

Cursos Online

Formación en el ámbito
de la enfermedad avanzada
y el final de vida

Dr. Juan Carlos Trallero

www.finaldevida.com

jctrallero@finaldevida.com

Presentación

Hay mucho desconocimiento y mucho miedo acerca de todo lo que tiene que ver con la atención de la enfermedad avanzada y la muerte. Pero al mismo tiempo hay un enorme interés por saber, por adentrarse en temas difíciles pero ineludibles, que afectan a lo más profundo de cada persona, y por escuchar voces que hablen desde la experiencia y el conocimiento, y lo hagan de forma inteligible, asequible y cercana.

Mi larga experiencia en acompañar en el final de la vida no solo como médico de cuidados paliativos sino liderando proyectos tanto asistenciales como sociales es la que me proporciona el bagaje desde el cual compartir lo aprendido y vivido a través de la palabra escrita (artículos, libros) o mediante la formación.

Hablar sobre aquello que tememos es el primer paso para reducir nuestros miedos. Entender qué pasa, comprender por qué pasa, y acercarse a temas tan delicados como la enfermedad avanzada, el sufrimiento o la muerte desde nuestra propia reflexión personal y no sobre lo que nos cuentan o imaginamos resulta liberador y nos hace crecer como seres humanos.

Ese es el objetivo de mis propuestas formativas, que cualquier persona con ganas de aprender y avanzar, sea cual sea su ámbito profesional (porque los temas tratados son universales) y su punto de partida y perspectiva, pueda obtener conocimientos y recursos que le sean de ayuda en su maduración personal.

La tecnología nos da la oportunidad de conectarnos a distancia y realizar esta formación online, una nueva herramienta que ha irrumpido para quedarse.

Los cursos que presento en este documento están dirigidos a cualquier tipo de público adulto, empleando un lenguaje comprensible y alejado de los tecnicismos. Porque todos somos personas multidimensionales con una salud de la que ocuparnos, con pérdidas vividas y aún por vivir, con una idea de la finitud con la que hemos de convivir, y porque todos hemos sido, somos o algún día seremos acompañantes de enfermos o enfermos acompañados, cuidadores de enfermos o enfermos cuidados.

Temario

Ciclo: Saber estar en la enfermedad avanzada y en la muerte

Comprender lo que significa y cómo se vive una enfermedad amenazante para la vida en nuestro contexto, saber acompañar y saber comunicarse desde una visión integral de la salud que abarca todas las dimensiones de la persona incluida la espiritual, y entender las vivencias de pérdida y duelo, no solo nos puede ayudar a saber estar al lado de quien sufre, sino que nos servirán para crecer y madurar como personas y ser capaces de afrontar mejor nuestras adversidades en forma de enfermedad, de dependencia, o de la misma muerte.

En este curso haremos un recorrido por todos estos temas de modo que el alumno pueda adquirir visión, conocimiento y herramientas para poder acompañar a quien sufre y al mismo tiempo integrar todo lo aprendido en su propia persona y hacerlo reflexivamente.

MÓDULO 1: ENFERMEDAD Y MUERTE EN NUESTRA SOCIEDAD DEL SIGLO XXI

- Aproximación a la historia de la muerte en occidente
- El contexto actual ante la muerte
- La actitud ante el envejecimiento
- Cuidados Paliativos y otros conceptos básicos al final de la vida
- El concepto de dignidad. La compleja toma de decisiones
- Dilemas éticos

MÓDULO 2: APRENDER A COMUNICARSE EN CONTEXTO DE ENFERMEDAD

- Fundamentos de la comunicación en contexto de enfermedad
- Los efectos secundarios de la buena y de la mala comunicación
- La soledad del enfermo. El pacto de silencio
- Conversaciones difíciles y malas noticias
- La comunicación intrafamiliar
- La comunicación con los niños

MÓDULO 3: ACOMPAÑAR Y CUIDAR EN EL SUFRIMIENTO Y AL FINAL DE LA VIDA

- Concepto de acompañar. Objetivos. Actitudes necesarias
- El autoconocimiento y la gestión emocional
- Los temores y dificultades del acompañante
- Situaciones especiales: acompañar al enfermo de cáncer
- Situaciones especiales: acompañar al final de la vida
- Saber cuidar y saber dejarse cuidar

MÓDULO 4: PÉRDIDAS Y DUELO

- Pérdidas y sufrimiento
- Conceptos básicos sobre el proceso de duelo. Fases
- Los duelos propios y las pérdidas propias
- Nuestro posicionamiento ante la muerte
- El duelo anticipado. Prevención del duelo complicado
- Cómo acompañar en el duelo. Necesidades del doliente

MÓDULO 5: ESPIRITUALIDAD Y SALUD

- Conceptos. El ser humano multidimensional
- Trascendencia y misterio
- Autoconocimiento, biografía y espiritualidad
- El flujo de la vida
- Espiritualidad, salud, enfermedad y muerte
- Bases del acompañamiento espiritual al enfermo

MÓDULO 6: DECIDIR SOBRE LA SALUD CON SENTIDO

- Biografía como instrumento de crecimiento personal
- Sufrimiento y condición humana
- Nuestras experiencias de sufrimiento. Aprendizajes de las crisis
- Prioridades y sentido de la propia vida
- El Documento de Voluntades Anticipadas
- Tomar decisiones (de salud) integrando prioridades y sentido

Metodología

Cada módulo constará de seis sesiones de 2 horas cada una, a ritmo de una por semana, y una séptima adicional de recapitulación y diálogo sobre las cuestiones que hayan aparecido durante la formación, hasta un total de 14 horas.

