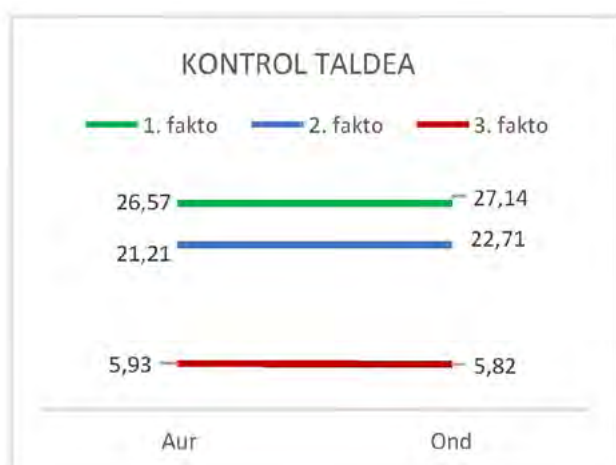
Dignity Therapy eraginkorra izan den ikusteko, hainbat eskala erabili dira, hala nola, Pazientearen Duintasunaren Inbentarioa (PDI), zeinak hiru faktore desberdin baititu (sufrimendu psikologikoa eta existentziala, sintoma fisikoak eta mendekotasunekoak, eta gizarte-laguntza) eta WHOQOL-BREF bizi-kalitatearen eskala. Gainera, Dignity Therapy-ren jarraipen-galdetegia erabili da. Horri esker, zuzenean ezagutu ahal izango ditugu modu kuantitatiboan zein kualitatiboan parte hartu duten adinekoen iritzia.

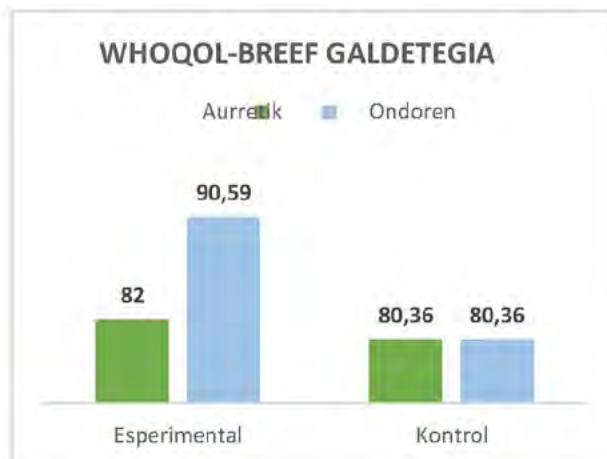
Aurkitu ditugun mugei dagokienez, zailtasun nagusia eta bakarra profesionalak egiten den elkarriketa transkribatzeko behar duen denbora da; izan ere, prozesu horrek 2 ordu eta erdiko batez bestekoa du terapia egiten duen pertsona bakoitzeko. Hala ere, ez da hori egitea eragozten duen zailtasuna.

EMAITZAK ETA ERAGINA

Jardunbide on horren emaitzek adierazten digute Dignity Therapyn parte hartu duten pertsonen duintasun-zentzu handiagoa dutela ($t(16) = 4,039$, $p < 0.05$) eta bizi-kalitatearen pertzepzio hobea dutela ($t(16) = -6,944$, $p < 0.05$), baina kontrol-taldean ez da desberdintasun esanguratsurik aurkitu.

Era berean, sufrimendu psikologikoa ($t(16) = 3,504$, $p < 0.05$) eta existentziala nahiz sintoma fisikoak eta mendekotasunekoak ($t(16) = 3,159$, $p < 0.05$) nabarmen murriztu dira.





Bizi-duintasunak eta bizi-kalitateak garrantzi handia duten datuek ematen diguten garrantziaz gain, terapiari parte hartu duten pertsonen iritziek ere balio handia dutela uste dugu.

Dignity Therapy egin zuten pertsonen %100ek aipatu zuten terapia lagungarria izan zitzaiela (“Bizitza, iragana eta ikasten jarraitzea gogoratzen lagundu dit”), pozgarria iruditu zitzaien (“Ondo sentitu naizelako, laguntza eman didatelako eta atsegina iruditu zaidalako”), eta uste zuten familiartekoei lagundu dietela (“Nire bilobak izango dituzten eta ni ezagutzen lagunduko dien oroitzapena izango delako”) edo pozik egon direla jasotako arreta psikosozialarekin (“Tratu eta konfiantzagatik niri entzutean”).

% 94k uste du terapiak duintasuna izatearen sentazio handiagoa eman diola (“Indartu egin du”).

% 80-88k sentitzen du bere bizitzak orain zentzu handiagoa duela (“Inoiz ez baitut pentsatzen gauzak egin ditudala, baina bai egin ditudala”), helburu bat izatearen sentazio handiagoa eman die (“Beti aurrera begiratu behar duzula ikusarazten dielako”) eta osasun-langileek artatzen duten modua aldatu egin dela uste dute (“Gehiago ezagutzen nautelako”).

Azkenik, nabarmendu behar da pertsona guztiek gomendatuko lieketela beste batzuei terapia egitea (“Gomendatuko nuke, gogobetegarria izan delako, eta uste dudalako besteentzat ere izan daitekeela; Niretzat opari bat izan da, oroitzapenak ekarri dizkit gogora”).

Ondorio gisa, aurkitutako emaitzek iradokitzen dute terapiari parte hartu duten adinekoek duintasun-zentzua eta bizi-kalitatearekiko pertzepzioa areagotu dutela. Emaitza horiek onak diren arren, parte-hartzaileek berek terapiari buruz dituzten iritziak oso garrantzitsuak dira, terapiaren balioaren benetako ikuspegia ematen baitigu.

Horrekin guztiarekin, uste dugu Dignity Therapy terapia berritzailea dela gerontologiaren esparruan, zainketa aringarrietan maiz erabiltzen den arren, eta garrantzia eta balioa ematen diola adinekoen historia pertsonalari. Horretarako, dokumentu bat eskaintzen diegu, etorkizunean haien zaintzaren funtsezko zati gisa erabiltzeko informazio-iturri gisa, eta, horrela, haien duintasuna zaintzeko, pertsonak bere kabuz egin ezin duenean.