

DECÁLOGO DE INICIATIVAS

para resolver las necesidades de las personas con **DOLOR CRÓNICO**



1

ESTABLECER UNA COMUNICACIÓN PACIENTE-PROFESIONAL EFICAZ

La comunicación debe ser horizontal, fluida y personalizada, con posibilidad de realizarse mediante herramientas telemáticas. Se propone formar al profesional en habilidades de entrevista clínica, además de crear espacios de información y canales para que las personas con dolor crónico y su entorno puedan expresar dudas y temores.



2

VELAR POR LA INTIMIDAD Y EL CONFORT DEL PACIENTE

Crear estrategias para concienciar sobre la necesidad de mantener un ambiente de confianza en el que se respete la intimidad de la persona. Promover medidas que garanticen el confort del paciente, identificar posibles causas de riesgo de pérdida de confianza, intimidad y confort, y realizar acciones encaminadas a resolverlas.



3

VALORAR MULTIDIMENSIONALMENTE A LA PERSONA

Valorar, además de la intensidad del dolor, la funcionalidad y la repercusión de la enfermedad en las diferentes esferas de la vida del paciente. Utilizar escalas multidimensionales y otras herramientas para evaluar la calidad de vida de la persona con dolor, teniendo en cuenta el impacto de la enfermedad y su tratamiento.



4

CAPACITAR A LA PERSONA CON DOLOR CRÓNICO

Empoderar a la persona para hacerle protagonista en el correcto cuidado y gestión de su salud. Complementariamente, facilitar a las personas que padecen dolor crónico un procedimiento para compartir su aprendizaje con otros potenciando la figura del paciente experto en dolor.



5

PERSONALIZAR EL TRATAMIENTO

Hacer copartícipes a los pacientes en su proceso de tratamiento no farmacológico y farmacológico, considerando todas las opciones terapéuticas, los beneficios y los riesgos, el pronóstico de su enfermedad y su evolución. Establecer objetivos comunes y realistas de mejora y corresponsabilizar a la persona de su salud. Implicar al paciente mediante la toma de decisiones conjunta, el compromiso terapéutico y la formación para afrontar situaciones vitales adversas. Cada paciente debe poder consensuar su tratamiento y cuidados considerando el impacto que estos tendrán y sus expectativas de vida.



6

PROMOVER LA IMPLICACIÓN DEL ENTORNO DE LA PERSONA

Fomentar que el entorno del paciente sea partícipe de su proceso de salud. Impulsar la integración del entorno de la persona en el abordaje del dolor para facilitar su comprensión y transmitir al paciente el sentimiento de estar acompañado.



7

CUIDAR AL CUIDADOR

Atender y facultar a la familia y a los cuidadores, así como valorar el riesgo de cansancio asociado a la asistencia a la persona con dolor. Impulsar estrategias de apoyo y herramientas para capacitar al cuidador y a las personas del entorno del paciente, considerando su situación y necesidades psicosociales.



8

CUIDAR AL PROFESIONAL COMO AGENTE DE HUMANIZACIÓN

Valorar el desempeño del profesional y facilitar que los pacientes puedan expresar su agradecimiento y mostrar también su apoyo a los cuidadores, incluidos los profesionales sanitarios y no sanitarios. Establecer puntos de referencia para profesionales donde se faciliten recursos para asegurar su motivación y su bienestar.



9

CAPACITAR AL PROFESIONAL EN HABILIDADES RELACIONALES

Potenciar estrategias de humanización sanitaria y técnicas de comunicación motivacional. Entrenar al profesional para atender holísticamente a la persona con dolor, aportando apoyo emocional y espiritual.



10

SENSIBILIZAR A LA SOCIEDAD

Crear conciencia sobre la enfermedad y el estigma que sufren las personas que padecen dolor crónico. Realizar acciones conjuntas implicando a agentes sociales y económicos, a pacientes y su entorno y a profesionales para compartir con la sociedad la experiencia de la vida con dolor crónico.

