

El personal de cures pal·liatives del Bernat Jaume de Figueres rep suport psicològic per "cuidar" l'exposició al dol

La psicooncòloga que atén pacients i famílies ofereix un espai per abordar la fatiga per compassió dels professionals

Cuidar els que cuiden en el tram final de la vida. Amb aquest objectiu, des de fa uns mesos els professionals de la Unitat de cures pal·liatives de l'Hospital d'Atenció Intermèdia (HAI) Bernat Jaume de Figueres reben suport psicològic. El servei, un espai de "ventilació emocional", l'ofereix la psicooncòloga de la Fundació Oncolliga, Victòria Comas, que des de fa anys atén pacients i famílies en aquest centre. "La fatiga per compassió és el preu que pagues per la satisfacció de la compassió, és a dir, perquè t'agrada la feina que fas, però això et pot provocar un cost personal", explica la directora, Esther Celda. El suport psicològic a familiars i pacients que encaren el final de la vida és quelcom que des de fa anys està instaurat en hospitals com el Bernat Jaume. Des de l'abril, però, també s'ofereix de forma oberta als professionals d'aquesta unitat de pal·liatius. "La Victòria, que fa l'abordatge amb pacients i amb les famílies durant tot el procés de malaltia i després, del dol, està present a les reunions d'equip que fem setmanalment", explica Celda. "Aquí és on ella va percebre que els professionals s'impactaven del dolor dels pacients i les famílies i que calia un espai com aquest", detalla la directora. A partir d'aquí es va decidir posar en marxa aquest espai de "ventilació" en sessions grupals que se celebren quinzenalment i que estan obertes a tothom. El projecte posa el focus en el concepte de la "fatiga per compassió". A diferència de l'anomenat 'burnout', que acostuma a estar motivat per l'estrès laboral o l'estructura del sistema, la fatiga per compassió neix del vincle directe amb la persona atesa i la seva família i de l'empatia generada amb el patiment de l'altre. En definitiva, implica que els professionals es poden veure "reflectits" en l'experiència de l'altre, sigui en el pacient o els fills, per experiències viscudes fa que s'enfrontin a situacions complexes. "Al final, els professionals també són persones", insisteix Celda. I tot i això, no és la unitat amb més baixes laborals. "És una feina molt dura, però és una feina que als professionals que la fan els agrada fer. No és habitual que es demani un canvi d'unitat. És com que hi ha una autoresponsabilitat, un assumir aquest dolor que t'emportes a casa o que et provoca un desgast", remarca la responsable del centre. Això sí, admet, quan n'hi ha, són "molt dures" i "llargues". La psicooncòloga explica que no hi ha un perfil específic ni uns casos que tinguin especial incidència. "Òbviament, quan hi ha menors implicats, tant si és el pacient com els petits de la família, sempre remou més el personal, però es basa més en la identificació", detalla Comas. "Potser és un senyor molt gran o una senyora molt gran, però m'identifico amb la filla, m'identifico amb la neta, m'identifico, em vinculo i penso, ostres, és ben bé el que vaig viure amb el meu pare", explica a tall d'exemple. A tot això, cal sumar-hi el pes de la pressió assistencial. A cures pal·liatives, l'acompanyament al final de la vida és una realitat diària. Des del gener fins al juny, el servei ha acompanyat a més d'un centenar de persones en aquest procés. I no és el mateix, remarca la Victòria, una setmana en què s'ha hagut de fer sedació a cinc persones que una en què s'ha hagut de fer en un cas. "Em trobo casos en què senten impacte perquè potser no són conscients del nombre de famílies que arriben a acompanyar", afirma la responsable de les sessions. A les sessions, el que es fa és proporcional als professionals un espai on poder parlar-ne, on veure que no estan sols en aquestes situacions, que hi ha altres companys que també ho viuen així i donar-los pautes "d'autocura". "Les pautes d'autocura moltes vegades les hem de fer en el nostre temps lliure, però sí que una cosa que remarco molt és no barrejar-ho amb el nostre oci", insisteix. També evitar crear "víctimes secundàries" perquè abordar-ho amb els fills o la parella, que poden no estar acostumats a situacions d'aquest tipus, Encendre una espelma, sortir a caminar o aturar-se a mirar el mar són alguns dels "rituals" per acomiadar-se i transitar l'exposició al dol. La metgessa de família Elvira Huerta fa més de 20 anys que exerceix en aquest servei. Diu que des que va començar tot ha canviat molt i que amb els anys ha anat adquirint aprenentatges i eines per gestionar aquestes situacions. "A mi

m'ajuda molt saber que són situacions molt complexes, on les persones pateixen molt i que tu ets el professional que les pots ajudar", afirma. Huerta recorda quan va començar a treballar-hi que a les entrevistes l'avisaven que aquí no s'hi curen malalties, però que es treballa per alleugerir-les. "Sentia una mica que érem els antimetges, no curàvem res. Però he après que se'ls pot ajudar molt", insisteix. Huerta admet que es viuen situacions molt complexes i que no és un fet puntual sinó habitual. Per això, creu que el fet de comptar amb una professional que doni eines al personal és molt important. "També el fet de tenir un grup en el qual veus que no estàs sol, que no ets el rar ni l'únic, sinó que estem tots al mateix vaixell", afegeix. A la unitat de cures pal·liatives, hi treballen entre els diferents torns de treball una vintena de persones i hi ha entre 10 i 15 pacients que hi estan permanentment ingressats, malgrat l'elevada rotació. A més del personal que hi ha al centre, la unitat disposa d'un equip PADES que fa domicilis i que està format per tres professionals i fa seguiment a entre 35 i 40 pacients. A més d'aquesta, el Bernat Jaume compta amb una unitat de llarga estada on s'atenen persones amb malalties o processos crònics en diferents nivells de dependència i complexitat; una unitat fundacional interdisciplinària especialitzada que dona suport a l'hospital d'aguts en la valoració i control de pacients geriàtrics amb complexitat i persones en situació de final de vida; una unitat de subaguts, una de convalsència i un hospital de dia.

Font del document:

<https://www.diaridegirona.cat/alt-emporda/2026/09/04/personal-cures-palliatives-bernat-jaume-133934942.html>