

Blog FECEC

Junts contra el Càncer

(<https://www.juntscontraelcancer.cat/blog/>)

f (https://www.facebook.com/juntscontraelcancer)
YouTube (https://www.youtube.com/juntscontraelcancer)

FECEC

Junts contra el càncer

Suport emocional online en temps de coronavirus

© 28 d'abril de 2020 (<https://www.juntscontraelcancer.cat/blog/suport-emocional-online-en-temps-de-coronavirus/>) 📁 General

(<https://www.juntscontraelcancer.cat/blog/category/general/>)

g+



(<http://www.juntscontraelcancer.cat/blog/wp-content/uploads/2020/04/suport-emocional-online.jpg>)

La crisi del COVID-19 ha suposat la reorganització dels serveis que ofereixen les entitats de la FECEC. Per això, una de les prioritats de les entitats, i de la pròpia federació, ha estat la de seguir les indicacions de l'estat d'alarma del Departament de Salut de la Generalitat amb la suspensió d'aquelles activitats que requerissin presència física i l'adaptació dels serveis per via telemàtica.

Entre els serveis bàsics que ofereixen les entitats de la FECEC hi ha el suport psicooncològic, el suport emocional i els Gups d'Ajuda Mútua que s'han hagut d'adaptar a canals online. Aquest tipus de serveis, que ofereixen des de les entitats de la FECEC, atenen bàsicament, persones amb malaltia oncològica i familiars, així com també a persones en situació de dol.

Tres entitats de la Federació, Fundació Kàlida, Oncolliga Girona i la Fundació Oncolliga, expliquen com han hagut d'estructurar el servei de suport emocional online i de quina manera atenen les persones que el demanden.

Per oferir aquest tipus d'atenció a pacients amb càncer de suport emocional i d'atenció social totes les entitats compten amb equips de professionals de l'àmbit de la psicooncologia i del treball social, respectivament.

Els pacients poden demanar cita individual amb les professionals de l'equip segons el tipus de suport que necessiten: social, pràctic o emocional.

La necessitat d'escolta, l'adaptació a la situació d'aïllament i solitud, la gestió del dia a dia, les pautes d'autocura o la gestió de la informació, són les preocupacions i necessitats més recurrents en què es troben les entitats. Les demandes, doncs, es mouen en un ventall d'opcions, des de la por a haver d'anar a l'hospital per fer tractament i proves i, per tant, l'exposició i risc de contagi de la Covid-19, fins al malestar que suposa el fet d'haver d'estar a casa i no poder gaudir del dia a dia tal com ho feien abans del confinament.

“Sobretot hi ha por a què no es rebi el tractament o la intervenció quirúrgica que molts pacients encara tenen pendents”, diu Sara Garcia, Coordinadora i psicooncòloga del Centre Kàlida Sant Pau.

Sobre aquest aspecte, Carme Ventura, psicooncòloga d'Oncolliga Girona afegeix que hi ha pacients que han de ser intervinguts i tot i que tenen data d'intervenció viuen amb la incertesa de si se'ls hi canviarà la data.

I és que les persones amb càncer són un dels col·lectius de risc. *“Aquestes preocupacions s'agreugen per la situació de Covid -19, tant per la por a contraure la malaltia com per les dificultats de gestionar la pèrdua d'aquells familiars o coneguts que han mort per aquesta malaltia”,* afegeix la Coordinadora assistencial i psicooncòloga de la Fundació Oncolliga, Núria Ferrer.

Excepcionalment, algunes d'aquestes entitats, com Oncolliga Girona, també atenen persones amb Covid-19 o familiars de persones amb Covid-19, sota demanda dels hospitals.

“L'atenció es fa per WhatsApp, trucada, videotrucada (wtzp, zoom, Skype) i en algun cas puntual per e-mail, depenent de cada persona”, explica Ventura.

Segons la psicooncòloga d'Oncolliga Girona, la major part dels pacients necessiten sentir-se escoltats, saber que estan cuidats tan física com psicològicament i que se'ls està fent un seguiment.

En aquests casos, els professionals, després d'haver validat el tipus de sentiments dels pacients i haver-los assessorat ajudant-los a buscar alternatives viables perquè resolguin el conflicte i normalitzin els símptomes, ofereixen recursos d'afrontament per portar la situació de la millor manera possible.

“Proporcionem tècniques de respiració i relaxació, fem enviament de suport d’audiovisuals, enllaços i lectures per a cada cas”, especifica Carme Ventura. Afegeix: “Respecte a la informació, se’ls recorda que busquin fonts fiables i que confiïn amb els professionals sanitaris per a la resolució de possibles dubtes”.

A banda del suport emocional, les entitats també han hagut de transformar les activitats que feien presencials a un format digital, com per exemple, Fundació Oncolliga que ofereix serveis i recursos on-line, i vídeos d’exercicis dels tallers que es realitzen a l’entitat o la Fundació Kàlida que dóna l’opció de poder inscriure’s a les activitats grupals de relaxació, artteràpia, ioga o taller de nutrició i també dóna l’opció de continuar amb la teràpia grupal de suport emocional que ja estava en marxa abans del confinament.

Per a moltes entitats, aquesta és la primera vegada que utilitzen aquest format per donar suport a les persones que conviuen amb el càncer i la seva posada en marxa, en alguns casos, no ha estat fàcil. *“Es tracta d’una mesura excepcional per poder continuar oferint aquest suport però no és la òptima pel sobreesforç i les limitacions tècniques que comporta”,* diu la coordinadora assistencial de la Fundació Oncolliga,

Tot i que les tres entitats coincideixen en dir que no es pot substituir la presència física perquè la comunicació no és la mateixa i es perd molta informació no verbal i d’acompanyament, la valoració és positiva.

“Més enllà del repte que ha suposat l’activació de tot aquest servei, ho valorem com una experiència enriquidora que dona valor i sentit al nostre propòsit com a entitat en el moment actual que ens trobem, ja que ens permet continuar al costat de persones que necessiten encara més el suport que els oferim”, remarca la coordinadora del Centre Kàlida Sant Pau.

El cas d’Oncolliga Girona és similar. *“L’experiència al principi va costar una mica, tant per part nostra com per part dels pacients, però, amb el pas de temps, pensem que és una bona experiència, ja que es pot continuar acompanyant i atenent a les persones, sense que el confinament ho impedeixi”,* destaca Carme Ventura.

Autor: Laura Morral – Comunicació FECEC