

## PRESENTACIÓN DE CANDIDATURA: PROGRAMA DE MEJORA DE LA EXPERIENCIA DEL PACIENTE EN EL HOSPITAL DE DÍA ONCOHEMATOLÓGICO DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO DEL HENARES JUNTO LA FUNDACIÓN DIVERSIÓN SOLIDARIA

### RESUMEN EJECUTIVO DEL PROYECTO

Desde el mes de abril de 2022, se viene realizando un programa de experiencias basadas en las emociones positivas que generan ciertas actividades de ocio en los pacientes que están ingresados en el Hospital de Día Oncohematológico del Hospital Universitario del Henares gracias al convenio firmado entre la Fundación Diversión Solidaria y la consejería de Sanidad para el desarrollo de estas actividades en el Hospital Universitario del Henares.

Los Hospitales de Día son espacios destinados a pacientes con un diagnóstico que les permite recibir su tratamiento sin necesidad de ser hospitalizados. A menudo, estos tratamientos requieren que el paciente permanezca varias horas en un mismo espacio junto a otros pacientes sin poder desarrollar ningún tipo de actividad. Por este motivo, y en un momento en el que estamos asistiendo a un proceso de humanización de la sanidad que contempla no solo el cuidado físico de los pacientes sino también el cuidado emocional en los procesos de recuperación y de tratamiento, favorecer la creación de espacios donde la percepción del entorno físico y del tiempo que se transcurre en ellos sea percibido de una manera más positiva, cobra una necesidad especial.



Por este motivo, decidimos, el año pasado, poner en marcha este programa con el objetivo de poder ofrecer en estos espacios actividades que potencien el bienestar de los pacientes y su red social, de manera que puedan afrontar esta nueva situación desde una perspectiva más positiva.

El programa, actualmente, se ofrece en el Hospital de Día Oncohematológico del Hospital Universitario del Henares de Madrid de forma semanal y ofrece cada semana diferentes actividades de ocio que emociona: Intervención asistida con animales, musicoterapia, improvisación, arteterapia, oratoria...

Todas las actuaciones se realizan de forma individual con cada uno de los pacientes que deseen participar. En todo momento es posible adaptar las sesiones y actividades a las necesidades de los pacientes, al funcionamiento de la unidad y a la estructura física del entorno. Estas actividades se realizan de manera alterna, llevando a cabo una programación previa consensuada con el hospital.

Tras un año de programa, el resultado en los pacientes y en los profesionales ha sido excelente. Los profesionales, enfermeras y oncólogas, muestran una gran predisposición a continuar con el programa y los pacientes nos comunican la alegría de participar en estas experiencias.

## DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA CANDIDATURA

### Justificación

En una sociedad donde la salud emocional adquiere cada vez más importancia y en una enfermedad como el cáncer donde el aspecto psicológico del paciente sufre de manera especial, fundamentalmente por el gran miedo que existe hacia la enfermedad, cuidar las emociones cobra especial importancia.

Los pacientes pasan mucho tiempo en los Hospitales de Día Oncohematológicos, a veces solos, a veces acompañados, pero sin una gran actividad para realizar durante el tratamiento: pueden leer, hacer pasatiempos, o trabajar con su ordenador portátil, pero la mayor parte del tiempo, están durmiendo o preocupados por la evolución de su enfermedad.

Desde el año 2010, la Asociación Española contra el Cáncer ofrece apoyo psicológico a los pacientes que lo requieren, pero desde el Comité de Calidad Percibida y Humanización, vimos la necesidad de incluir algún programa de entretenimiento más activo en esa área. Se lo propusimos a la Fundación Diversión Solidaria, con la que había alguna experiencia previa, y el resultado ha sido extraordinario.

### Desarrollo y ejecución

Se han escogido cuatro disciplinas de ocio: Intervención Asistida con Animales, Musicoterapia, Improvisación y Oratoria, y Arteterapia. Las cuatro disciplinas escogidas lo han sido porque tanto entidad como hospital han creído ser las más adecuadas y óptimas para trabajar la mente y el alma de los pacientes. Humanizar significa hacer humano, familiar y afable a alguien algo. Estas disciplinas cumplen este primer objetivo, pero también ayudan a reducir el estrés, la tensión y la ansiedad del paciente en un momento de especial vulnerabilidad.

