

# ¿Qué es la Atención Espiritual?



APOYO PARA PACIENTES GRAVEMENTE  
ENFERMOS Y SUS SERES QUERIDOS

FULL-COLOR  
LOGO HERE &  
CHOOSE BORDER  
SPOT COLOR

**Actualizado en 2023. © 2019 por Quality of Life Publishing Co.**

*Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este folleto puede ser reproducido sin el permiso previo de la editorial. Impreso en los Estados Unidos de América.*



Publicado por Quality of Life Publishing Co.  
Naples, Florida

Quality of Life Publishing Co. es una organización independiente, impulsada por su propia misión, que se especializa en publicaciones exclusivas que ayudan a aliviar el camino de las personas que sufren de enfermedades graves y el de sus familiares.

**Visite [www.QOLpublishing.com](http://www.QOLpublishing.com).**

**CÓMO PEDIR COPIAS EXCLUSIVAS:** Llame al número gratuito de Quality of Life Publishing Co. durante el horario de atención habitual (hora del este) al 1-877-513-0099 o envíe un correo electrónico a [info@QOLpublishing.com](mailto:info@QOLpublishing.com).

# Introducción

Cuando usted o un ser querido está gravemente enfermo o herido, es posible que busque un sentido en el mundo que lo rodea. Quizás se pregunte: “¿Por qué está sucediendo esto?, ¿cuál es el significado de la vida?”.

El cuidado espiritual puede ayudar a los pacientes, cuidadores, seres queridos y médicos que enfrentan enfermedades graves. Este folleto le ayudará a aprender acerca de la atención espiritual. Las preguntas a lo largo del texto, pueden ayudarle a compartir sus necesidades espirituales con el equipo de atención.

Si cuida de alguien que no puede expresarse por su cuenta, trate de responder las preguntas como lo haría el paciente. Asegúrese de anotar también sus propios sentimientos y preocupaciones.

La atención espiritual puede no proporcionar todas las respuestas, pero puede brindarle un espacio seguro para hacer preguntas importantes. La atención espiritual puede promover la sanación espiritual, conducir al crecimiento personal y guiarlo hacia sus propias respuestas.

## ¿Qué Es la Atención Espiritual?

La atención espiritual (o “atención pastoral”) es el apoyo emocional con un enfoque en el bienestar espiritual. Es una parte importante de la atención médica. La atención espiritual ayuda a los pacientes, las familias y el personal médico a encontrar el significado y la esperanza durante momentos difíciles. También puede beneficiar a aquellos que se sienten en paz con su recorrido.

La atención espiritual puede ayudarlo a definir sus valores. Conocer sus valores puede ayudarlo a centrarse en lo que usted considera más importante. Este es un paso importante para tomar decisiones de tratamiento. Tenga en cuenta que sus necesidades únicas de atención espiritual pueden cambiar a medida que lo hace su salud.

## ¿“Espiritual” o “Religioso”?

Es importante conocer la diferencia entre “espiritual” y “religioso”. Muchas personas expresan su espiritualidad a través de la religión. Sin embargo, las personas que no son religiosas también pueden ser espirituales.

Pensar en la espiritualidad como la historia de su vida puede ayudar. Es la suma de todo lo que da sentido a su vida, como:

- Relaciones con la familia, los amigos, las mascotas, la comunidad o la naturaleza
- Origen cultural, creencias, valores, tradiciones
- Pasiones, pasatiempos, talentos especiales, profesión
- Religión, conexión con un poder superior

No hay un modo correcto o incorrecto de practicar la espiritualidad. Si puede nombrar una cosa que es o fue importante para usted, ha practicado la espiritualidad. **¿Qué le da sentido a su vida? ¿Qué es lo que considera más importante? Anote sus pensamientos a continuación. Este es el centro de su espiritualidad.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# ¿Por Qué Es Importante la Atención Espiritual?

Hay un fuerte vínculo entre nuestro bienestar espiritual y nuestro cuerpo. El dolor físico puede llevar al dolor espiritual. De la misma manera, el dolor espiritual puede empeorar el dolor físico. La espiritualidad/la religión también puede impactar cómo usted:

- Responde al tratamiento o al manejo del dolor
- Habla sobre la enfermedad y toma decisiones de tratamiento
- Controla las emociones y encuentra esperanza durante una crisis

La atención espiritual puede ayudar a aliviar síntomas físicos, elegir tratamientos que se alineen con sus valores y evitar tratamientos que no contribuyan a la calidad de vida. La atención espiritual para el personal médico y los cuidadores familiares puede elevar la moral, ayudar a prevenir el agotamiento y conducir a una mejor atención para los pacientes.

