

# ENVEJECER JUNTOS

## CAPÍTULO 20:

# Vuelta a empezar

Durante la evolución de una enfermedad crónica compleja pueden darse diferentes fases de control y recaída donde paciente y persona cuidadora pueden experimentar emociones de tristeza, enfado y desesperanza. Como cuidadores, es importante escuchar y validar los sentimientos del paciente, pero haciendo presente también la información recibida por los profesionales sanitarios en relación a las indicaciones de alternativas de tratamiento y consejos para la mejora de calidad de vida disponibles.

## SIGUE ESTOS CONSEJOS:

- ✓ Ten presente que en la evolución de algunas enfermedades complejas y crónicas pueden producirse etapas de remisión y recaída de la enfermedad.
- ✓ Cuando suceden, es importante escuchar las emociones que vive el paciente, así como sus expectativas.
- ✓ Ante una actitud de desesperanza, recuerda las alternativas que el equipo médico os haya ofrecido y la mejora de calidad de vida que pueden suponer.
- ✓ Comparte también tus emociones y sentimientos como persona cuidadora.
- ✓ Si lo necesitas, busca ayuda en los profesionales sanitarios o grupos de apoyo mutuo de asociaciones de pacientes.



Escanea este código con el móvil  
para ver el vídeo de este capítulo.



[www.cuidopia.es](http://www.cuidopia.es)



Un programa social impulsado por:

**Johnson&Johnson**