La música por ser no solo una herramienta eficaz, sino también apta para cualquier persona por la gran variedad de diferentes actuaciones que se pueden acometer (activa, pasiva...). La musicoterapia ayuda a reducir el dolor del paciente, así como los efectos secundarios de los tratamientos. Mejora la calidad de vida y facilita la expresión de emociones, inquietudes y miedos y favorece la comunicación. Reduce la ansiedad y el estrés y mejora el sueño.

La Arteterapia porque ayuda a canalizar las capacidades creativas y transformarlas en una herramienta de gestión de situaciones y emociones. Además, facilita la gestión del estrés, favorece la autoestima y la sensación de control.



Paciente que dio permiso para difundir esta fotografía durante una sesión.

Las intervenciones asistidas con animales, y en concreto perros, por la capacidad que tienen para reducir el estrés y favorecer la actuación de médicos y terapias, eliminando resistencias y estimulando a los pacientes de forma que sean capaces de afrontar con más ánimo y fuerza sus tratamientos.

Y el poder de la improvisación y la oratoria que ayuda, sin duda, a relacionarse y expresarse. Además, trabajamos la capacidad de ser más flexible y nos ayuda a vivir el presente. De la improvisación siempre pueden surgir nuevas oportunidades.

Todas las actuaciones se realizan de forma individual con cada uno de los pacientes que desee participar. En todo momento es posible adaptar las sesiones y actividades a las necesidades de los pacientes, al funcionamiento de la unidad y a la estructura física del entorno. Estas actividades se realizan de manera alterna, llevando a cabo una programación previa consensuada con el hospital.

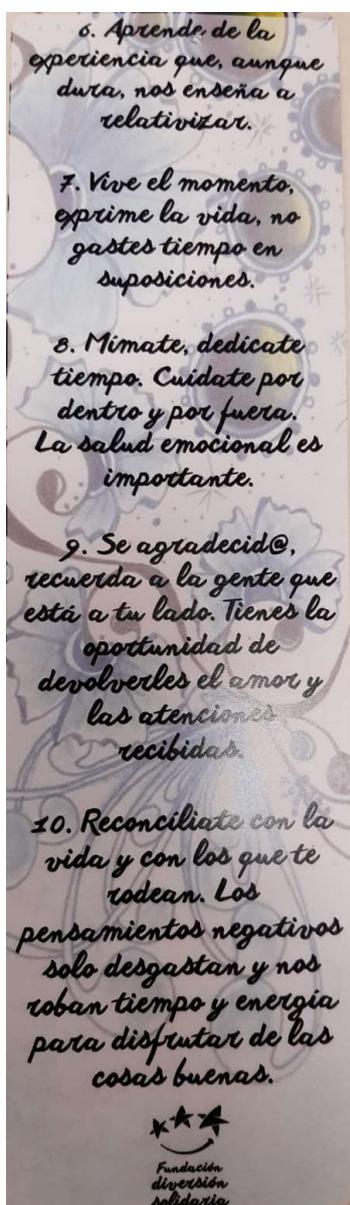
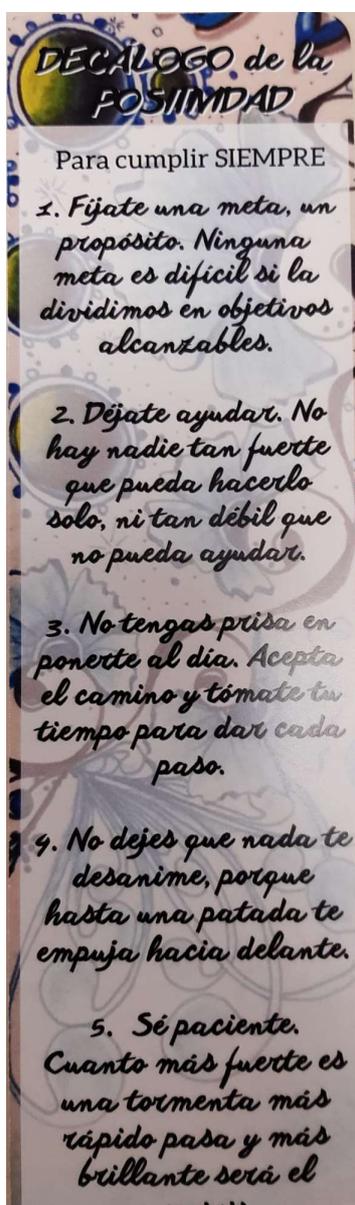
## Objetivos

