

¿Qué significa ser una persona trasplantada?

Demuestre que comprende los efectos de un trasplante a lo largo de la vida de una persona y que toma a dicha persona en serio.

- Ser receptor de un trasplante **es una condición a largo plazo**. Esto significa pasar de una enfermedad grave o potencialmente mortal a una vida con mejor salud, pero con medicación de por vida.
- **Tomar medicamentos inmunosupresores por el resto de la vida** o mientras se tenga el trasplante (en el caso de un riñón) puede requerir cambios en la forma de vida.
- Debido a los medicamentos inmunosupresores, **los receptores de trasplantes son susceptibles a las infecciones**. Cuando el sistema inmunitario se suprime, pueden producirse síntomas y efectos secundarios inusuales y difíciles de controlar por usted mismo.
- Ser receptor de un trasplante **significa vivir con un riesgo potencial de rechazo del órgano**. Algunos receptores de trasplantes viven con el temor constante de que les suceda eso.
- A muchos receptores de trasplantes **les preocupa saber cuánto durará su trasplante**, lo que puede provocarles estrés y enfermedades.
- Los receptores de trasplantes reciben numerosos consejos y recomendaciones **sobre cómo deben modificar su vida diaria** para el funcionamiento del órgano trasplantado y para su vida como receptores de trasplantes. **Esto puede ser un desafío para alguien a quien le hicieron un trasplante**. Es posible que necesite apoyo tanto en el proceso de aprendizaje como en los cambios en el estilo de vida para facilitar una adaptación exitosa a la vida diaria.

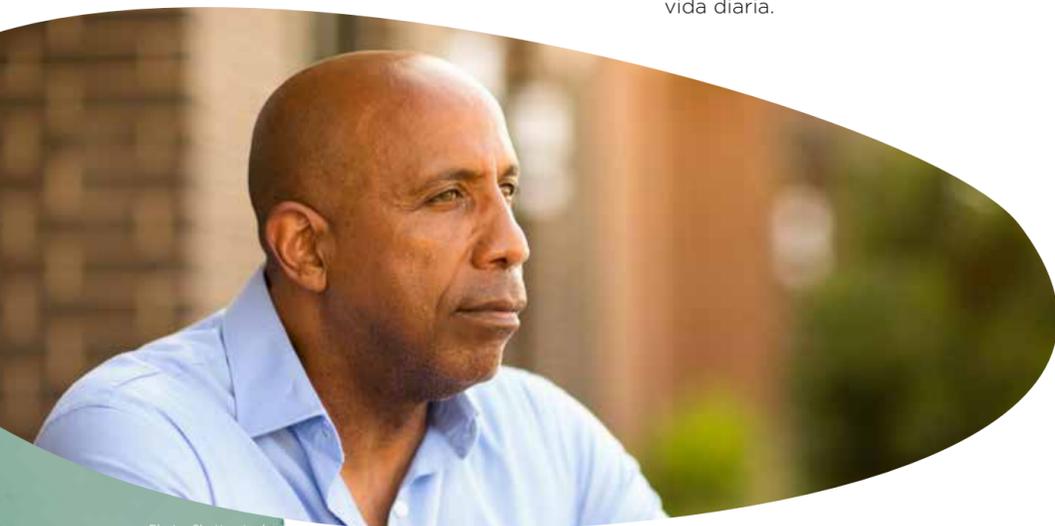


Photo: Shutterstock

“Aquí estoy preguntándome cuánto durará.”



Esot.org
Visite esot.org para saber más cómo es la vida de una persona trasplantada, ampliar sus conocimientos y encontrar información de contacto de organizaciones de pacientes y otros recursos.

Orientación y colaboración

El receptor del órgano trasplantado requiere orientación para afrontar los interrogantes, la ignorancia y los prejuicios de la sociedad en relación con el trasplante. Educar a los empleados en una reunión en el trabajo o darles información puede ser altamente beneficioso. Las estrategias mentales provistas por un psicólogo también pueden ayudar a fortalecer a la persona.

La rehabilitación puede tener éxito si todo el equipo de atención colabora en la situación del receptor del trasplante. Según la investigación¹, los terapeutas ocupacionales y los psicólogos tienen roles importantes. También es importante una relación de atención estable y duradera con un/a médico/a y un/a enfermero/a.

1. Lundmark M, Erlandsson L-K, Lennerling A, Almgren M, Forsberg A. Health transition after lung transplantation. Journal of Clinical Nursing. 2016 Aug; 25 (15-16):2285-2294.



