

ANNEX I. CONTACTE BASAL.

Vinculat al PRT-IN-46. Protocol d'Acompanyament al Final de la Vida.

Estimulació basal. Acompanyament en el darrer alè.

L'Estimulació Basal és l'estructura d'allò proper i obvi. Per a les persones en procés de mort, coses tan òbvies com el reconeixement del propi cos, realitzar accions conegudes, comunicar-se, o fins i tot la pròpia respiració, poden semblar-los estranyes, poc clares.

Hem de tenir en compte que algunes coses seran noves per la persona i li seran difícils de processar (alimentació per sonda, higiene corporal enllitats i realitzada per una tercera persona...) per la qual cosa, pensar i processar els serà difícil, així com també poder entendre i acceptar la nova situació. Serà des de l'estimulació basal, que es donarà estructura i un bon acompanyament comunicatiu en aquests aspectes de la nova situació de la persona.

Especialment al final de la nostra vida, definim la nostra persona a partir del nostre jo, és per aquest motiu, que el llenguatge verbal va perdent significat i la nostra comunicació es donarà a través de la respiració, la tensió muscular, la sudoració, els mínims moviments; cal doncs que en el nostre acompanyament ens centrem més en el contacte físic i deixem de banda donar informació verbal de manera excessiva.

Com més coses podem percebre amb els nostres sentits de tot el que ens passa, i del que succeeix al nostre entorn, més fàcil ens serà poder viure amb sentit; és per aquest motiu que necessitem tenir una referència clara del nostre cos durant tota la nostra vida.

En primer lloc són els sentits basals i corporals (ser tocat, percebre vibracions, percebre la gravetat, experimentar el moviment..) els que ens permeten percebre el nostre cos i els que són viscuts de forma agradable.

Aspectes a tenir en compte e l'hora d'establir el "contacte basal" amb la persona:

- Em preparo jo primerament pel contacte (com estic, com em sento, respiro de manera calmada..)
- Saludo de forma verbal la persona
- M'apropo a la zona de contacte que la persona accepta (normalment pot ser una mà, l'espatlla, el braç..). Aquest contacte ha de ser profund, amb la mà plana i tancada com si portés una manyopla, per tal que la persona prengui consciència.
- Tinc sempre present les reaccions de l'altra persona.
- Actuo des de l'aquí i ara, estic present únicament amb la persona.
- En la mesura del possible, em poso a l'alçada de la persona, evitant situar-me per damunt. Puc seure al seu costat, agafant-li la mà, i estant pendents del seu ritme respiratori.
- Evito demanar-li respostes " si tens calor, apreta'm la mà..."
- Finalitzo el contacte d'una manera clara i m'allunyo.

Aspectes a tenir en compte en la comunicació.

Comunicar vol dir "fer una cosa en comú", per tant es tracta de ser partícip, de formar-ne part... la nostra postura corporal, els nostres olors corporals, la nostra respiració (nerviosa, tranquil·la, emocionada, superficial...) donen informació a la persona i li transmeten calma, por, nerviosisme...això té conseqüències sobre la persona, si jo aconseguixo tenir una respiració més lenta, estaré més tranquil·la i li transmeto efecte a la persona. Una frase com "tot anirà bé, no tinguis por..." dita ràpidament just abans d'oferir un contacte físic ràpid i nerviós, transmet un missatge

negatiu a la persona, donant-li a entendre tot el contrari del que li expressem verbalment. Un gest respectuós, dirigit a la persona, com pot ser donar la mà, li pot transmetre seguretat.

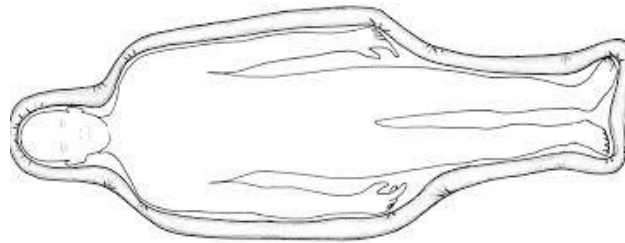
Aspectes a tenir en compte de l'entorn de la persona.

L'espai vital actual de la persona (habitació) ha de ser viscut de manera càlida i a partir d'objectes personals. És important que la llum, els estímuls auditius, i d'activitats exteriors li permetin experimentar el ritme de dia-nit. Cal ritualitzar les activitats quotidianes i s'han de poder orientar en la mesura del possible en aspectes de la sensobiografia de la persona.

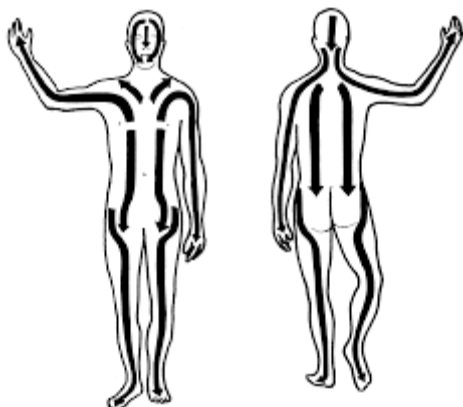
Aspectes a tenir en compte en l'enllitament.

Quan la persona està enllitada i es mostra molt tensa, sudorosa, li podem oferir una higiene (total o parcial) amb una infusió de menta; amb un contacte físic regular, que englobi la major part del cos possible, en la direcció del creixement del pèl (per exemple de l'espatlla a la mà.), realitzant un sol moviment, sense deixar de tenir contacte amb la persona. Les substàncies actives de la infusió ajuden a baixar la febre, estimulen la circulació sanguínia i relaxen i alleugeren el cos.

Un altre aspecte a tenir en compte és el poder posicionar la persona en posició "de niu", mitjançant el qual amb un rotllo de roba, una manta o llençol, marquem els límits corporals de la persona estirada (sobretot peus i cap). És important valorar aquesta proposta a partir de la reacció d'acceptació o rebuig de la persona.



Higiene relaxant:



Evidentment hem de tenir molt clar que no existeixen fórmules úniques per generalitzar l'atenció a la persona, no sempre hem d'oferir un massatge, ni hem de posicionar la persona en la posició niu pel sol fet d'acompanyar-la en els seus últims moments de la vida, ja que les circumstàncies especials, de context i anímiques de cadascú i sobretot les necessitats en aquest moment vital, són molt diverses i individuals.