El objeto de las actividades enmarcadas dentro del programa de ocio del Hospital Universitario del Henares y la Fundación Diversión Solidaria se sustenta en los siguientes pilares/objetivos:

- Favorecer la habituación al entorno hospitalario/sanitario y/o positivización de la experiencia hospitalaria desde un abordaje amable.
- Generar un espacio donde fomentar la vivencia de experiencias positivas y diversión.
- Desarrollo de herramientas para la gestión del estrés y la ansiedad durante los tratamientos.
- Controlar los pensamientos disruptivos que pueden darse durante los diferentes tratamientos y favorecer habilidades de afrontamiento de las diferentes emociones que puedan surgir desde la conexión con nuestros sentidos.

- Favorecer la consciencia con las sensaciones presentes derivadas de los sentidos, ayudando así a desfocalizar de la percepción del dolor o malestar por unos minutos.
- Mejorar el bienestar emocional de los pacientes.
- Facilitar la expresión de emociones.
- Promover cambios positivos en los estados de ánimo de pacientes y familiares. Reducir sentimientos negativos relacionados con la soledad y la apatía.
- Acompañar con actividades basadas en la creatividad, la diversión y las emociones positivas a pacientes que están recibiendo tratamiento.

## Despliegue



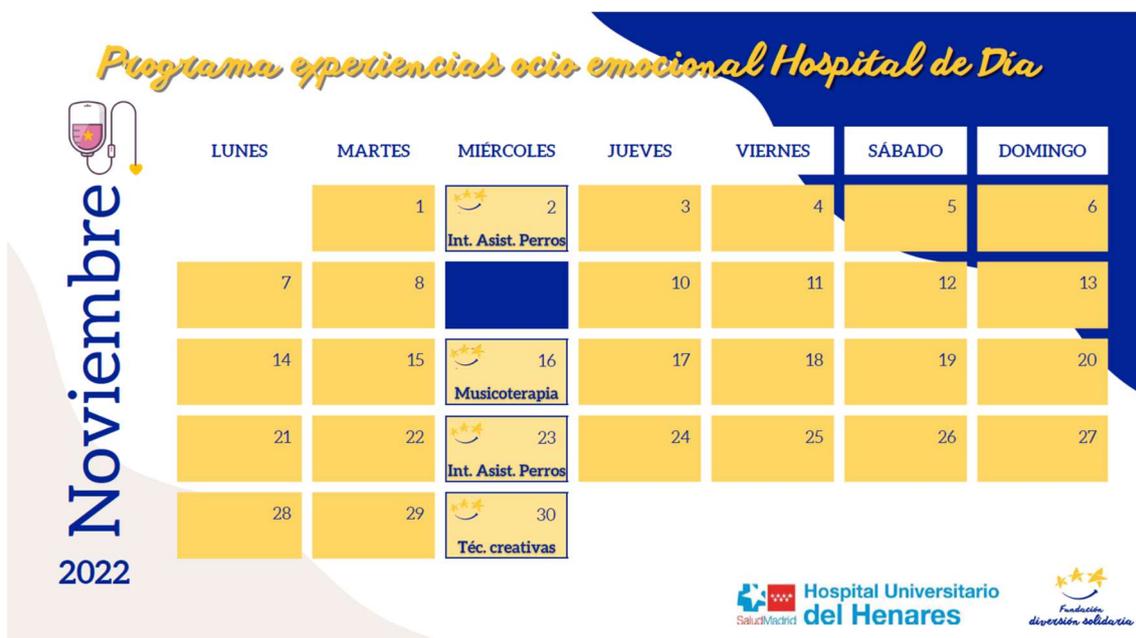
Las sesiones comienzan a las 12:00 y acaban a las 13:30 horas. Ésta es la franja horaria en la que más pacientes hay en la sala de tratamientos, pero la actividad no interfiere en los trabajos matutinos de enfermería.

