

Material Imprimible

Curso de Asistente de Acompañamiento Terapéutico

Módulo 1

Contenidos:

- Recorrido por la historia del acompañamiento terapéutico
- Acompañamiento terapéutico inserto en un equipo interdisciplinario
- Campos de abordaje
- Modalidades de acompañamiento terapéutico
- Rol del acompañante terapéutico
- Acompañamiento en distintos momentos vitales
- Concepto de resiliencia y su relación con el trabajo del Acompañante Terapéutico

Recorrido por la historia del acompañamiento terapéutico en la Argentina

Durante muchos años, los enfermos mentales fueron sometidos al proceso de exclusión social, largas internaciones, con pocas posibilidades de externación, poco o nulo contacto con familiares y con sus vínculos, incluso con el mundo exterior. La reclusión de los enfermos mentales en asilos determinó una brecha importante en la comunicación entre el médico y el paciente mental además de alejarlo de sus vínculos y de su vida cotidiana. Entre los años 50 y 60, en Argentina, comienzan a producirse cambios en el tratamiento de las enfermedades mentales.

El 11 de octubre de 1957, teniendo en cuenta las recomendaciones y sugerencias de la Organización Mundial de la Salud, se crea en el país el Instituto Nacional de Salud Mental. Su fundación tuvo la finalidad de:

- Prevenir las enfermedades neuropsiquiátricas.
- Promover la investigación científica de esta materia.
- Prestar asistencia integral a los enfermos mentales.
- Contribuir a la recuperación y rehabilitación social de los enfermos.

De esta manera, surge la nueva tendencia de la psiquiatría social, en oposición a los manicomios cerrados. En este nuevo escenario, los procesos de salud y enfermedad mental serán abordados como fenómenos sociales y colectivos. En ese contexto, es cuando surge el acompañamiento terapéutico como una alternativa flexible. Además, aparecen otras prácticas como el psicodrama, las terapias familiares y los centros de día.

Este gran avance en lo que respecta a la salud mental se vio en suspenso en tiempos de la dictadura militar, volviendo a recomenzar con más fuerza a partir del retorno a la democracia a la Argentina. Es allí cuando se retoma el desarrollo de la especialidad que se denominó "amigo calificado". Esta tarea de escucha y contención se ofrecía como alternativa para la internación y se asociaba a un vínculo amistoso, pero el acompañante terapéutico no es un amigo y está muy diferenciado de ese lugar, por lo cual, adoptó un

rol profesional con la denominación Acompañante Terapéutico y con la incorporación dentro de equipos multidisciplinares. En sus comienzos el rol fue ejercido por estudiantes de psicología y con el tiempo se comenzó a reconocer los objetivos y la incumbencia de la profesión, comenzaron a abrirse centros de estudios y se fue jerarquizando y reconociendo el Acompañamiento Terapéutico como una alternativa posible en salud mental.

Hoy en día el **Acompañante Terapéutico** es reconocido como un agente de salud, su área de incumbencia es la salud mental. Trabaja en el entorno del paciente, lo acompaña en su vida cotidiana. El Acompañante Terapéutico se incorpora a un tratamiento como un recurso sumamente flexible que posibilita plantear una estrategia personalizada para cada paciente, sin alejarlo de su vida cotidiana, sin separarlo de sus vínculos. Como una alternativa terapéutica en salud mental, ya que la intervención de un Acompañante Terapéutico siempre tiene un para qué implícito y ese para qué va a depender de varios factores: por un lado, el diagnóstico de la persona a acompañar, pero también el contexto, su historia, las características de su personalidad, sus intereses y sus motivaciones. Por eso es que los objetivos y las estrategias del acompañamiento van a ser personalizados.

Acompañamiento terapéutico inserto en un equipo interdisciplinario

El Acompañante Terapéutico forma parte de un equipo interdisciplinario. A su vez, este equipo está formado por distintos profesionales, en este caso pueden ser: Psicólogos, Psicopedagogos, Fonoaudiólogos, Musicoterapeutas, Terapistas Ocupacionales, Psicomotricistas, Médicos Especialistas, Psiquiatras, entre otros. Este trabajo en equipo permite abordar distintas problemáticas, compartir las distintas miradas sobre una misma situación, para ampliar el tratamiento y, fundamentalmente, para planificar una estrategia singular en un tratamiento personalizado para cada paciente, teniendo en cuenta que no sólo se trabaja con diagnósticos, sino que se trabaja con personas, con su contexto, con sus distintas historias y situaciones. Por eso decimos que el Acompañante Terapéutico se

incorpora como un recurso flexible, capaz de adaptarse a trabajar en diferentes ámbitos y situaciones, como desarrollaremos más adelante.

