

«Atar a los ancianos con correas va

La geriatra vizcaína Ana Urrutia lucha por suprimir una práctica común en las residencias



FERMÍN
APEZTEGUIA

✉ fapezteguia@elcorreo.com

Un centro asistencial de Gernika se convierte en modelo de cuidados a la vejez al sustituir las sujeciones físicas y químicas por una atención más humana

GERNIKA. La fundación Cuidados Dignos se ha propuesto demostrar que es posible atender a las personas mayores sin ningún tipo de sujeción. Ni físicas, ni químicas. Y lo está consiguiendo. Lo que comenzó hace más de una década en el pequeño centro asistencial Torrezuri de la localidad vizcaína de Gernika como una forma diferente de entender la atención a la vejez se ha convertido en un nuevo modelo de gestión que, por encima de cualquier otra consideración, prima la calidad de vida de los ancianos y su condición de seres humanos. Más de 150 centros en España han decidido ya a seguir la estela marcada por la geriatra y presidenta de la fundación, Ana Urrutia, y prescindir en sus instalaciones de todo tipo de cinturones y fármacos neurolépticos. Su trabajo por la humanización de los geriátricos acaba de ser reconocido por la mayor red internacional de emprendedores sociales innovadores, Ashoka, que le ha concedido su premio anual. «Las sujeciones –defiende la experta– van contra la dignidad humana».

Más de un 40% de las personas mayores que en España residen o son atendidas en centros especializados viven atadas a una cama, un sillón o una silla de ruedas. En otros países, como Reino Unido o Alemania, son sólo el 5%. Da igual la cifra. La fundación Cuidados Dignos está convencida, y así lo viene demostrando con su experiencia, de que es posible soltar todas esas amarras. «Hay que humanizar los geriátricos», de-

fiende Ana Urrutia, que sólo tiene una explicación para la cantidad tan grande de centros que aún recurren a las ataduras para mantener bajo control a sus alojados.

Todos los servicios, «incluidos los hospitales», están orientados, según argumenta, hacia la eficiencia. Buscan por encima de todo mejores resultados. «Son organizaciones que se centran tanto en cubrir sus propias necesidades que dejan de lado las de las personas que cuidan», critica. «Hay muchos conceptos que no tenemos muy profundizados, como dignidad, humanidad, autonomía del paciente; y como consecuencia, cuando nos encontramos con una

persona mayor nerviosa, la sujetamos. No digo que la maltratemos, pero no lo hacemos bien».

Adelantarse a la necesidad

La sujeción física o química sólo se justifica, a su entender, como terapia para evitar que el paciente, en un brote de agresividad, pueda quitarse la vida o provocar la muerte de terceras personas. «En diez años sólo tuvimos que utilizar correas una vez, y fue porque no hicimos bien las cosas», asegura Urrutia. El resto de situaciones, incluidas las que se suscitan como consecuencia de los movimientos reiterativos e incontrolados (coreas y clonias) ligados a de-

terminadas demencias, puede controlarse, dando a la persona la atención que precisa en cada momento. El 'secreto' consiste en «saber adelantarse a lo que va a ocurrir» y tratar a cada persona en función de «sus necesidades y de su historia de vida».

Lo que habitualmente se llama agitación suele ser, «en la mayoría de los casos», episodios de malestar y nerviosismo. «Hay que ser muy paciente con las personas mayores. Mucho diagnóstico de agitación es sólo malestar provocado por la existencia de un entorno nuevo, de la dificultad para comunicar una necesidad, un dolor, una molestia. Es importante que utilicemos bien una

palabra u otra, porque de ello dependerá la terapia que apliquemos».

El trabajo sin sujeciones requiere la implicación directa tanto de las familias como del conjunto del equipo asistencial. «Esto es como la educación de los niños, puedes participar activamente en el proyecto o mantenerte al margen y acudir sólo a la fiesta anual del colegio. 'Tú verás', les digo siempre, 'se trata de tu padre'». Antes de que el paciente se aloje en la residencia, un equipo de la fundación Cuidados Dignos se reúne con los parientes en el domicilio familiar. La visita busca reconstruir la historia de la vida del paciente. Sus aficiones, sus gustos y preferen-



1

Un jardín terapéutico, musicoterapia y animales

✉ F. A.

