SEASONS HOSPICE FOUNDATION®

para Todas las Etapas

Día de Spa de Suzanne: Un Deseo Final se Hace Realidad

Todo lo que Suzanne Deseaba era un Baño. Para Ti o para Mí, Eso Parece Bastante Sencillo.

Sin embargo, si, al igual que Suzanne, tú vives en una casa adosada donde el único baño se encuentra subiendo un alto tramo de escaleras, esto puede volverse más complicado. Y puede ser aun más complicado si tienes un cáncer de mama metastásico avanzado. El cáncer de Suzanne hacía que sus huesos se quebraran, por lo que si ella trataba de dar más de unos pocos pasos, corría el riesgo de fracturarse. Para ella, darse un baño tibio con burbujas era tan factible como ascender el Monte Everest.

Seasons Hospice y la Seasons Hospice Foundation llegaron a la vida de Suzanne cuando ella tenía 48 años. Cuando tuvimos el honor de comenzar a cuidar de ella, su cáncer estaba muy avanzado. La mayor parte del tiempo se sentía cansada, y aun las tareas pequeñas, como vestirse, le insumían mucho esfuerzo. Sin embargo, cuando hablábamos con ella acerca de cuáles eran sus objetivos, ella insistía en que "estar más fuerte" era una de sus prioridades.

Desde el momento en que entró en su casa adosada angosta y acogedora, Malissa, la enfermera registrada de Seasons, se vinculó, estrechamente, con Suzanne y con su familia. Descubrieron que disfrutaban del mismo tipo de música, y que podían comunicarse fácilmente y de una manera familiar. El objetivo del cuidado de Suzanne de estar más fuerte despertó la curiosidad de Malissa. Estaba perpleja; Suzanne llegó al servicio de Seasons con sus ojos bien abiertos. Sabía que Seasons estaba para asistirla en su viaje final y que solo le quedaban semanas de vida. ¿Por qué, se preguntaba Malissa, insistía tanto Suzanne en estar más fuerte con el poco tiempo que le quedaba?

Como finalmente sucedió, el baño fue la respuesta. Durante el caos de la lucha contra su cáncer, a través de series de análisis, diagnósticos y tratamientos, Suzanne le daba un valor extra a las comodidades de las que los humanos

(continúa en la página 2)

las pequeñas cosas que más importan

(continuación de la pág. 1)

disfrutan. La sensación relajante de meterse en una bañera tibia la entusiasmaba de una manera que pocos tratamientos podían. Si pudiera tener un poco de suerte y tener una copa de vino tinto mientras estaba sumergida y, tal vez, un pequeño bocadillo, ¡aun todavía mejor!

Aquí en Seasons, nos enorgullecemos de encontrar soluciones creativas que suman calidad a la vida de nuestros pacientes. El caso de Suzanne no era diferente. Su equipo de cuidados de Maryland, dirigido por Malissa, iba a conseguirle a Suzanne su baño relajante, y ¡al diablo con los obstáculos! Malissa comenzó a proponer ideas brillantes para ayudar a que Suzanne tuviera un baño inolvidable. En principio, el equipo investigó algunas soluciones básicas, como reclutar la ayuda de varios de los ayudantes más fuertes de Seasons para subir a Suzanne. Lamentablemente, las escaleras eran sencillamente muy angostas para permitir que Suzanne pudiera ser subida en forma segura. Luego, el equipo de Seasons investigó la forma de instalar un elevador para subir la silla, y Malissa llegó a ofrecer que su esposo, contratista, hiciera la instalación en forma voluntaria. No obstante, dado que la casa adosada era de alquiler, hubiese tenido un costo prohibitivo si había que instalar el elevador y luego retirarlo.

Pero, a pesar de todo el proceso, Suzanne no flaqueó nunca. De su parte, aunque el cáncer seguía avanzando agresivamente, se mantenía enfocada en reunir fuerzas para poder subir y tener una tarde tranquila, mientras se sumergía en un baño tibio, con burbujas, por sus propios medios.

Mientras tanto, el equipo de Seasons se mantenía decidido a seguir buscando una solución. En Seasons, tenemos un objetivo que se repite frecuentemente y que consiste en esforzarnos para brindar una experiencia perfecta de final de vida a cada paciente, siempre. Este desafío del baño era como un anhelo que el equipo de Suzanne no podía alcanzar. Sin ayudar a Suzanne de la manera que más le importaba a ella, ¿acaso podíamos decir que habíamos alcanzado el objetivo de dicha experiencia perfecta? Seguramente, no.