Los aspectos fundamentales por los que se trabaja en equipo están relacionados con la posibilidad de poder planificar una estrategia adecuada a la singularidad de cada paciente, abordar las distintas problemáticas con sus Médicos Especialistas. Esto posibilita el intercambio de distintos saberes, distintas miradas profesionales. También se trabaja en conjunto con la familia y todos estos actores producen una heterogeneidad de ideas, de pensamientos que resultan fundamentales a la hora de planificar una modalidad de trabajo adecuada para cada uno de los pacientes y su entorno, atendiendo a los cambios que se van produciendo a lo largo del tratamiento, los momentos de inestabilidad debido a circunstancias del paciente, del entorno, del contexto.

El trabajo en equipo también es importante para poder planificar los objetivos del tratamiento. El acompañamiento terapéutico es una estrategia terapéutica que siempre tiene un para qué implícito. Entre otros, los objetivos pueden llegar a ser:

- Promover en el paciente su capacidad de resiliencia para afrontar las adversidades. La resiliencia es una capacidad Emocional, Cognitiva y Sociocultural de las personas. No es simplemente superar lo traumático. Es también reconstruir nuevos sentidos. El Acompañante Terapéutico es promotor y constructor de Resiliencia porque posibilita que el otro pueda ir construyéndose y apropiándose de su propia historia.
- Otro de los objetivos comunes tiene que ver con sostener el dispositivo mediante la implicación activa del paciente en su tratamiento. Con esto nos referimos a la importancia de sostener las terapias, los controles, la medicación y las actividades terapéuticas.
- También, un objetivo por el cual se introduce el Acompañamiento Terapéutico en un tratamiento puede llegar a ser la implementación de un cambio en un tratamiento que no avanza, que se encuentra estancado en su proceso.

- Apoyar un proceso de externación, es decir, el alta de alguien que estuvo internado un tiempo, ya que este cambio no se produce de un día para el otro y es el Acompañante Terapéutico quien puede acompañar en ese nuevo contexto para el paciente.
- Estimular en el paciente su capacidad creativa, favoreciendo la aparición de algo nuevo.

Campos de abordaje

El Acompañante Terapéutico como agente de salud surge, en un principio, como alternativa en los casos de adicciones y psicosis, con el devenir del tiempo su campo de abordaje se fue ampliando a diversas patologías y diferentes contextos, lo que no varía es la particularidad del rol. Se inserta en distintas áreas de la salud mental, su **campo de trabajo** es muy amplio, se desarrolla fundamentalmente en las distintas áreas que abarca la salud mental:

- trabaja con personas con discapacidad tanto física, mental, intelectual y sensorial.
- También acompaña a personas que transitan algún tipo de trastorno neurológico, demencias, enfermedades terminales.
- En el ámbito educativo, el Acompañante Terapéutico acompaña procesos de integración desde jardín de infantes, primaria, alumnos de secundaria y hasta universitarios que requieran el dispositivo de acompañamiento en el proceso de aprendizaje, de inclusión o con el objetivo que el tratamiento requiera.
- También hay acompañamientos terapéuticos en inserciones laborales.

El campo de acción de un Acompañante Terapéutico es muy amplio, por eso, es muy importante conocer cada una de estas patologías, sus síntomas, sus particularidades y cómo actuar en cada una, siempre teniendo en cuenta que el Acompañante Terapéutico no diagnostica, sino que trabaja con pacientes que ya fueron diagnosticados por profesionales calificados para ese fin. Sin embargo, es importante conocer las

características de cada uno de esos diagnósticos para saber cuál es el pronóstico, el tratamiento a seguir, las posibilidades y dificultades que vamos a encontrar en el momento de planificar nuestro trabajo. Las funciones del Acompañante Terapéutico se definen a partir de las estrategias que se planteen en la dirección de un tratamiento particular, ningún tratamiento va a ser idéntico al otro, aunque el diagnóstico sea el mismo. Los objetivos del acompañamiento van a variar de persona a persona.