GERNIKA. Las más de 150 residencias y organizaciones que se han sumado a esta nueva forma de atención a las personas mayores, con menos fármacos, menos correas y más trato humano, no son suficientes. La fundación que preside Ana Urrutia considera que el proyecto ha llega-

do a un punto crítico. O logra un nuevo impulso y se convierte en una realidad generalizada o el intento quedará limitado a sólo una tendencia.

El modelo que defiende –bautizado como Libera-Care y que pronto saldrá publicado en un libro– se sustenta sobre «cuatro pilares». El primero de ellos es creer en la auto-

mía del paciente. Para facilitarles sus movimientos, las residencias se han dotado de un equipo de cámaras de televisión que les vigila permanentemente y mobiliario adaptado, como sillones y camas bajas, que les hacen la vida más fácil y evitan caídas. «Al darles mayor autonomía, no sólo podemos cuidarles sin sujeciones, sino que, además, los mayores disfrutan de mejor salud», afirma Ana Urrutia.

La humanización del cuidado incluye un cuidado digno, que tenga en cuenta su historia de vida y sus gustos personales. Las actividades del centro incluyen la gestión de un

jardín terapéutico, un lugar de descanso donde los alojados pueden disfrutar de plantas aromáticas, sus olores y texturas, y otras formas de terapia alternativas, sobre todo no farmacológicas, como el trabajo con animales y la musicoterapia.

El modelo de gestión, transversal, menos jerarquizado, con equipos multidisciplinares, integrados por profesionales comprometidos con el proyecto, resulta fundamental para la puesta en práctica del modelo. «El cambio fue drástico. De un día para otro vimos que teníamos que tratar a nuestros alojados de otra forma y

no sabíamos si seríamos capaces de llegar a todo, pero lo hicimos sin problemas. Ahora trabajo más a gusto», explica la alavesa Lourdes Pedruzo, que lleva trece años trabajando en Gernika como auxiliar de enfermería.

«Mucha gente, incluso compañeros de otras residencias, no se cree lo que hacemos aquí, que hay pacientes con muy distintas enfermedades», añade su compañero David Badiola, en referencia al trabajo sin sujeciones, cuarta columna del proyecto. «Yo siempre les contesto igual: 'venid y vedlo por vosotros mismos'».

contra su dignidad»

cias, su carácter. El encuentro busca definir perfectamente su perfil para saber cómo abordar de la mejor manera posible cualquier situación que se presente. «¿Te imaginas que a mí me amarraran con cuerdas a la cama, después de haberme pasado la vida peleando por unos servicios sin sujeciones?», se pregunta.

«¡Ay, Anita, guapita»

El objetivo es que el residente se sienta atendido, querido por quienes le rodean, satisfecho en su nuevo alojamiento, feliz. Que cuando reclame ayuda, alguien le escuche y dé respuesta a su necesidad, antes de que tenga que repetir veinte veces la palabra 'oye', se levante y se caiga de su asiento. «Nuestro objetivo como organización es adelantarnos a lo que

LAS CLAVES

El secreto

«Hay que conocer bien a cada persona para poder adelantarnos a sus necesidades específicas»

La excepción de la regla

«Las sujeciones, físicas o químicas, sólo se justifican como terapia cuando se trata de evitar una muerte»

va a ocurrir, analizar qué situaciones ponen en peligro a cada persona y evitarlas por todos los medios».

Tratar a las personas con dignidad y respeto, a pesar de sus enfermedades propias de la vejez, supone la mejor forma de evitar complicaciones. «¿Cómo cree que me encontraría yo si estuviera demente y alguien me dijera '¡Ay, Anita, guapita!'. Me chirriaría tanto, que me agitaría y me generaría un malestar tremendo».

Pero, ¿vale realmente esta forma de atención para los casos más graves? La experiencia llevada a cabo en residencias con más de 100 alojados demuestra que sí. «El demente se entera de muchísimas cosas. Pueden olvidarse de un nombre y hasta de hablar, pero las emociones siguen vivas hasta la muerte».

La terapia celular avanza en fibrosis quística, cáncer y sida

Los expertos confían en que la investigación con células madre pluripotentes permita nuevas y más efectivas terapias en una década

FERMÍN APEZTEGUIA

BILBAO. La investigación con células madre pluripotentes ha comenzado a realizarse ya en humanos y se encuentra más avanzada en el estudio de la fibrosis quística, diversos cánceres y el sida. «El entendimiento sobre la terapia génica ha crecido de manera exponencial en los últimos seis años. Es muy probable que en la próxima década tengamos buenas noticias sobre el abordaje de todas estas enfermedades. Sinceramente, creo que existen razones para la esperanza», afirmó ayer la catedrática en Biología Celular María Ángeles Martínez de Pancorbo, catedrática de la Universidad del País Vasco y líder del grupo de investigación Biomix. La especialista acudirá hoy al foro Encuentros con la Salud de EL CORREO para dar cuenta de los importantes avances que se han dado frente a las enfermedades genéticas en los últimos tiempos.