## Emociones difíciles durante una enfermedad grave

Algunas personas afrontan bien las enfermedades graves, pero es normal que luchen con emociones difíciles. La atención espiritual puede ayudarlo a sobrellevar estos sentimientos. **Marque todas las opciones que correspondan.**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Ira                     | <input type="checkbox"/> Pérdida de control o de la independencia               |
| <input type="checkbox"/> Miedo                   | <input type="checkbox"/> Pérdida del propósito/significado/sentido de identidad |
| <input type="checkbox"/> Aflicción, tristeza     | <input type="checkbox"/> Sentimiento de soledad o abandono                      |
| <input type="checkbox"/> Depresión               | <input type="checkbox"/> Otro: _____  |
| <input type="checkbox"/> Confusión               | _____   |
| <input type="checkbox"/> Shock, vacío            | _____   |
| <input type="checkbox"/> Culpa, vergüenza        | _____   |
| <input type="checkbox"/> Preocupación, ansiedad  | _____   |
| <input type="checkbox"/> Pérdida de la esperanza | _____   |
| <input type="checkbox"/> Sentirse una carga      | _____   |

## Sufrimiento y dolor espiritual

El dolor espiritual es la angustia que puede sentir si tiene dificultades para encontrar un propósito, consuelo o conexión durante momentos difíciles. A continuación, se enumeran los signos más comunes. La atención espiritual puede ayudar a aliviar estos síntomas. **Marque todas las opciones que se apliquen a usted.**

- Síntomas físicos (dolor, falta de aire, náuseas) que no mejoran con el tratamiento
- Problemas para dormir
- Problemas para comer
- Pesadillas o sueños intensos
- Inquietud, agitación o mal humor
- Pérdida de interés en las personas o cosas favoritas
- Otros síntomas que tiene qué podrían ser causados o empeorados por el dolor espiritual: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Fortaleza espiritual

La atención espiritual no se trata solamente de sufrimiento y angustia. Muchas personas se enfrentan a enfermedades graves con fuerza y paz. La atención espiritual puede ayudarlo a reflexionar sobre lo que significa la espiritualidad para usted. **¿Cómo demuestra la fortaleza espiritual? Marque todas las opciones que correspondan.**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Aceptación de lo que es/<br>lo que será | <input type="checkbox"/> Sentido de gratitud                         |
| <input type="checkbox"/> Positivismo, resiliencia                | <input type="checkbox"/> Fuertes creencias espirituales o religiosas |
| <input type="checkbox"/> Humor, risa, alegría                    | <input type="checkbox"/> Otro: _____                                 |
| <input type="checkbox"/> Sentido de autoestima                   | _____  |
| <input type="checkbox"/> Sentido de paz, esperanza               | _____  |
| <input type="checkbox"/> Sentido de perdón                       | _____  |

# Atención Integral

La “atención integral” o “atención centrada en el paciente” es atención que trata al paciente en su totalidad — física, emocional y espiritualmente — y brinda apoyo a familiares y seres queridos. Es proporcionada por un equipo de atención que puede incluir:

- Médicos
- Enfermeros
- Asistentes
- Trabajadores sociales
- Profesionales de la atención espiritual
- Terapeutas
- Farmacéuticos
- Otros, según la necesidad

La atención espiritual es una parte importante de la atención de la persona integral. Las creencias y los valores espirituales del paciente guían el plan de atención. Las prácticas espirituales (como la oración, el yoga, la meditación, la visualización, las técnicas de respiración, etc.) se pueden utilizar junto con tratamientos médicos para ayudar a aliviar los síntomas.

Es posible que los médicos y enfermeros no tengan suficiente tiempo o no estén capacitados para brindar todo el apoyo emocional que un paciente necesita. Es por eso que los equipos de atención a menudo incluyen profesionales de la atención espiritual.

“Recordaré que la medicina no solo es ciencia, sino también arte, y que la calidez, la compasión y la comprensión pueden ser más valiosas que el bisturí del cirujano o el medicamento del farmacéutico”.

— Dr. Louis Lasagna, exdecano  
de la Facultad de Ciencias Biomédicas  
de la Universidad de Tufts, en su Juramento Hipocrático Moderno

## ¿Quién Proporciona Atención Espiritual?

Los profesionales del cuidado espiritual se pueden encontrar en hospitales y hogares de ancianos, en equipos de cuidados paliativos o de cuidados de hospicio, y en otros entornos de atención médica. Estos especialistas están capacitados para apoyar a pacientes de todos los orígenes y a sus familias.