Modalidades de acompañamiento terapéutico

El dispositivo de acompañamiento terapéutico al presentarse como un recurso flexible permite que la actividad se pueda desarrollar en distintos ámbitos y contextos, adecuándose a la particularidad de cada caso, por eso, el Acompañante Terapéutico se puede insertar en diversas modalidades de acompañamiento, por ejemplo:

- en instituciones como Escuelas, Jardines de Infantes, Universidades, Hospitales, en el caso de pacientes internados, o también en geriátricos o centros de día.
- Otra modalidad de acompañamiento es el ambulatorio que puede darse dentro del hogar de la persona que acompañamos. En la vida cotidiana, el acompañamiento varía mucho de acuerdo a la necesidad del paciente, un acompañamiento ambulatorio puede incluir acompañar a alguien hasta su trabajo, a un curso o taller que esté realizando, puede ser ir al cine, a tomar algo a un bar, todo va a depender de la necesidad y del objetivo de la inclusión del Acompañante Terapéutico en el tratamiento.
- También hay una modalidad de acompañamiento que se da en el caso de internaciones domiciliarias. Aquí el acompañamiento será desarrollado por distintos acompañantes distribuidos en diferentes horarios cubriendo las 24 horas diarias, de acuerdo a la necesidad de la persona a acompañar.
- Finalmente, existe la modalidad de acompañamiento en abordajes familiares. En este caso, se incluye a la familia del paciente, de manera tal que pueda

entenderlo desde su singularidad, ayudando a la comprensión de la situación y a la importancia de la recomposición de los vínculos sociales.

El Acompañante Terapéutico se incorpora en la vida cotidiana del paciente desde un lugar muy particular, por lo tanto, es muy importante tener en claro la diferenciación de su rol, por la particularidad del vínculo y por las funciones que va a desarrollar.

Rol del Acompañante Terapéutico

Este se diferencia del terapeuta, ya que el Acompañante Terapéutico no hace interpretaciones, no diagnóstica, no medica. Por otro lado, es muy diferente al rol de amigo, la relación entre el acompañado y su Acompañante Terapéutico se caracteriza por ser asimétrica, el Acompañante Terapéutico no ocupa el lugar de amigo, escucha, contiene desde un lugar terapéutico. A pesar de esto, no debe rechazar que el paciente a veces lo presente a otros como su amigo, esto permite afianzar la relación terapéutica.

También se diferencia del rol del familiar, ya que, el Acompañante Terapéutico no tiene la carga emocional, afectiva, histórica, ni la angustia que tiene el familiar del paciente, por eso, puede trabajar con mayor objetividad, ser observador de las necesidades y tener siempre presente la estrategia para sobrellevar las dificultades que se presenten.

Muchas veces se confunde el trabajo del Acompañante Terapéutico con el del cuidador domiciliario, sin embargo, son distintas las funciones: el Acompañante Terapéutico trabaja exclusivamente en salud mental, en cambio, el cuidador realiza tareas de asistencia como pueden ser alimentación, higiene o a veces tareas administrativas. El Acompañante Terapéutico necesita ser creativo y estratégico para poder modificar actividades, para lograr captar la atención del paciente, para proponer actividades que sean terapéuticas y acordes al objetivo del tratamiento y, a su vez, estén dentro de los intereses del acompañado.

Acompañar: según el diccionario la palabra acompañar significa “acción y efecto de acompañar o acompañarse” o “Gente que va acompañando a alguien”. Como acompañantes terapéuticos debemos tener en claro que acompañar es mucho más que eso, nos estamos refiriendo a acompañar desde un espacio de escucha, de observación, intentando conocer al otro, conocer sus miedos, sus necesidades, al punto de poder anticiparnos a los acontecimientos que producen ansiedad, lo que los desestabiliza. Se dice que Acompañar es un acto de confianza en el paciente, es creer en su capacidad de mejorar su calidad de vida. Es importante que nosotros sepamos que va a poder superarse porque esa confianza se transmite.