Fue una noche tarde, después de todo un día de visitar pacientes, que Malissa se topó con la solución. Mientras hacía una pequeña compra nocturna en línea, tuvo una revelación. Si Suzanne no podía llegar a la bañera, ¿por qué no podía la bañera llegar a Suzanne? Sus dedos teclearon, furiosamente, el teclado para buscar en Google una solución. En minutos, había encontrado una solución perfecta: ¡una bañera inflable que podía inflarse con una persona dentro de ella! Era un doble triunfo; no solo Suzanne no tendría que ser subida por varios tramos de escaleras, sino que también no tendría que pasar por la dificultad de tratar de entrar a una bañera resbaladiza. Sencillamente, ¡la bañera podía llegar a ella!

En cuanto Malissa encontró el objeto en línea, se acercó a Gisèle Crowe, la Directora Ejecutiva de la Seasons Hospice Foundation. "Cuando escuché el entusiasmo en la voz de Malissa, supe que íbamos a poder ayudar con algo realmente especial," dijo Gisèle. "La Fundación existe para metas exactamente como estas, para ayudar a darle a nuestros pacientes esas pequeñas cosas extra que más les importan a ellos." La Fundación compró la bañera y la envió a Maryland en cuanto pudieron.

Por supuesto, la bañera en sí era solo una parte de la experiencia. Malissa deseaba ponerle los últimos toques en lo que habían dado a llamar el "día de spa" de Suzanne. Convocó a sus compañeras de trabajo Kisha e Hillary del equipo interdisciplinario de Seasons para que ayudaran a coordinar los últimos detalles. No perdieron tiempo en los preparativos, dado que la salud de Suzanne continuaba deteriorándose.

Para obtener más información sobre cómo realizar una donación a la Seasons Hospice Foundation para ayudar a que los sueños se hagan realidad, por favor visite **SeasonsFoundation.org/donate**, envíe por correo electrónico **foundation@seasons.org** o llame al **847-692-1000**.

"La Fundación existe para metas exactamente como estas, para ayudar a darle a nuestros pacientes esas pequeñas cosas extra que más les importan a ellos."

– Gisèle Crowe
Directora Ejecutivo, Seasons Hospice Foundation

Finalmente, el spa estaba listo. Esa mañana temprano, Malissa se detuvo en la tienda de comestibles y se llevó una hermosa bandeja de frutas y queso, y una botella del vino tinto preferido de Suzanne (¡su preferido también!). Sus compañeras de equipo llevaron las flores y las velas perfumadas. Juntas, transformaron el primer piso de esa pequeña casa adosada en un spa digno de una celebridad de Hollywood.

Cuando la bañera comenzó a inflarse, y luego a llenarse con agua tibia, jabonosa, perfumada, uno podía ver como los hombros de Suzanne se relajaban. Se recostó y cerró sus ojos sumergiéndose en la experiencia. Su esposo se sentó junto a ella para acompañarla, haciendo bromas, comiendo y asegurándose de que ella tuviera todo lo que necesitaba. El equipo de Seasons hasta la ayudó a depilarse las piernas; no hubo ningún detalle al que no se le prestara atención.

En Seasons, las necesidades de nuestros pacientes están primero. Si necesitan un baño, nuestro equipo encontrará la manera de hacerlo. Con la ayuda de la Seasons Hospice Foundation, tuvimos el honor de poder conseguir una de las cosas más importantes para Suzanne antes de morir.

"Into The Mystic"

Nacimos antes que el viento
También más jóvenes que el sol
Antes de que ganáramos el bote bonnie mientras navegábamos hacia la mística
Escucha, con atención, a los marineros llorar
Huele el mar y siente el cielo
Deja que tu alma y espíritu vuelen hacia la mística

Y, cuando sople la bocina de niebla, yo estaré volviendo a casa
Y, cuando sople la bocina de niebla, yo quiero escucharla
Y no tengo que tener miedo