Las personas de las imágenes no tienen nada que ver con el contexto.
Este material fue desarrollado en el marco de una colaboración entre la Sociedad Europea de Trasplante de Órganos (ESOT, European Society for Organ Transplantation) y Takeda cuyo objetivo es beneficiar la atención al paciente. Estos materiales fueron revisados y aprobados a nivel internacional; las leyes y normas locales pueden variar.
C-ANPROM/EUC/CORP/0036 Fecha de preparación: Noviembre de 2023



circumlam.se



Atención centrada en la persona trasplantada



Esta es una guía de atención centrada en la persona que se focaliza en la vida de la persona como receptora de un trasplante.

Este documento se desarrolló en colaboración con Anna Forsberg, enfermera y profesora universitaria, especializada en el trasplante de órganos. Trabaja en la Universidad de Lund y en el Hospital Universitario de Skåne.

La atención centrada en la persona después del trasplante de órganos significa no solo considerar la función del órgano y la medicación actual, sino también abordar las necesidades, experiencias y recursos específicos de la persona. El método se basa en una colaboración entre usted y el receptor del trasplante, con la premisa de que la persona pueda decidir, sentir, oír y ser tomada en serio.

Tomar en serio al receptor del trasplante

Según las investigaciones, para que alguien sea tomado en serio se deben cumplir ciertos requisitos:

Escuchar a la persona

Nuestras expectativas sobre el resultado de la conversación influyen en nuestra escucha. La escucha profesional siempre debe tener un objetivo. **La escucha demuestra cuidado, respeto y reciprocidad. También le permite al narrador aclarar:**

- un problema, una situación o una experiencia
- responsabilidad ética y legal
- lucha y sufrimiento
- cómo encontrarle sentido a algo

Cuando se escucha a una persona, esta puede recuperar parte de la dignidad que perdió en algún momento. Ser escuchado puede mejorar la autoestima y la autonomía, y crea una relación mediante el decir y el escuchar. **Al escuchar, se demuestra que se toma a la persona en serio.**

Ayudar a la persona a comprender qué sucedió

Una conversación educativa es un método cuyo objetivo es darle significado y comprensión al receptor del trasplante. **Durante la conversación se estimula la comprensión y el aprendizaje de la persona sobre su propia situación**, mientras uno aprende más sobre lo que significa ser humano en relación con el trasplante de órganos. El método se basa en hacerle dos preguntas a la persona:

- ¿Cómo entiende usted su trasplante y su situación?
- ¿Puedo decirle cómo entiendo yo su trasplante y su situación?

Las respuestas a estas preguntas sirven como base para el entendimiento mutuo

Ayude a la persona a entender qué sucederá

El trabajo de este paso comienza con el material del paciente. Mi vida, mi salud.

Repase con el receptor del trasplante las distintas partes, así como el tratamiento y los posibles efectos secundarios.

Tómese con seriedad las inquietudes y los síntomas de la persona

- Pídale a la persona que hable de sus preocupaciones y temores. Reconozca el sufrimiento.
- Haga un mapa y un análisis de la carga de síntomas.
- Haga un mapa y un análisis de los obstáculos y barreras que le impiden tener una vida diaria funcional.
- Trate al receptor del trasplante como una persona capaz de mejorar su salud.

Haga que la persona se sienta bien y segura en el momento

Reserve tiempo para visitas presenciales y virtuales. Después de eso, puede comenzar seguimientos virtuales en ciertas áreas de enfoque. **Dele a la persona contacto continuo con el/la mismo/a médico/a y/o enfermero/a.**

Comprender la importancia de la comparación

Las bases de la rehabilitación

El personal médico requiere de tres estrategias especiales para que los receptores de trasplantes puedan rehabilitarse y adaptarse a la vida con su órgano trasplantado:

El receptor del trasplante trata de encontrar su nueva normalidad adaptando su nueva vida diaria y cambiando su comportamiento para afrontar nuevas rutinas y retos. Es imposible predecir cómo será la nueva normalidad.

La adaptación es un proceso y también un estado. La condición indica que el receptor del trasplante se adaptó bien a la vida como receptor de un trasplante y se asentó en la nueva normalidad.

Para que la vida y la vida diaria puedan ajustarse, el receptor del trasplante debe primero aceptar el trasplante y el tratamiento asociado. La aceptación se produce cuando una persona cree que a pesar del tratamiento inmunosupresor de por vida, tiene condiciones y recursos razonables para vivir una vida funcional. **La aceptación requiere un inventario y análisis de los recursos físicos, mentales, sociales, espirituales y financieros de la persona.** Estos indican las condiciones de la persona para vivir una vida funcional.