Por otro lado, el Acompañante Terapéutico se ofrece como sostén, auxiliando al paciente en su imposibilidad de delimitarse a sí mismo. Acompaña y ampara al paciente en su desvalimiento, su angustia, sus miedos, su desesperanza, e incluso en aquellos momentos de mayor equilibrio, brindando contención en forma empática al paciente y a su familia. Cuando hablamos de empatía nos referimos específicamente a poder comprender los sentimientos y emociones que siente otro individuo de manera objetiva, poder ponernos en el lugar del otro.

Salud: la Organización Mundial de la Salud definió que “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.

Esta definición que fue establecida en el año 1948 y nunca más fue modificada nos da cuenta de la importancia de la vida social en la salud, no solo es salud la ausencia de enfermedades, sino también el bienestar mental y social.

La existencia humana es psíquica y social, el ser humano es un ser de necesidades que se satisfacen socialmente. Pichón Riviere define al ser humano como sujeto social y sostiene que “no hay nada en él que no sea la resultante de la interacción entre individuos, grupos y clases”. El sujeto es productor y producido a partir de tramas vinculares.

El aparato psíquico está en constante formación, así se va formando nuestra personalidad, nuestra manera de ser, pensar y sentir se ve nutrida por las vivencias y aportes de los distintos actores que nos fueron acompañando a lo largo de la vida, desde el nacimiento vamos incorporando aprendizajes.

Así es como nos constituimos como sujetos en nuestra relación con los otros, del mismo modo, debemos pensar en la construcción del rol del Acompañante Terapéutico, él es su propia herramienta de trabajo. Si nos ponemos a pensar, todos, en algún momento de la vida, fuimos acompañantes terapéuticos de alguien, sin saberlo, o tal vez sí, sin proponérselo, nos puede haber tocado acompañar a alguien en un momento de vulnerabilidad.

Los conocimientos, habilidades y actitudes que lleva consigo un Acompañante Terapéutico son fundamentales para el buen desarrollo de la profesión. El Acompañante Terapéutico necesita ser empático, conocer las necesidades, los gustos, los intereses y proyectos del acompañado, pero también necesita ser observador del entorno, del contexto social de la persona que acompañamos, saber qué es lo que le genera ansiedad, lo que le genera angustia, ser observador y atento a la inclusión social de la persona que acompañamos, muchas veces, debemos trabajar con el entorno para producir cambios, para generar inclusión, ya sea en un aula, un geriátrico, un hogar. Es necesario, en todo momento, estar un paso adelante de los acontecimientos, anticiparse a lo que va a venir, para poder anticiparle al acompañado los cambios, o, a veces, para poder explicarle los porqués.

El Acompañante Terapéutico es:

- Un auxiliar dentro del campo de la salud mental,
- un agente de re-socialización,
- una importante fuente de información pertinente para el terapeuta,
- una pieza fundamental dentro del equipo terapéutico.

Sujeto: es un ser que es consciente de sus actos, su comportamiento, su conducta, que tiene una voluntad propia y que está dotado de inteligencia, la cual le permite acceder al conocimiento de la realidad. Cada sujeto posee su propio universo emocional, perceptivo y racional, su propia manera de ser, pensar y sentir. Pero, a su vez, esa subjetividad es una construcción, que se va formando en el vínculo con los otros.

Somos productores y producidos por las distintas tramas vinculares que nos acompañan desde el primer momento de nuestra vida, comenzando por la familia, y luego los distintos grupos sociales que vamos integrando con el paso del tiempo. En cada uno de esos grupos que integramos vamos incorporando aprendizajes a lo largo de la vida, constantemente, distintas situaciones que nos van moldeando.

Es a través de los vínculos que el sujeto se constituye como tal, lo que le da un lugar social, lo que construye su identidad, por eso, en el inicio de un acompañamiento terapéutico es fundamental la construcción de un vínculo con el acompañado. Para eso, es fundamental conocerlo previamente, saber sobre sus gustos, intereses, proyectos y motivaciones.

Acompañamiento en distintos momentos vitales

Acompañamiento terapéutico en niños

En lo que respecta al acompañamiento terapéutico en niños podemos decir que, básicamente, se trabaja con juegos, música y movimiento. Las estrategias de aprendizaje, modificación de conductas o cual fuera el objetivo de acompañamiento van a estar basadas en la modalidad de juego, ya que resulta la opción más atractiva para el niño.