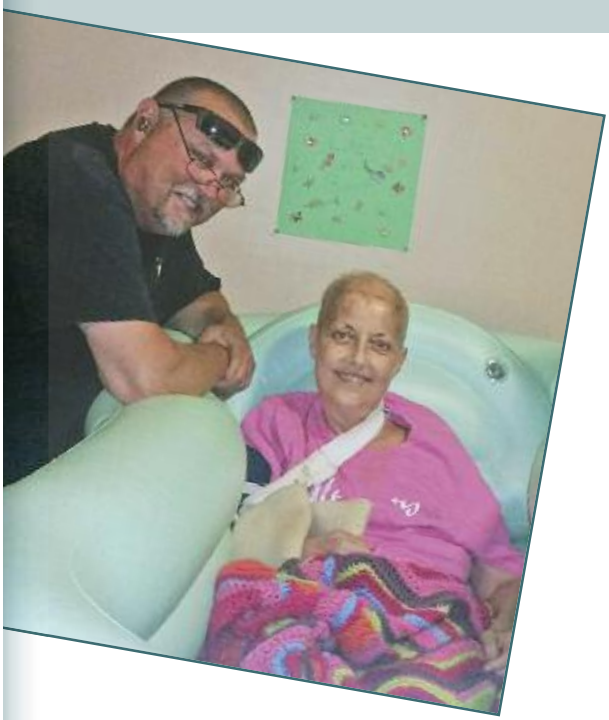
Yo quiero enamorar tu alma gitana
Como en los días de antaño
Y, entonces, flotaremos, magníficamente, hacia la mística

Y, cuando sople la bocina de niebla, yo estaré volviendo a casa
Y, cuando sople la bocina de niebla, yo quiero escucharla
Y no tengo que tener miedo

Yo quiero enamorar tu alma gitana
Como en los días de antaño
Y, entonces, flotaremos, hacia la mística
Vamos nena...

Es demasiado tarde para detenerse ahora...

— Van Morrison



El día de su experiencia de spa, Suzanne pidió escuchar su canción favorita: "Into The Mystic," de Van Morrison. La letra de blues que se acumuló en esa pequeña casa adosada no podría haber sido más adecuada:

"… entonces flotaremos, magníficamente, hacia la mística…
Y cuando sople la bocina de niebla, tú sabes
Que estaré volviendo a casa,
Y cuando sople el silbato de la niebla
Tengo que escucharlo, no tengo que tener miedo…"

Gracias, Suzanne, por permitir que Seasons y la Seasons Foundation fueran parte de tu viaje. Estás en nuestros corazones, y nunca olvidaremos tu maravilloso baño.

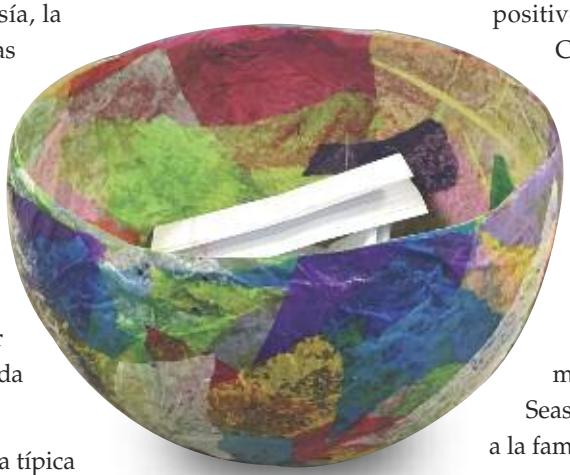
El Tazón de Legado

¡Me encanta escuchar sus historias!

Por Lee Cohen, REACE, Pasante de Terapia del Arte

Uno de los programas maravillosos que Seasons Hospice utiliza con los pacientes con y sus familias es nuestro Programa Dejar un Legado. Para facilitar la terminación del proyecto de legado, el equipo de Seasons se involucra en muchas y diversas modalidades y procesos creativos. Tal como se define en el Merriam-Webster, un legado es "algo que se trasmite o que se recibe de un antepasado o predecesor." En el mundo de la terapia del arte, a menudo, un legado toma la forma de dejar una parte de uno mismo a través del proceso del arte creativo, que siempre existirá como un proyecto de arte tangible y visible y que representa la esperanza del paciente para el recuerdo. Como pasante de terapia del arte en Seasons Hospice, siento que el Programa Dejar un Legado lleva consigo una carga de amor y recuerdo. Fue diseñado para beneficiar a los miembros de la familia según los deseos y anhelos del paciente.

La expresión del arte puede ser terapéutica para cualquier persona que ha experimentado una pérdida o un dolor anticipado. El deseo de expresarse uno mismo a través de una forma de arte aumenta, a menudo, durante los tiempos de duelo o cuando se recibe el diagnóstico de una enfermedad terminal. Las artes creativas (es decir, el arte visual, la poesía, la escritura creativa, la música u otras formas de arte) fluyen, naturalmente, en el intento de expresar el sufrimiento profundo que uno experimenta cuando se enfrenta con una pérdida significativa. Los terapeutas del arte observan el poder y el potencial del arte para ayudar a identificar, para hacer frente y para alentar la sanación del dolor experimentado durante el viaje de la pérdida y del dolor.