Las células madre son, por definición, las que tienen la capacidad de transformarse en cualquier tipo de tejido. Durante años, las únicas que se sabía que tenían este don eran las embrionarias, pero los problemas éticos que planteaban a ciertos sectores de la sociedad llevaron a una carrera investigadora, que concluyó con el diseño de una técnica para convertir células madre adultas en pluripotentes, también llamadas IPS. El hallazgo sirvió al japonés Shinya Yamanaka a ganar el Premio Nobel de Medicina de 2012, junto con el británico John Gurdon.

Los ensayos a punto de iniciarse de proyectos con humanos de medicina regenerativa, una rama de la ciencia que logró su definiti-

LA SESIÓN

► **Tema.** 'Avances frente a las enfermedades genéticas', con María Ángeles Martínez de Pancorbo, catedrática en Biología Celular de la Universidad del País Vasco.

► **19.00 horas.** Biblioteca de Bidebarrieta (Bilbao). Entrada libre hasta completar aforo.

► **Colaboran** Academia de Ciencias Médicas de Bilbao, Facultad de Medicina y Odontología de la UPV-EHU y agencia Docor.

vo impulso a través de este nuevo tipo de células madre, abrirán las puertas, según se espera, a nuevos tratamientos contra todas estas enfermedades. «La verdad es que estamos comenzando a ver la luz al final del túnel», afirmó la experta, que además de los avances científicos explicará hoy los mecanismos que se utilizan en el laboratorio para convertir una cuantas células de la piel de un paciente en tejido del órgano que se desee regenerar.

Como los trasplantes

«Hasta hace sólo cuatro o cinco años, se pensaba que una patología genética era prácticamente, por definición, una enfermedad sin cura. La medicina genética —argumentó la especialista— es un concepto nuevo, que nos ha permitido confiar en que el genoma se puede reparar y, de ese modo, muchas enfermedades que no tenían solución podrán ser tratadas». Algunos de los ensayos más avanzados son los que intentan buscar la manera de reparar la mutación genética que provoca la fibrosis quística, lo que en teoría, si se logra, podría suponer un paso muy importante de cara a su curación.

La especialista afirma que el camino que se está recorriendo es comparable al que se siguió con los trasplantes. «Antes no se trasplantaba a nadie y ahora es algo común. Lo veremos poco a poco», asegura.



2



3

1. La geriatra Ana Urrutia, presidenta de la fundación Cuidados Dignos, asiste a una mujer en su consulta.

2. Ancianos alojados en Torrezuri (Gernika) realizan sus ejercicios diarios.

3. Una auxiliar colabora en el huerto terapéutico con una de las personas alojadas en la residencia de Gernika.

REPORTAJE FOTOGRÁFICO: MAIKA SALGUERO

¡¡ÚLTIMA OPORTUNIDAD!!
Instalación, Certificados e IVA incluidos

PRECIOS SIN COMPETENCIA
¡¡Ahorra hasta 500€!!
Oferta válida hasta el 14 de marzo 30 de abril