Por otra parte, cabe señalar que uno de los espacios donde se desenvuelve con mayor frecuencia un Acompañante Terapéutico con niños es el escolar. En esa área, es importante tener muy en claro que la inclusión no busca que las personas con discapacidad se adapten al grupo, pretende eliminar las barreras con las que se encuentran y que les impiden participar en la sociedad.

Tengamos en cuenta que la niñez es un momento fundamental en la vida de cualquier persona y el juego posibilita la constitución subjetiva y ayuda al niño a elaborar sus angustias, sus miedos, sus diversas formas de procesar tanto a lo que sucede en su mundo

interno como lo que sucede en su alrededor. Es fundamental para la construcción de habilidades sociales, ya que proporciona ocasiones de interacción con sus pares. Mediante esta interacción, además, el niño, va asimilando el concepto de normas y reglas, la espera de turnos, potencia la imaginación, favorece el desarrollo de la capacidad de reflexión. También es importante para satisfacer la necesidad de movimiento y ejercicio físico que requieren los niños, esto favorece su desarrollo motor. El juego es un medio de comunicación, y a través de él, los niños se expresan y realizan sus deseos.

El Acompañante Terapéutico será una de las personas que mayor trato tendrá con el niño, será quien mediante el vínculo establecido irá conociendo sus ansiedades, sus fortalezas, sus miedos, sus desafíos. Nos gustaría aclarar que, en este sentido, es importante comenzar a desterrar las palabras debilidades o dificultades y comenzar a hablar de desafíos.

Por otro lado, al pensar el acompañamiento a niños es inevitable pensar también la comprensión empática hacia los padres, comprender sus miedos, sus angustias, sus ansiedades con respecto al tratamiento, al aprendizaje, al pronóstico, a los avances y retrocesos, a la institución, y, fundamentalmente, al futuro de sus hijos. Por eso, es necesario entender que desde el momento que los padres comienzan a percibir los primeros rasgos de discapacidad en sus hijos hasta que reciben el diagnóstico, incluso un tiempo después de recibirlo, van a pasar por diferentes etapas similares al duelo. Estas etapas varían, dependen de la situación de cada familia.

Desde el primer momento pueden sentirse paralizados, bloqueados, pueden llegar a cuestionar el diagnóstico, tener sentimientos de tristeza, incluso enojo, irritabilidad, esto forma parte de un proceso. También puede haber una etapa de negación, sensación de soledad, pensar que familiares o amigos no los van a entender, todo este proceso es necesario y es natural que suceda, hasta que llega el momento de la aceptación y es en ese momento donde están preparados para trabajar positivamente en el desarrollo de su hijo.

Acompañamiento terapéutico en adolescentes

La OMS define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años de edad.

Es la etapa intermedia de crecimiento entre la infancia y la edad adulta, esto le da al adolescente una condición de pasantes en la sociedad, a su vez, representa el periodo de tiempo durante el cual una persona experimenta cambios a nivel físico, además de afrontar distintos cambios emocionales. Es una etapa que se caracteriza especialmente por períodos de inestabilidad.

Se puede incluir un Acompañante Terapéutico en una estrategia de tratamiento para un adolescente que presente trastornos del desarrollo, retraso mental, autismo o alguna discapacidad mental, en casos de anorexia o bulimia como así también en adicciones.

La adolescencia es, en muchos casos, la etapa de la vida en la que la inclusión de un Acompañante Terapéutico resulta más dificultosa para el equipo terapéutico, aun cuando pueda ser muy necesaria. Debido a su necesidad de autoafirmación, el adolescente es reacio a aceptar ayuda externa y mucho más a solicitarla, aunque sepa que puede hacerle bien.

Es fundamental crear condiciones de amparo y sostén, y escuchar, desde una escucha activa, sostener desde ese lugar de escucha, contener y comprender los desbordes, brindar apoyo emocional y valorativo fundamentalmente no subestimar lo que nos cuentan.

Acompañante Terapéutico con adultos

En relación a la adultez podemos señalar que esta etapa de la vida se manifiesta a partir de determinados signos visibles, entre los cuales destacan:

- La persona ha alcanzado todo su potencial de desarrollo físico y biológico.
- Muestra en su conducta rasgos de personalidad claros Puede asumir mayores responsabilidades.