Con frecuencia, el arte creativo, con la típica diversidad de materiales de arte, resulta difícil para los pacientes que están finalizando su vida. No obstante, con el apoyo y la guía de un terapeuta del arte, las personas pueden abordar los cambios profundos que están experimentando y expresar sus emociones profundas. La terapia del arte puede ayudar a traer significado y una nueva perspectiva a la vida de la gente durante tiempos difíciles.

Una vez, me encontré con una paciente que se resistía a participar en los proyectos de terapia del arte tradicionales. A medida que desarrollaba una relación terapéutica con ella, le presenté el proyecto Dejar un Legado para apoyar su autovaloración y elevar su autoestima. Mediante el uso de papel tisú de colores, la paciente creó un "tazón de legado." A pesar de la preocupación de ella sobre sus habilidades artísticas, tal como lo evidenció en su comentario ("Yo no soy una artista"), el proceso repetitivo del proyecto alentó a que se creara un ambiente seguro y alentador. Para esta mujer de 96 años, el proyecto de legado le dio un medio para aumentar su autonomía y para redescubrir aspectos de su ser creativo. Este "Tazón de Legado" quedó en su habitación cerca de un bloc de notas y de una lapicera donde todos los que la visitaban y cuidaban de ella (como enfermeras, médicos, voluntarios, músico-terapeutas, etc.) podían escribir testimonios positivos acerca de sus experiencias con ella. Cada visita comenzaba con la lectura de nuevos mensajes y la repetición de afirmaciones positivas de sesiones pasadas. Sus sonrisas y expresiones de sorpresa nunca se detenían durante estos momentos de afirmación. Este tazón hecho a mano sirvió como una herramienta para aumentar la autoestima de la paciente y para comunicar el mensaje de su importancia al personal de Seasons. El Tazón de Legado se le entregará a la familia luego de la muerte de esta paciente.

Uno de los resultados más importantes de la terapia del arte es ayudar a los pacientes o a los sobrevivientes del dolor a comprender que aún ellos importan. Usar el arte como un método de autoexpresión y obtener fortalecimiento personal es un medio para este fin. El arte puede usarse para comunicar la naturaleza multifacética del dolor. Al participar en el proceso creativo, ellos pueden recuperar sus voces y dejar su huella. Cada expresión de arte creada por un paciente o sobreviviente del dolor es un legado poderoso.

¡QUÉ HERMOSO TAZÓN HAS HECHO! CREO QUE HAS SIDO UN ARTISTA TODA TU VIDA... ¡Y, SIMPLEMENTE, NO LO SABÍAS! ☺

Mantenimiento Simple del Hogar

Por Luisa Kcomt, Trabajadora Social Certificada (LMSW, por sus siglas en inglés)

Para los sobrevivientes, el viaje a través del dolor no se trata, simplemente, de enfrentar la muerte de un ser querido, sino también de adaptarse a las nuevas funciones o a las responsabilidades que pudo no haber tenido antes. Ya sea aprender el lavado de la ropa por sí solos o a usar la cortadora de césped por primera vez, los sobrevivientes del dolor descubren que ahora deben asumir la responsabilidad de las tareas del hogar que alguna vez estuvieron a cargo de su ser querido fallecido. Aprender estas nuevas habilidades puede ser emocionalmente desafiante porque les hace afrontar la realidad de su pérdida. Los sobrevivientes pueden sentirse abrumados por tener que aprender estas habilidades. Sin embargo, lo que uno no sabe puede aprenderse de la familia, amigos, vecinos y de la Internet. A continuación, hay una lista de procedimientos básicos de mantenimiento del hogar que puede resultar útil para los sobrevivientes del dolor, especialmente, cuando llega el verano.

- A medida que el clima se vuelve gradualmente más cálido durante la primavera y el césped se despierta de su letargo, es hora de fertilizar el césped. Las ferreterías tendrán exhibidos estos productos sin problema. El césped crece mejor cuando se lo fertiliza, al menos, cuatro veces durante la época de crecimiento, de primavera a otoño. Una manera útil de recordar cuándo fertilizar el césped es completar la tarea cerca de los feriados principales: Pascuas, Día de Conmemoración de los Caídos, Día de la Independencia y Día del Trabajo.
- Si le agrega estabilizador de combustible a la gasolina lo ayudará a extender la durabilidad de esta y a mantener la eficacia de su cortadora de césped a gasolina.
- Si tiene un sistema de riego automático por aspersión para el césped, controle cada rociador para asegurarse de que el agua fluya adecuadamente. Si no fluye adecuadamente, el rociador necesitará que lo ajusten.