A la sesión acude la coordinadora del proyecto, técnico de la Fundación Diversión Solidaria, y el profesional responsable de la actividad. Previamente se ha consensuado con el personal de enfermería y médico el calendario, por lo que el personal de la sala está avisado y ha podido también comunicar a los pacientes que se va a llevar a cabo la actividad.

En cada una de las sesiones, entregamos un marcapáginas con un decálogo positivo que recuerda la importancia de sonreír. Aunque a veces cueste.

Ejemplo de marcapáginas.

Ejemplo de calendario:



Resultados

Se ha recogido la valoración de 11 profesionales sanitarios del servicio. Se han dado ítems para valorar numéricamente con un baremo del 1 al 5 siendo 1 la valoración más baja y 5 la más alta.

Podemos sacar los siguientes resultados:

<b>Musicoterapia</b>	
Mejoran el estado de ánimo de los pacientes	4,3
Tienen un impacto positivo en los pacientes	4,5
Generan malestar en el paciente	1,5
Son adecuadas para el HD	3,7
Han interferido negativamente en el trabajo de los profesionales	3,5
<b>Intervención asistida con animales</b>	
Mejoran el estado de ánimo de los pacientes	4,6
Tienen un impacto positivo en los pacientes	4,6
Generan malestar en el paciente	1,5
Son adecuadas para el HD	4,5
Han interferido negativamente en el trabajo de los profesionales	1,8
<b>Arteterapia</b>	
Mejoran el estado de ánimo de los pacientes	4,7
Tienen un impacto positivo en los pacientes	4,8
Generan malestar en el paciente	2
Son adecuadas para el HD	4,7
Han interferido negativamente en el trabajo de los profesionales	1,3
<b>Improvisación</b>	
Mejoran el estado de ánimo de los pacientes	4,8
Tienen un impacto positivo en los pacientes	4,7
Generan malestar en el paciente	2,2
Son adecuadas para el HD	4,8
Han interferido negativamente en el trabajo de los profesionales	1,3

Se les pidió también que valorasen del 0 al 10 y en términos generales las diferentes actividades. Los resultados son éstos.

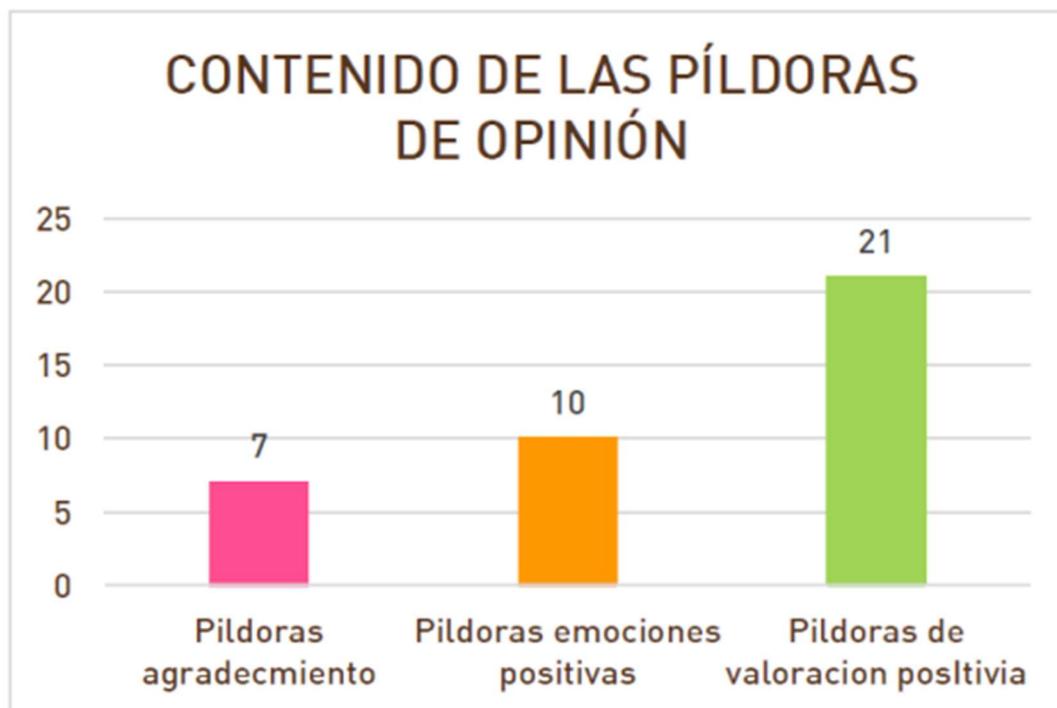
Puntuación media de las diferentes actividades	
Musicoterapia	6,75
Intervención asistida con animales	8,8
Arteterapia	9,5
Improvisación	9,3