Algunos equipos de atención pueden tener un profesional de atención espiritual en el personal. Otros pueden tener un equipo de cuidado espiritual completo. Los profesionales del cuidado espiritual también pueden tener diferentes títulos, dependiendo del entorno de atención médica. Estos títulos incluyen:

- Capellán
- Coordinador de Atención Espiritual
- Consejero de Atención Espiritual
- Administrador de Atención Espiritual
- Director de Atención Espiritual
- Especialista en Atención Espiritual

Cualquiera sea su título, todos los profesionales de la atención espiritual desempeñan funciones similares. Al igual que otros profesionales médicos de alto nivel, todos estos especialistas deben:

- Tener un posgrado (maestría en Divinidad, Teología o Estudios Pastorales)
- Contar con cientos de horas de capacitación práctica
- Pasar por un proceso de revisión
- Recibir formación constante

Estos proveedores de atención espiritual dejan de lado sus propias creencias y escuchan sin juzgar. También saben cómo trabajar con los expedientes médicos para que puedan comunicar las necesidades espirituales del paciente/de la familia con todo el equipo de atención.

La atención espiritual puede brindarle el apoyo único que *usted* necesita, independientemente de las creencias que tenga.



# No Creo Que Necesite Atención Espiritual...

“Soy religioso. Ya tengo un líder espiritual”.

Si prefiere que su miembro del clero le brinde atención espiritual, todavía podemos ayudar. Nuestros servicios de atención espiritual nunca tomarán el lugar de su comunidad espiritual. En lugar de eso, los profesionales de la atención espiritual pueden trabajar junto con el clero como un apoyo adicional para usted y su familia.

El clero puede proporcionar una buena atención espiritual, pero la mayoría de los clérigos no tienen la capacitación formal en salud de un profesional de la atención espiritual. Los profesionales de la atención espiritual pueden ayudarlo a pensar en cómo sus creencias religiosas podrían influir en sus decisiones de tratamiento. Ellos también suelen reemplazar a los clérigos si estos no pueden estar presentes.

“NO soy religioso. No quiero que recen por mí”.

Los ateos o agnósticos a veces rechazan el cuidado espiritual porque piensan que habrá predicación y oración.

Recuerde que el cuidado espiritual no tiene que incluir la religión. Puede ser útil tener a alguien que escuche la historia de su vida, con quien hablar sobre sus miedos o simplemente tener una conversación casual para despejar la mente por un momento.

“Estoy en paz en donde estoy. No necesito apoyo”.

Incluso aquellos que demuestran una gran fortaleza espiritual pueden beneficiarse de la atención espiritual. Es posible que estos pacientes no necesiten ayuda para superar emociones difíciles, pero la atención espiritual puede ayudarlo a reflexionar sobre lo que les da sentido y a celebrar su propia vida.

# ¿Qué Puedo Esperar?

Cuando el profesional de la atención espiritual realiza una visita, se presenta y explica el motivo por el cual está allí. El primer paso es comprender las necesidades espirituales que tiene usted en la actualidad. Usted puede necesitar rezar, hablar...o que lo dejen solo.

Si usted desea hablar, los siguientes pasos son ESCUCHAR, buscar ciertas señales (ver a continuación) y hacer preguntas para conocerlo. Partiendo desde esa base, se puede crear un plan de atención espiritual.

## Lenguaje que podría indicar dolor espiritual

- “¿Qué hice para merecer esto?”
- “¿Qué sentido tiene?”
- “Cuando esté mejor...”
- “¿No hay algo que podamos hacer?”
- “No quiero ser una carga...”

## Comportamientos que podrían indicar dolor espiritual

- Negar la gravedad de la enfermedad u obsesionarse con una cura milagrosa
- Rechazar la medicina, el tratamiento o la ayuda de los demás
- Tener conflictos continuos o luchas de poder con otros
- Dañarse o tomar decisiones peligrosas
- Modificar drásticamente las ideas religiosas

## Elementos que a veces pueden indicar la religión de una persona

- Imágenes, arte, estatuillas
- Libros
- Vestimenta
- Joyas, accesorios
- Peinados, llevar la cabeza cubierta
- Marcas en la cara/piel

## Lo que puede incluir un plan de atención espiritual

- Ofrecer compañía y amistad
- Tomarse de la mano o simplemente ser una presencia tranquila y silenciosa, especialmente para las personas que no pueden comunicarse
- Hablar de alguno de estos temas:
  - su vida y sus valores, miedos, esperanzas o sueños
  - decisiones de atención médica difíciles
  - formas de encontrar la esperanza y el propósito
  - honrar o restablecer relaciones
  - perdonar o pedir perdón
  - abandonar la ira, el odio o los errores del pasado
  - el significado de la vida y lo que sucede después de la muerte
- Conectarlo con otros miembros del personal para ayudarlo con los asuntos que puedan estar causando preocupación o dolor
- Organizar visitas con su clérigo, si es posible
- Ofrecer oración o ritos religiosos, o leer textos religiosos, si se desea
- Brindar apoyo espiritual para los seres queridos, la familia o los cuidadores que podrían estar atravesando dificultades
- Ayudar en la planificación de funerales o servicios conmemorativos
- Ofrecer apoyo para el duelo a la familia después de la muerte del paciente, como llamadas telefónicas, visitas o asistencia a los servicios conmemorativos

# Crecimiento Espiritual

Muchas personas gravemente enfermas pueden encontrar sanación y crecimiento, pero esto no siempre reduce el sufrimiento espiritual. Puede ser útil saber que el dolor espiritual es una parte normal del ser humano y algo que todos compartimos.

