UNA FORMA DISTINTA DE TRABAJAR, UN NUEVO PARADIGMA DE CUIDADOS

Dra. Ana Urrutia Beaskoa
Presidenta de la Fundación Cuidados Dignos
"www.cuidadosdignos.org"

Aún, todavía, en el año 2010, el 23% de las personas mayores que viven en residencias en España lleva algún tipo de sujeción restrictiva, un porcentaje excesivamente elevado que requiere de una respuesta por parte de la sociedad. La gestión de sujeciones restrictivas o su ausencia en el cuidado de las personas dependientes es, hoy en día, un tema superado en la mayor parte de los países más avanzados del mundo, y sin embargo, aún formando parte de ese grupo de países evolucionados e innovadores, aquí se sigue utilizándolas en exceso. Justo es reconocer los avances que se van logrando, ya que según la revista Age and Ageing, en el año 97, España "lideraba" el 'ranking mundial' con un 39,9% de residentes con sujeciones y, hoy en día es, como digo, y según el último estudio de Ceoma, de un 23%; aún así el porcentaje es muy superior al de países equiparables en desarrollo como lo son Reino Unido (4%) y Dinamarca (2%).

Hace unos cinco años, el hijo de una de nuestras residentes nos recriminó el uso de sujeciones como práctica habitual de nuestra organización. Sobrepuestos al "enfado" inicial frente a la queja, meditamos sobre este problema e iniciamos un trabajo para tratar de eliminar de nuestro centro todo tipo de sujeciones tanto físicas como farmacológicas.

Pusimos en marcha una nueva forma de trabajar, que hemos denominado **Metodología Libera-Ger**, que trata de ofrecer una atención asistencial en la que la sintomatología problemática asociada al deterioro cognitivo (demencia) se aborda sin la utilización de medidas restrictivas (cinturones de sujeción, exceso de fármacos psicótropos...), lo que garantiza el desarrollo del enfermo como persona *libre* y con *derechos*.

La experiencia llevada a cabo en la Residencia y Centro de Día Torrezuri aplicando esta metodología ha supuesto una serie de ventajas: Por un lado, ha supuesto una mejora de la *Salud* de las personas mayores. Además de beneficios físicos y psicológicos, se ha observado que el "no uso de sujeciones" implica un menor riesgo de caídas y que éstas, si se producen, tienen como consecuencia lesiones de menor gravedad.

Hemos observado una mejora de la *Satisfacción* de los familiares y, como consecuencia, de la imagen del centro. Las familias han reaccionado mejor ante las caídas cambiando su forma de pensar, ya que las perciben como un "riesgo controlado" que están dispuestas a correr a cambio de la mejora de la calidad de vida. Ejemplo de ello es que, desde que se trabaja en colaboración con las familias, hemos percibido que el riesgo de que se produzcan litigios legales o demandas judiciales ha desaparecido.

Hemos constatado una mejora de la *Motivación y Satisfacción* de las personas que trabajan en el centro y, como consecuencia, de la *Calidad* del servicio prestado. Estudios realizados en Estados Unidos por el QIO (Organización de Mejora de la Calidad) permiten interpretar que los trabajadores de centros en los que se utilizan sujeciones, muestran sentimientos de incompetencia y desmotivación por el uso de sujeciones para el control de conductas inapropiadas; y por otro lado, los resultados del Estudio Libera-Ger 2006-2008 que presentamos en el congreso de la Seeg 2009 mostraron una mejora en los resultados del inventario de Burnout de Maslach por parte del personal auxiliar, que además dice "sentirse" más satisfecho porque percibe que su trabajo "tiene más sentido".

Su implantación no implicó costes adicionales de explotación ya que las soluciones de trabajo de la Metodología Libera-Ger se han desarrollado a partir de los medios tanto humanos como técnicos de los que el centro disponía. Los estudios realizados tanto en Estados Unidos como en Europa corroboran que el no uso de sujeciones no requiere un incremento de personal cuidador.

Hace unos cinco años, el hijo de una de nuestras residentes nos recriminó el uso de sujeciones como práctica habitual de nuestra organización. Sobrepuestos al "enfado" inicial frente a la queja, meditamos sobre este problema e iniciamos un trabajo para tratar de eliminar de nuestro centro todo tipo de sujeciones

En el año 2007, el trabajo realizado nos valió el reconocimiento por parte de Ceoma (Confederación Española de Organizaciones de Mayores) como el primer centro del estado libre de sujeciones

En el año 2007, el trabajo realizado nos valió el reconocimiento por parte de Ceoma (Confederación Española de Organizaciones de Mayores) como el primer centro del estado "libre de sujeciones".

Animados por ello, y con el apoyo de expertos nacionales e internacionales, hemos tratado de plasmar en un documento normativo flexible que la Metodología Libera-Ger pueda ser aplicada en cualquier centro, que permita ir introduciendo esta nueva cultura de trabajo, y que ahora ofrecemos y ponemos a disposición de todas las organizaciones a través de la Fundación Cuidados Dignos.

¿Cómo se consigue trabajar sin sujeciones?: Combinando lo siguiente en una nueva filosofía de trabajo:

- Dando a las personas mayores el *valor social* que tienen y que, en justicia, les corresponde: Ellas son la sabiduría, el hacer y el conocimiento del pasado que es necesario para nuestro futuro; sin ellas, los jóvenes y adultos del momento, nunca hubiéramos sido -ni estaríamos siendo-, y por supuesto, sin ellas, jamás seremos nada. Yo os invito a interiorizarlo.
- Cambiando el modo en que vemos las cosas, el modo en que interpretamos la realidad: Nosotros cuidamos, lo que significa que "servimos", y servir es generoso, y ser generoso es gratificante y satisfactorio. Os invito a transformar la *incomodidad* que supone "aguantar y sufrir" los trastornos del comportamiento de un enfermo demente que no comprende, en la *satisfacción* que se vive al ver que la mejoría en su salud se debe a la generosidad que por nuestra parte supone cuidarle sin sujeciones.

Siempre digo lo mismo: Si otros países trabajan sin sujeciones, ¿por qué nosotros seguimos pensando que son necesarias?; ¿es que no somos nosotros igual de válidos como cuidadores que lo son otros países? Tengo la certeza absoluta de que sí lo somos. Eso me impulsa a animar a las organizaciones a sumarse al Proyecto Libera-Ger, y a trabajar en la eliminación de las restricciones, no sólo en centros residenciales y sociosanitarios sino en los hospitales y también en los hogares donde día a día "se cuida".

Os invito a todos y a todas a ser pioneros de un nuevo paradigma de cuidados, es de justicia intentarlo, y resulta una experiencia muy gratificante.