Vivir con una enfermedad crónica requiere un procesamiento exhaustivo y una adaptación permanente a la vida diaria. La adaptación se produce en todos los aspectos de la vida: físico, psicológico, social y en la vida diaria. La frustración, los obstáculos y otras barreras percibidas pueden impedir un procesamiento exitoso.

El receptor del trasplante debe adaptarse a su vida diaria, pero la familia también debe adaptarse a las nuevas condiciones y el lugar de trabajo debe comprender las adaptaciones que pueden requerirse. Quienes proporcionan cuidados deben facilitar la adaptación y fomentar el estudio o el trabajo. Otras funciones importantes para una buena adaptación son las del trabajador social médico, el psicólogo, el fisioterapeuta y el terapeuta ocupacional. Algunas acciones posibles son:

- Contactar con un terapeuta ocupacional para analizar la actividad y hacer una planificación energética.

Una estrategia importante que usa el receptor del trasplante consiste en comparar el tiempo anterior al trasplante con el posterior. La confianza en uno mismo se fortalece para avanzar en la recuperación cuando se refleja la recuperación propia y cómo regresan de a poco la fuerza y la energía. **Al asistir al receptor de un trasplante a centrarse en los avances, usted le mejora la confianza en las habilidades propias y le da fuerza para que siga cuidándose.**

Las dificultades que existen se enumeran según lo que la persona puede hacer por sí misma y con qué cuidados se le puede ayudar. Examine qué estrategias de afrontamiento deben desarrollarse o revisarse. Las herramientas para promover la aceptación son:

- Determinar los recursos y obstáculos de la persona.
- Herramientas para gestionar la vida diaria
- Herramientas para influir en el comportamiento
- Contactar con un fisioterapeuta para trabajar con conciencia corporal, acupuntura, ejercicios relajantes o terapia de masajes.
- Contactar con un psicólogo para recibir terapia cognitivo-conductual y entrenamiento con atención plena.
- Aprender a vivir con imprevisibilidad e incertidumbre.
- Definir cuándo es apropiado iniciar intervenciones especiales o tratamiento farmacológico extendido.
- Determinar cuándo se requieren tratamientos avanzados.
- Hablar de una posible comunidad con otros receptores de trasplantes; para muchos, es sanador el intercambio con otras personas que están en situaciones similares.
- Tener un plan claro para todos los contactos: ¿cómo, cuándo y con quién?

Claves para mejorar la salud y el funcionamiento de la vida cotidiana del receptor del trasplante

Hay cuatro claves esenciales para mejorar la vida cotidiana del receptor de un trasplante. Estas se refuerzan en gran medida con la asistencia del personal sanitario.

Confianza

La confianza en la atención se desarrolla cuando a uno lo tratan como a una persona y no como a un paciente que solo está conectado a su órgano trasplantado. La confianza se desarrolla mediante una relación de atención constante y continua con el/la médico/a y el/la enfermero/a del trasplante. Ellos funcionan como un ancla, un punto central de contacto y un entrenador, y deben designarse para cada receptor de trasplante. La demostración de que el sistema de salud funciona en beneficio de la persona fomenta el máximo sentido de confianza.

Seguridad

La seguridad se refiere a la confianza del receptor en sí mismo, su capacidad para gestionar su existencia y la comprensión de lo que se requiere cuando uno es receptor de un trasplante. Uno de los aspectos más importantes para fortalecer la sensación de seguridad de una persona es reducir la incertidumbre y, como resultado, fortalecer la capacidad de actuar en diversas situaciones donde el trasplante y la medicación afectan la vida diaria.

Paciencia

Lleva tiempo adaptarse a la vida con un órgano trasplantado. La creación de una existencia con sentido con buenas rutinas de vida diaria y actividad física pueden mejorar la paciencia de la persona. También es importante tomar en serio los síntomas y efectos secundarios del receptor del trasplante, así como ser sensibles a los diversos miedos e incertidumbres. Establecer objetivos realistas para la vida diaria y evaluarlos por etapas pueden ayudar a fortalecer la paciencia. Cuando el camino se pone difícil, el enfermero desempeña un papel vital brindando apoyo y fomentando la perseverancia.

Fortaleza

Vivir con un órgano trasplantado requiere mucha fortaleza. Hable de los efectos secundarios del tratamiento inmunosupresor u otros medicamentos y preste especial atención a los efectos positivos. Es importante que la persona pueda hacer su trabajo o estudiar, aunque sea parcialmente.

Esta información está a disposición del público en general únicamente con fines informativos; no debe usarse para diagnosticar ni para tratar una afección o enfermedad. No pretende reemplazar la consulta con un profesional de atención de la salud. Consulte a un profesional de atención de la salud para obtener más orientación.



Photo: Shutterstock