Los módulos son independientes unos de otros. Cada alumno puede inscribirse en el o los módulos que prefiera y pueden hacerse en el orden que se desee, aunque dependiendo del punto de partida de cada uno puede ser recomendable realizar el módulo 1 en primer lugar.

Las sesiones se impartirán online en directo. Cada sesión constará de exposición de contenidos (con soporte en pwp) y espacio para diálogo y preguntas. Las sesiones serán grabadas y se dará a los alumnos acceso a las grabaciones.

La información detallada de cada curso, así como el calendario previsto y el formulario de inscripción, podrán encontrarse en la web (www.finaldevida.com).

El periodo de inscripción a cada curso se abrirá con un mes de antelación al inicio del mismo. La inscripción quedará formalizada al abonar el importe por módulo (165€). Las plazas por curso serán limitadas.

Para recibir información sobre las fechas de los cursos y las novedades, inscribirse en la web.

Ciclo: *Libros, enfermedad y muerte*

La literatura nos proporciona un canal muy válido de acercamiento a temas profundos, como son los relacionados con la enfermedad y la muerte. Diversos autores nos conmueven, nos generan impacto, y nos estimulan a reflexionar sobre todo ello, a través de la ficción, o del relato de experiencias reales, o del ensayo.

En cada uno de estos cursos utilizaremos un libro como base para reflexionar juntos acerca de los contenidos, las escenas, las ideas, los personajes, en clave de aprender más sobre las situaciones de enfermedad avanzada o de final de vida y avanzar en nuestra maduración personal al respecto, en beneficio de todas aquellas personas a las que acompañaremos, y por nosotros mismos.

PRÓXIMOS CURSOS Y LIBROS PREVISTOS

- ***Némesis (Philip Roth)***

Una extraordinaria novela sobre el miedo a la enfermedad y la muerte durante una epidemia.

- ***La muerte de Ivan Ilich (Leo Tolstoi)***

El gran clásico sobre la conspiración de silencio y la negación social de la muerte.

- ***Sendino se muere (Pablo d'Ors)***

El relato de un acompañamiento de final de vida en medio de la aceptación.

- ***Martes con mi viejo profesor (Mitch Albom)***

Una gran lección de cómo vivir, aceptar y trascender el sufrimiento.

- ***El oscuro camino hacia la luz (Joan Carles Trallero)***

Una novela sobre la soledad del enfermo en nuestra sociedad.

Metodología

Cada curso constará de tres sesiones de dos horas cada una, a ritmo de una sesión por semana, para un total de seis horas. Las sesiones se impartirán online en directo.

La lectura completa de cada libro será recomendable pero no obligatoria para seguir y aprovechar el curso. Se explicará un resumen de la obra así como una contextualización de la misma y se emplearán breves citas significativas para el trabajo grupal.

La información detallada de cada curso, así como el calendario previsto y el formulario de inscripción, podrán encontrarse en la web (www.finaldevida.com).

El periodo de inscripción a cada curso se abrirá con un mes de antelación al inicio del mismo. La inscripción quedará formalizada al abonar el importe por módulo (75€). Las plazas por curso serán limitadas.

Para recibir información sobre las fechas de los cursos y las novedades, inscribirse en la web.

Otros cursos

Biografía, sufrimiento y sentido

Revisar la propia biografía con una mirada comprensiva puede resultar útil para conocernos mejor y para identificar a qué hemos dado prioridad. Todos hemos sufrido situaciones que han afectado a nuestra salud o a la de las personas que más nos importan, o hemos vivido experiencias amenazantes como la reciente pandemia.

¿Cómo nos han impactado? ¿Qué hemos aprendido? ¿Cómo podemos trabajarlo para poder acompañarnos mejor y para tomar nuestras propias decisiones?

Estas y otras cuestiones relacionadas centrarán la tarea que desarrollaremos entre todos, compartiendo vivencias y reflexiones que nos ayuden a alcanzar los objetivos.

CONTENIDOS

- **Sesión 1:** Biografía, información y toma de conciencia
Predisposición al cambio. Sentirme escuchado
- **Sesión 2:** Sufrimiento, responsabilidad individual y actitud
Confianza en el cambio. Sentirme validado
- **Sesión 3:** Sentido, toma de decisiones y prioridades
Integrar el cambio. Sentirme sostenido
- **Sesión 4:** Síntesis del trabajo realizado

METODOLOGÍA

Cada curso constará de 4 sesiones de 3 horas cada una para un total de 12 horas. Las sesiones se impartirán online en directo. El trabajo será en todo momento grupal y dialogado, alternando exposiciones teóricas con ejercicios prácticos y puestas en común.

La información detallada del curso, así como el calendario previsto y el formulario de inscripción, podrán encontrarse en la web (www.finaldevida.com).

El periodo de inscripción se abrirá aproximadamente un mes antes del inicio del curso. La inscripción quedará formalizada al abonar el importe del curso (175€). Las plazas por curso serán limitadas.

Para recibir información sobre las fechas de los cursos y las novedades, inscribirse en la web.