- Suele ser la etapa de mayor productividad y rendimiento de una persona.

En la adultez, los pedidos de Acompañante Terapéutico más frecuentes se orientan a la depresión y a la ansiedad. En algunas circunstancias los adultos encuentran que el devenir no fue lo que ellos esperaban cuando eran jóvenes, esto puede desencadenar duelos de la vida adulta. El duelo de los proyectos sin realizar, muchas veces debido a la urgencia de las preocupaciones inmediatas por resolver.

Como en todo acompañamiento es importante tener una comprensión global del sujeto y su contexto social. En la adultez, muchas veces se hace necesario acompañar a personas con diagnósticos previos de discapacidad. Existen muy pocos centros de día para pacientes adultos, la mayoría está diseñada para niños y jóvenes. Hay, actualmente, una numerosa población de adultos con discapacidad que encuentran pocas alternativas para su tratamiento, para facilitar vínculos con otros y para descomprimir las redes familiares.

Acompañamiento del adulto mayor

Es el área de inserción con mayor crecimiento para el trabajo del Acompañante Terapéutico, con los avances médicos y la ayuda de la tecnología, ha aumentado la expectativa de vida de las personas. Hoy en día, encontramos muchos Acompañantes Terapéuticos trabajando en este campo, la mayor demanda en esta área es a causa de las enfermedades neurodegenerativas, como el Parkinson, el Alzheimer, demencias y también por el aislamiento y soledad que va deviniendo en pérdida de facultades cognitivas, sociales y afectivas.

Como Acompañantes Terapéuticos es importante saber y tener en claro, y también difundir, que la vejez no es una enfermedad, si bien es un estado de graduales cambios degenerativos, de lento desgaste a lo largo del tiempo, pero no es una enfermedad ni tiene por qué venir acompañada de dolores ni angustias. Es una continuación del aprendizaje de vivir. Como Acompañante Terapéutico, debemos saber que la función primordial en el trabajo con adultos mayores se basa en el sostén, la escucha empática, el

trato cordial y respetuoso, fomentar su participación social y su seguridad y autoestima. Más adelante veremos un capítulo especial sobre la tercera edad donde hablaremos más detalladamente.

Concepto de resiliencia y su relación con el trabajo del Acompañante Terapéutico

Según la definición de la Real Academia española, la resiliencia se trata de “la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas”.

También se la puede definir como la capacidad de recuperación de la vida mental frente a situaciones traumáticas.

La resiliencia es mucho más que resistencia frente a situaciones desfavorables, no significa protegerse de una situación adversa, sino transitarla, porque, a su vez, implica de nuestra parte dos capacidades fortalecedoras: acción y transformación.

La mejor definición es que la resiliencia es la capacidad de los seres humanos de superar los efectos de la adversidad y salir fortalecidos de una situación transformándola en algo nuevo.

Es una capacidad del ser humano que abarca las áreas emocional, cognitiva y sociocultural de las personas. Ser resiliente no significa no sentir malestar, dolor emocional o dificultad ante las adversidades. No es simplemente superar lo traumático, es también la posibilidad de construir nuevos sentidos. Pero esto no es un trabajo que se realiza solo, esa reconstrucción se puede realizar acompañados y apoyados por otras personas.

El Acompañante Terapéutico debe ser promotor y constructor de resiliencia, porque, en su labor de acompañar, ayuda a crear y sostener un espacio que resulta favorable a la búsqueda de nuevos sentidos.

Su función primordial es acompañar para que el otro pueda ir construyéndose y apropiándose de su propia historia, siempre posibilitando la creatividad y favoreciendo la aparición de algo nuevo, propiciando una salida transformadora, donde se pueda desplegar el cambio y la creación.

La resiliencia está siempre ligada a una imposibilidad de retorno al estado anterior, siempre se construye resiliencia hacia adelante, sin intentar transformar lo que ya no se puede, la mirada atenta del Acompañante Terapéutico debe estar orientada a favorecer la aparición de recursos que resultan insospechados hasta ese momento, dando lugar a la aparición de algo inédito hasta el momento, una nueva mirada de la misma situación que resulte renovadora.