Ejemplos de crecimiento espiritual

- **Revisión de la vida**—reflexionar sobre la vida; celebrar las alegrías
- **Conexión con los seres queridos**—expresar amor, gratitud y perdón; decir adiós; reparar relaciones rotas
- **Coraje espiritual**—tener conversaciones sobre la vida, la muerte, la vida después de la muerte o el significado de la vida; encontrar lazos más profundos con la fe o con un poder superior; explorar otras religiones
- **Serenidad, paz, esperanza**—aceptación; saber que estará bien; saber que los seres queridos estarán bien

**Estamos aquí para usted y sus seres queridos.** Nuestra esperanza es que usted sea capaz de encontrar valor en tener un apoyo emocional y espiritual compasivo.

“Podemos vivir cada día al máximo, incluso cuando aceptamos la seguridad de la muerte. Aceptar que la medicina no puede posponer la muerte no es una derrota. Es aceptar el mundo de la manera en la que se creó, y, al mismo tiempo, tener la profunda sensación de que la vida es un regalo”.

— Adaptación autorizada de *Decisiones Difíciles para los Seres Queridos (Hard Choices for Loving People)*, por el capellán de atención médica Hank Dunn, MDiv

# Evaluación sobre la Atención Espiritual

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Responder las siguientes preguntas nos ayudará a saber más sobre sus necesidades espirituales, lo que ayudará a guiar el plan de atención espiritual.** Reflexionar sobre estas preguntas también es una parte importante de la planificación anticipada de la atención (planificar de forma anticipada su atención médica en caso de que más adelante no pueda expresarse por su cuenta). Si desea saber más sobre la planificación anticipada de la atención, pregúntenos.

Si usted es un cuidador, responda las preguntas como lo haría el paciente. También considere escribir sus propias respuestas.

- 1) ¿Practica alguna religión?     Sí     No
  - Si la respuesta es “Sí”, ¿qué religión? \_\_\_\_\_
  - Si la respuesta es “No”, vaya a la pregunta 7.
  
- 2) ¿Forma parte de alguna comunidad de fe religiosa?  
 Sí     No
  - Si la respuesta es “Sí”, nombre su lugar de culto:  
\_\_\_\_\_
  
- 3) ¿Siente que tiene el apoyo de su comunidad de fe?  
 Sí     No     No sé
  
- 4) ¿Tiene líderes de fe o clérigos de confianza que desea que participen en su atención?     Sí     No
  - Si la respuesta es “Sí”, indique su información de contacto aquí:

\_\_\_\_\_  
Nombre

\_\_\_\_\_  
Número de teléfono

\_\_\_\_\_  
Nombre

\_\_\_\_\_  
Número de teléfono

5) ¿Tiene creencias religiosas que podrían afectar sus opciones de atención médica? (Ejemplos: no puedo consumir productos de origen animal; no puedo recibir la sangre de otra persona).

Sí     No     No sé

• Si la respuesta es “Sí”, enumérelas: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6) ¿Siente que sus creencias religiosas difieren de sus objetivos de atención?     Sí     No

• Si la respuesta es “Sí”, ¿de qué manera? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7) Si no es religioso, ¿cuáles son sus creencias espirituales?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8) ¿Cuál es la importancia de la religión/espiritualidad para usted?

Para nada importante     Algo importante     Muy importante

9) ¿Sus creencias religiosas/espirituales le ofrecen consuelo?

Sí     No     No sé

• Si la respuesta es “Sí”, ¿cómo le ofrecen consuelo? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

• Si la respuesta es “No”, ¿por qué? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10) ¿De qué manera encuentra esperanza, coraje, fortaleza y paz durante los momentos difíciles? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

11) ¿Su entorno espiritual o cultural afecta la forma en la que su familia habla sobre la enfermedad y el tratamiento médico?  
 Sí     No  
• Si la respuesta es “Sí”, ¿cómo? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

12) ¿Tiene inquietudes espirituales específicas? ¿Qué más debería saber el equipo de atención acerca de usted o su familia?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_


“No somos seres humanos que viven una experiencia espiritual. Somos seres espirituales que viven una experiencia humana”.

— Pierre Teilhard de Chardin

PROPORCIONADO POR

FULL-COLOR  
LOGO HERE &  
CHOOSE BORDER  
SPOT COLOR

 (000) 000-0000

 (000) 000-0000

 info@domain.com

 www.website.com

 Street Address, City, State, Zip