BERETTA CIAO GREEN E 25 C.S.I.
Potencia 20,0/25,0 kw
1.475€
Ahorra 575€



VAILLANT ECOTEC PLUS 236 F
Potencia 20,0/24,0 kw
1.883€
Ahorra 500€



Guesa
Energía y Calefacción

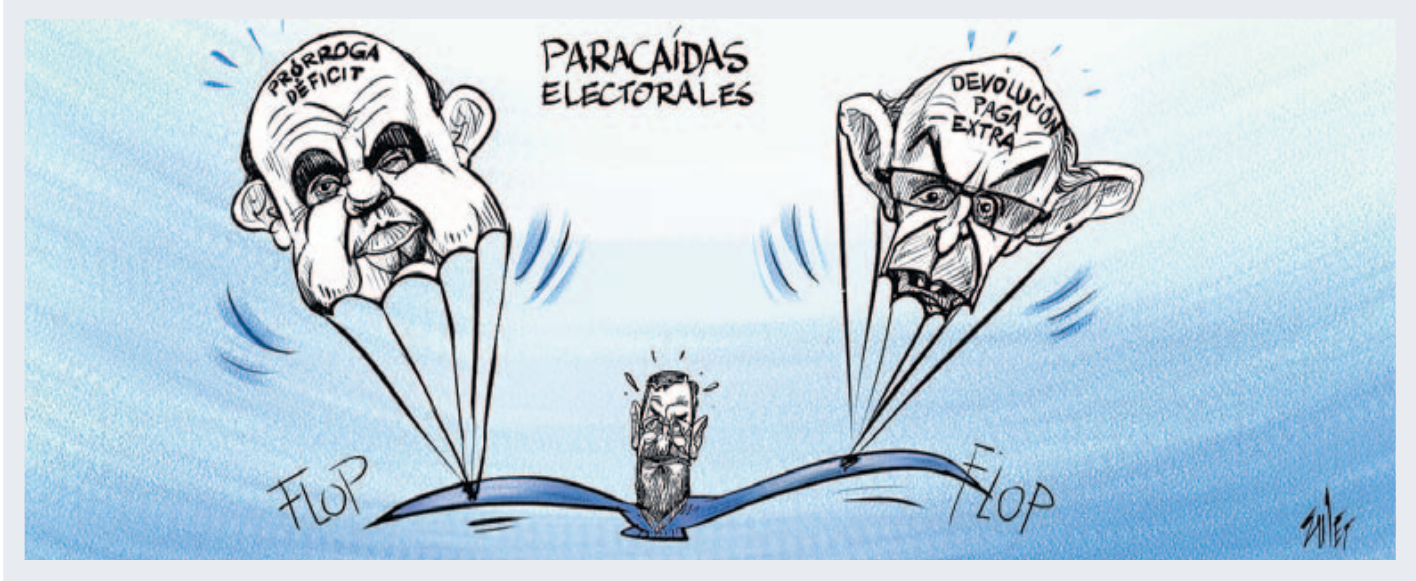
+ Calefacción

- 5 Radiadores de aluminio (40 elementos)
- Termostato modulante o Armario en acero inoxidable
- 2 válvulas termostáticas
- Caldera de condensación (a elegir uno de los dos modelos)

BERETTA: 3.355,06€
VAILLANT: 3.661,56€

Tfno. 946 363 497 · www.gue-sa.es · Polígono Industrial el Campillo, Parcela 18. Abanto y Zierbena.

ZULET



Poder robar

JUAN BAS

Nuestros corruptos no se conforman con arramplar solo la mitad de lo que habrían podido llevarse. Rebañan el plato hasta dejarlo limpio



EN DIAGONAL ROSA BELMONTE

Fiesستا

Los habitantes esqueléticos de la ciudad sitiada de Mada-
ya (Siria) han empezado a adentrarse en los campos de
minas en busca de comida. Lo cuenta ‘Middle East Eye’.
Una consecuencia lógica de la hambruna staliniana pro-
vocada por el bloqueo de Asad. Un trágico ‘De perdidos al río’.
Después de dos años del secuestro de más de 200 niñas nigeria-
nas por Boko Haram, una de las huidas ha relatado que las tenían
en un bosque del norte del país bombardeado por Camerún, Ni-

ger y Chad para combatir a los terroristas. Una vez que los avio-
nes empezaron a bombardear, todas se pusieron a gritar y llorar.
Los captores las violaron. A callar. Pero hay una salida. Cuando
los salvajes preguntan quién quiere ser voluntaria para un ata-
que suicida (cada vez utilizan más niñas), casi todas levantan la
mano. Fiesستا. «Con un poco de suerte, encuentras un soldado
que desactiva la bomba». Hay veces en que volar por los aires es
mejor que la vida que te toca.

EN PRIMER PLANO

**CARLES
PUIGDEMONT**
PRESIDENTE DE LA
GENERALITAT CATALANA



Cien días. El hombre que sustituyó a Mas
en la Generalitat en una pintoresca ope-
ración para conseguir el apoyo necesario
de la CUP cumplió ayer cien días en el
cargo sin que su Gobierno haya salido de
la parálisis. Sin embargo, se advierten algu-

nas señales de que se va imponiendo un cier-
to realismo político. De momento, se ha mi-
tigado la provocación y parece evidente que
el nuevo equipo se abre al diálogo y a la ne-
gociación con Madrid. La nueva legislatura
en España debería ser la de la conciliación.

