

06/1

CuiDando - experiencia durante la pandemia en Portugal

Ana Filipa Guimarães,

Psicóloga.

Casa de Saúde Son João de Deus.

Barcelos. Portugal



En las últimas décadas, he observado un cambio estructural en la forma de ver a las personas con enfermedades mentales. Si hasta entonces nos fijábamos en la enfermedad, por la “extrañeza” que nos imponía el desconocimiento de la misma, ahora, con el avance de la ciencia, con el contacto más regular de la comunidad con este tema, nos fue posible empezar a ver más allá de la enfermedad, empezar a ver a la Persona.

Con esta ampliación de horizontes, es evidente que no basta con tratar los síntomas, y se ha podido pensar, diseñar y poner en práctica una variedad de servicios e intervenciones en todo el espectro biopsicosocial, con resultados eficaces en términos de calidad de vida. Entre estos servicios se encuentra **CuiDando**, una respuesta de proximidad, a domicilio, que, a través de un equipo multidisciplinar especializado en salud mental, trabaja sobre el modelo de gestión de casos, y promueve la estabilidad clínica y la integración socioprofesional de las personas con problemas de salud mental.

El modelo de intervención basado en la gestión de casos plantea algunos retos, desde el principio en la definición de los roles y funciones de cada técnico. En CuiDando, cada técnico tiene una formación básica diferente, lo que nos obliga a mirar a la persona a través de una lente particular.

Sin embargo, el modelo exige que los profesionales sean capaces de observar y evaluar de forma exhaustiva, identificando las necesidades mucho más allá de su formación básica.

Ser gestor de casos a domicilio nos sitúa en una posición privilegiada para conocer a la persona, de forma exhaustiva, en su contexto habitual.

La intervención que se lleva a cabo en el hogar, promueve un vínculo distinto, incluso diría que más estrecho, entre el técnico, el beneficiario y las personas significativas, en las diversas áreas de la vida: gestión de la salud (física y mental); inclusión social (vivienda, ingresos, participación en la comunidad); gestión familiar; ocupa-

cional (estructuración de rutinas, empleo o actividades útiles) y espiritual. No es excesivo decir que en un momento dado somos efectivamente personas de referencia en las que los beneficiarios depositan su confianza, buscando nuestro apoyo para resolver los más variados problemas, no siempre relacionados con la salud. Así, a menudo sin ninguna otra red de apoyo, el equipo de CuiDando lanza el primer hilo de contacto, que luego extiende a la comunidad.

Sin embargo, el 8 de marzo de 2020, el **Instituto San Juan de Dios - Barcelos** y luego el país (Portugal) se detuvo. Era como un anuncio de una “guerra” que se avecinaba. La llamada era al recogimiento, a la reflexión sobre qué hacer y cómo actuar para minimizar el impacto de lo que se sabía que iba a llegar.

Al formar parte del grupo operativo encargado de diseñar y poner en marcha el plan de contingencia interno de Covid-19, había una conciencia muy clara de los riesgos.

En la actuación de CuiDando, el riesgo era aún mayor. Si en el centro asistencial gestionamos los contactos y los posibles medios de contagio, en los hogares de los beneficiarios esto no fue posible. Además, existía el riesgo de convertirse en un vehículo de contagio entre hogares. Por otro lado, sabemos que las enfermedades mentales graves son muy sensibles al estrés.

Si la población en general entrara en pánico, seguramente la ansiedad se apoderaría de ellos y también estaría en juego gran parte de lo que se había logrado en los procesos de rehabilitación. En definitiva, consideramos que no sería seguro en esta fase de incertidumbre mantener el servicio funcionando de la misma manera, pero el “**distanciamiento social**” aconsejado en las primeras semanas no podía producirse.

La angustia era grande, sobre todo porque los miembros del equipo también trabajan en unidades para enfermos crónicos, de modo que cualquier paso incierto podría poner en peligro a decenas de personas frágiles. Incluso en

esta etapa, la falta de equipamiento de protección individual era una realidad, lo que hacía que toda la situación fuera aún más aterradora. La confrontación con nuestras debilidades era ahora una realidad.

A estas alturas, reafirmo toda mi admiración por los Hermanos y los profesionales que trabajan en condiciones muy diferentes a las que tenemos normalmente. De forma ingenua, me acordé de todos los que trabajaban durante la crisis del ébola, y de cómo en aquel momento lo veíamos como una realidad tan lejana.

La hospitalidad, más que nunca, fue la fuerza motriz y lo que guió nuestras decisiones, no sólo en el interior, sino también en el exterior. La hospitalidad no sólo como

“Una simple acogida del huésped, sino más bien como una ‘inclusión’ radical del huésped en la propia rueda de tareas del anfitrión, en su tutela frente a los enemigos, en su protección, en su profundo respeto existencial, en el cuidado de su persona frente a todas las necesidades posibles”.

Era el momento de actuar. Empezamos por ponernos en contacto con los beneficiarios para realizar un ejercicio de psicoeducación, primero para desmitificar algunas ideas sobre este nuevo virus, y luego para transmitir estrategias que permitieran a la gente mantenerse a salvo. En estos contactos nos dimos cuenta de que la gente también estaba demasiado asustada para recibirnos, por lo que el contacto por teléfono o videollamada era bienvenido.

Con el material de protección ya disponible, fue posible conseguir un contacto más cercano, en esta etapa el clima también ayudó. Empezamos a hacer visitas fuera de las casas, con equipamiento de protección individual que cambiábamos en cada visita. En mi cabeza ponía el disco:

Experiencias

LH n.334

“No te sientes; no toques nada ni a nadie; mantén la distancia”.

La preparación de la medicación, que se daba en algunos casos, era siempre un momento delicado, en el que se tocaba y luego se decía:

“Y si...”.

Con el tiempo y con la vacunación, hemos suavizado las medidas, pero seguimos llevando mascarilla. Hay personas que reconozco por su forma de andar, por su expresión verbal, pero desde luego, si me cruzo con ellas por la calle, sin máscara, será difícil reconocer su rostro. La pandemia nos quitó algunas cosas, es cierto, pero no nos lo quitó todo.

En CuiDando, logramos superar esto sin perder una vida por el virus, sin hospitalizaciones agudas por descompensación. Siento que salimos fortalecidos y con una percepción por parte de los beneficiarios de que somos una respuesta y un apoyo en los momentos más delicados. Incluso creo que estos momentos de crisis vinieron a reforzar nuestro sentido de la misión y el compromiso de ¡Hacer el bien, bien hecho!