Si unimos estos datos podemos concluir que:

- El programa recibe una puntuación media de 8,5 por parte de los profesionales sanitarios de la unidad.
- Claramente conseguimos mejorar el estado de ánimo de los pacientes (Puntuación media de 4,6) y tenemos un impacto positivo en ellos (Puntuación media 4,6)

También contamos con la valoración de pacientes sobre la actividad asistida con animales, donde sí se han recogido frases testimoniales de los pacientes que participaron en esta actividad.

El 95% de los participantes en esta actividad nos aportan una retroalimentación positiva de las interacciones con el perro de intervención. Solo un 5% de los participantes no ofrecen una opinión sobre la interacción. Siete de las píldoras expresan un agradecimiento explícito a la labor del equipo y 21 de las píldoras hacen referencia a valoraciones positivas de recurso.



## Evaluación y revisión

El 13 de diciembre de 2022 se realizó una evolución y revisión del programa en una reunión conjunta entre la Dirección del Hospital Universitario del Henares y la Fundación Diversión Solidaria.

Claramente el programa ha sido un éxito entre los pacientes, que ponen de manifiesto su deseo de que el programa sea diariamente. Destacan que por un período de tiempo olvidan dónde están y sus pensamientos se vuelven más positivos.

Las actividades que más valoran son las intervenciones asistidas con perros y la improvisación.

Se decide que el programa continúe durante el año 2023 con el mismo despliegue.

Se han recogido también dos valoraciones de los responsables del área de oncología: David Álvarez Sanz, Supervisor HDM, y la Dra. Carmen Perezagua Marín, Jefe de Servicio de Oncología Médica, y una del Gerente del hospital.

- *Dra. Carmen Perezagua Marín. Jefe de Servicio de Oncología Médica. Hospital Universitario del Henares*

*“El programa de la Fundación Diversión Solidaria llevado a cabo en Hospital de Día ha supuesto no sólo un entretenimiento para el paciente oncológico, sino también un tiempo durante el cual no tenía la percepción de estar recibiendo un tratamiento de quimioterapia por lo que se le hacía más llevadero el gran número de horas que se pasan recibiendo tratamiento intravenoso sentados en un sillón.*

*El hecho de no percibir la estancia en el Hospital de dDa como “parte de su enfermedad” creemos que puede disminuir algunos efectos adversos relacionados con la administración de quimioterapia como son las náuseas.*

*Para muchos pacientes el contar con este programa, ha supuesto una vía de expresar sus emociones, en especial después de haber recibido malas noticias. Hubo una paciente que se sentó a recibir su tratamiento sin poder parar de llorar porque había recibido la noticia de que su enfermedad no iba bien, pero tras la intervención con perros comenzó a sonreír y dejó de llorar”.*

- *David Álvarez Sanz. Supervisor HDM. Hospital Universitario del Henares*

*“Quiero exponer en nombre de todo el personal de enfermería y en el mío propio todo el agradecimiento hacia la Fundación Diversión Solidaria y en especial a todos los que hacen posible que nuestros pacientes “desconecten” de todo lo que tienen encima dentro de su enfermedad ya sea hematológica, oncológica o cualquier otra.*

