

Protocol breu d'atenció de pacient i família en situació d'últims dies (SUD) en el context de COVID-19

1. **Identifica el teu estat emocional** abans de realitzar qualsevol acció. La respiració ajuda a calmar l'angoixa i l'estrès. És important poder estar relaxat quan realitzem intervencions en situacions d'elevat impacte emocional.
2. Repassa amb l'equip la **història clínica i les voluntats anticipades** del pacient (en cas que en tingui o s'hagi pogut explorar) i consensua amb l'equip què dir al pacient i la família. Si no et veus en cor d'afrontar tu sol la situació, demana ajuda als companys o sinó delega.
3. Recorda que les decisions sobre la Limitació d'Esforços Terapèutics (LET) s'han de prendre de manera multidisciplinària i conjuntament amb pacient i família.
4. **Informa** a pacient i família la situació d'últims dies:
 - a. Utilitza un context el més adequat possible (tranquil, segur, calm).
 - b. Explora què sap el pacient i els familiars i indaga què necessiten saber.
 - c. Comparteix la informació acceptant que serà difícil i dur. El xoc emocional és inevitable.
5. **Comunica** de manera clara i senzilla la informació:
 - a. Valida el que s'expressa però també allò que no està sent dit, sentiments i les necessitats. No jutgem, no som insensibles a les emocions dels altres.
 - b. Escolta de manera activa, en presència. La ment ha d'estar en el moment present, no en els nostres pensaments.
 - c. Empatitza sense judici. Som persones i totes patim.
 - d. Accepta i respon a reaccions emocionals (el silenci és clau per poder fer entendre a la persona que pot expressar la seva emoció).
 - e. Reforça centrant l'atenció en les habilitats i punts forts de la persona, en tot allò positiu que pots veure d'ella/s.
 - f. Pregunta de manera oberta i/o focalitzada: "Què és el que més us preocupa en aquests moments? Què creieu que podem fer per ajudar-vos?"
6. **Planifica i dona informació de l'evolució** dels fets. Informar de tractament i de possibles símptomes que puguin aparèixer i de què li pot passar al pacient. Els familiars no podran ser-hi presents però saber què li ocorre al pacient els pot ajudar a reduir l'angoixa.
7. **Afavoreix el comiat** del pacient amb la família per preservar la higiene del dol. Planteja la possibilitat d'utilitzar eines telemàtiques (telèfon, videoconferència...) per a que els familiars puguin acomiadar-se.

8. Informa a la família dels **tràmits posteriors a l'èxitus** i de quin procediment es durà a terme postmortem, tenint en compte l'excepcionalitat i les restriccions de la situació.
9. Després de la intervenció, **comparteix les teves impressions** amb l'equip: com ha anat? Com ha reaccionat la família? Quins objectius us plantegeu? Caldrà derivar a altres professionals? Aprofita també per expressar com t'has sentit i què et preocupa.
10. Si necessites recolzament, **posa't en contacte amb l'equip d'assistència psicològica EAPS**, ja sigui per la pròpia gestió emocional, com per resoldre dubtes sobre la intervenció i l'acompanyament en situació de final de vida i gestió del procés de dol (atencioprofessionals@fundaciohospital.org)