- Si tiene un aire acondicionado central en su casa, deberá limpiar el condensador exterior para sacarle los restos y la suciedad que podrían comprometer su rendimiento. Cualquier follaje alrededor de la unidad deberá podarse, al menos, 2 pies (0.6 metros) para permitir el flujo de aire apropiado alrededor del condensador.

- Limpiar las ventanas puede ayudar a iluminar más el espacio interior y a obtener una vista más despejada del espacio exterior. Las ventanas altas que pueden ser difíciles de alcanzar pueden limpiarse usando un palo telescópico, que puede comprarse en cualquier ferretería.
- Los filtros del horno deben cambiarse cada tres meses.

Para aquellos propietarios que tengan preguntas sobre el mantenimiento de sus casas, la Internet puede ser un recurso extraordinario para buscar información. Hay una gran cantidad de blogs y de videos disponibles en línea. Personalmente, he aprendido a instalar asientos nuevos de retretes, a reemplazar rociadores y a mantener mi césped con la ayuda de la Internet. También puede resultar útil hablar con un vecino o consultar con el vendedor de la ferretería.

El viaje a través del dolor puede ser emocional, espiritual y físicamente desafiante. No obstante, también puede ser una experiencia de crecimiento increíble. Completar las tareas físicas del mantenimiento de la casa puede brindarle una sensación de logro, especialmente, si se aprende una habilidad nueva durante el proceso. Aunque devenidas de la necesidad y de la tristeza, estas experiencias de aprendizaje también pueden transformarse en satisfactorias y en una fuente de fuerza.

¿Lo Sabía?

¡Seasons Hospice & Palliative Care celebra su 20º aniversario! Junto con la Seasons Hospice Foundation, hacemos un reconocimiento de los siguientes logros al suministrar cuidados paliativos de calidad a las comunidades que servimos:

- 27 centros certificados de Medicare y 17 centros de internación en 19 estados
- Calificados como la 5ª. organización más grande de cuidados paliativos en los Estados Unidos
- El empleador más grande de cuidados paliativos de músico-terapeutas certificados en el país
- Cantidad de Campamentos del Dolor para Niños ofrecidos desde 2012 hasta el presente: 29
- Monto por atención de caridad suministrada en 2016: $4,500,000
- Cantidad de deseos de pacientes terminales cumplidos por la Seasons Hospice Foundation desde el principio: 1,656

SEASONS HOSPICE & PALLIATIVE CARE
20 YEARS OF HONORING LIFE OFFERING HOPE
ANNIVERSARY
EST 1997

SEASONS HOSPICE FOUNDATION®

6400 Shafer Ct., Suite 700
Rosemont, IL 60018

DIRECCIÓN SERVICIO SOLICITADO

NON-PROFIT ORG.
U.S. Postage
PAID
48120
Permit No. 6

SeasonsFoundation.org

para Todas las Etapas

Si tiene que actualizar sus datos de correo, o si desea recibir este boletín informativo en forma electrónica, póngase en contacto con Seasons Hospice Foundation al 847-692-1000, interno 4.

Ayudar a Otros a Través de la SEASONS HOSPICE FOUNDATION

Un regalo para Seasons Hospice Foundation marca el amor y la alegría que alguien trajo a nuestras vidas, al mismo tiempo que se ayuda a otros pacientes y a sus familias.

Para honrar a su ser querido a través de un regalo o para conocer más acerca de la Seasons Hospice Foundation, visite **SeasonsFoundation.org** o llame al **847-692-1000**.

APOYO

SEASONS HOSPICE & PALLIATIVE CARE®

Seasons Hospice
& Palliative Care
606 Potter Rd.
Des Plaines, Illinois 60016

847-759-9449
Línea gratuita: 800-570-8809

"Si siempre hay un mañana cuando no estamos juntos…
Hay algo que debes recordar siempre.
Eres más valiente de lo que crees,
Más fuerte de lo que pareces,
Y más inteligente de lo que piensas.
Pero lo más importante es
Que, aun cuando estemos separados,…
Siempre estaré contigo."

– A. A. Milne, autor de "Winnie the Pooh"