*Ver a esos pacientes realizando diferentes actividades durante una hora que muchas veces se alarga algo más en el tiempo llegando a 2 horas. Pero lo más importante es que se lo llevan a casa y lo cuentan a familiares y amigos; ya que es algo diferente dentro de su duro tratamiento.*

*Dentro de las diferentes actividades la que más suele gustar, además de ser la más diferente, es la asistencia con perros y poder interactuar con ellos. El tener un perro tan bien preparado para todos los pacientes con las peculiaridades de cada uno de nosotros es increíble. Los días de improvisación, el inventar una historia y hacer un dibujo también es una de las que más interactúan y les gusta. Las técnicas creativas en la que cada uno ejercita para realizar sus obras de arte. Y la musicoterapia para dar rienda suelta al artista que cada uno llevamos dentro.*

- *Dr. Ignacio Martínez Jover. Director Gerente. Hospital Universitario del Henares*

*El Hospital Universitario del Henares valora de manera muy positiva el programa de acompañamiento a los pacientes que se ha puesto en marcha en el Hospital de Día por parte de la Fundación Diversión Solidaria.*

*La mayoría de los pacientes atendidos son pacientes con una enfermedad oncológica, con un desarrollo probable, y que experimentan una situación angustiada cada vez que acuden al hospital. Es por ello que resulta extraordinario el programa que ha desarrollado esta fundación para ellos. Observamos que los pacientes reciben estas actividades como un regalo, como un escape a su situación, y participan de ella de una manera agradecida, y sorprendida porque reciben algo que no esperaban.*

*Quiero agradecer, además, la organización y la seriedad con la que la Fundación Diversión Solidaria organiza estas actividades. Se han integrado en las actividades diarias del Hospital de Día, coordinándose con el personal y respetando la situación de los pacientes con mucha amabilidad.*

*Nos sentimos muy afortunados por poder contar con el trabajo de la fundación en nuestro hospital. Ojalá pueda mantenerse en el tiempo e, incluso, aumentarse los días de presencia.*

*Muchas gracias por el trabajo que hacéis. Y especialmente a Angélica, por su capacidad resolutiva y por su adaptación a las necesidades de los pacientes*

### Carácter innovador

El enfoque innovador radica en el abordaje de las actuaciones: desde la positividad, la diversión y las sonrisas. Se ofrece a los pacientes del Hospital de Día actuaciones y/o actividades con el fin de mejorar su bienestar emocional. Es decir, se abordan las actuaciones desde una versión terapéutica del concepto de diversión porque existe un impacto real de la diversión, la felicidad propositiva,

la creatividad, las emociones positivas y la comunicación en nuestro estado físico y mental y en nuestra calidad de vida.

Utilizar la sonrisa y las emociones positivas hará que mejore nuestra resiliencia (los recursos emocionales necesarios para hacer frente a distintas situaciones), ayudará a ampliar nuestra conciencia y nos permitirá ver más opciones para resolver problemas.

Fomentar la risa y el humor contribuye a rebajar los niveles de estrés, disminuir la presión arterial y mejorar la fluidez de la sangre, así como prevenir la depresión y otros problemas o trastornos del estado de ánimo.

A través de las actividades planificadas se pretende actuar en tres niveles:

1. El psicofisiológico, actuando sobre las bases fisiológicas de los procesos psicológicos.
2. El conductual, actuando sobre comportamientos o conductas externas de la persona.
3. El cognitivo, actuando sobre los pensamientos de la persona.

La atención plena, especialmente cuando es depositada en una actividad placentera para la persona, permite detener durante cierto tiempo el flujo descontrolado de pensamientos y preocupaciones que generan estrés y desgastan física y emocionalmente.



### Nivel de aplicabilidad

En los hospitales de la Comunidad de Madrid se puede aplicar gracias al convenio firmado entre la Comunidad de Madrid, a través de la consejería de Sanidad, el Servicio Madrileño de Salud y la Fundación Diversión Solidaria para la implantación de este programa en todos los hospitales de la red.