ANA URRUTIA
GERIATRA



Sin ataduras. La fundación vizcaína Cui-
dados Dignos ha sido distinguida con el
premio anual de la red internacional Asho-
ka por su trabajo en favor de una aten-
ción más ‘digna’ a los ancianos, traducida,
entre otras cosas, en la supresión de las ‘su-

jeciones físicas y químicas’. Todo lo que se haga
para humanizar el trato a los mayores es poco,
pero hay que salvar el trabajo de quienes hoy
realizan esa tarea en nuestras residencias dan-
do lo mejor de sí y sustituyendo con profesio-
nalidad los medios de los que a veces carecen.

¿Habrá milagro?

DIEGO CARCEDO

Habrá milagro?, se preguntan al-
gunos optimistas; obvio resulta
añadir detalles. Pocas personas
creen a estas alturas que todavía
pueda arreglarse lo de la investidura. Pero
nos han enseñado desde pequeños que a ve-
ces se producen hechos milagrosos, nos lo
recuerda la Biblia y lo escuchamos en los
sermones de las iglesias, así que todavía no
lo descartemos plenamente. Lo que ocurre
es que últimamente nos hemos vuelto muy
descreídos y la opción final de un milagro a
la desesperada son muy pocos los que la con-
templan con verdadera fe.

Los líderes políticos llevan exactamente
cuatro meses de tiras y aflojas, de declara-
ciones y teatro, en busca de un pacto que
todavía no han conseguido, quizás porque
no lo han intentado con realismo y decisión,
y ahora el reloj se les echa encima. La im-

presión es que habrá nuevas elecciones en
junio y que todo lo que aún estamos escu-
chando y leyendo ya no es más que propa-
ganda prelectoral. Los partidos deben de es-
tar estos días a toda presión viendo cómo
‘venden’ a los votantes su fracaso y recupe-
ren entre los suyos la ilusión y el entusias-
mo perdidos.

Para empezar, habrá sin duda cambios en
las listas buscando matices ideológicos que
puedan influir en los votantes, especialmen-
te en esos votantes de izquierda radical que
todavía no tienen bien afianzado su criterio
ni esclerotizado su voto. Pero la sorprenden-
te continuidad de los mismos nombres en
las cabezas de las listas que, ya en diciem-
bre, quedaron muy lejos de conseguir los res-
paldos que pretendían y después no supie-
ron enmendarlo llegando a acuerdos con sus
adversarios, resulta poco alentadora.

Si las votaciones fuesen precedidas por
un referéndum en el que se preguntase a
los ciudadanos qué quieren, a buen segu-
ro que la respuesta sería clara: «Un Gobier-
no, ya». En este tiempo muchas personas
han renunciado a sus posiciones inflexi-
bles y las han reemplazado por el pragma-
tismo que entre sus políticos preferidos
echan de menos. Por pruritos, rencillas, te-
mores, incompatibilidades y demás obstá-
culos, la gente no puede estar sin un Go-
bierno que administre sus intereses, que
intente resolver sus problemas y que la re-
presente fuera.

Ese deseo popular, que las urnas dejaron
tan disperso, enseguida se ha transforma-
do en pesimismo. No ha fructificado en un
Ejecutivo más plural que hasta ahora. Y la
alternativa, nuevas elecciones, quizás no
pase de ser una vuelta al punto de partida,
al volver empezar de este mareo que hemos
estado viviendo. La experiencia reciente es
poco alentadora y sólo algunos, los más re-
sistentes a asumir la frustración, siguen es-
perando que un milagro, propiciado por un
rebrote de sensatez imprevisible, evite esa
pérdida de tiempo, ese gasto millonario y
esa posible conclusión, en la noche del 26
de junio, de que la aritmética parlamenta-
ria poco o nada ha cambiado.

Aunque menos conocido que
Raymond Chandler, Jim Thomp-
son o Ross Macdonald, Ross Tho-
mas fue un buen escritor de nove-
la negra norteamericana. En la que más me
gusta, ‘La madriguera’, aparece un personaje
secundario espléndido, el senador Jack T. War-
der, conocido por su impermeable electora-
do (algo sabemos de votantes inquebranta-
bles) como ‘Our’ Jack, uno de esos caciques
populistas que expresa a la perfección el de-
senfado ante el pillaje y la prevaricación cuan-
do comparece en rueda de prensa tras sentar-
se en el banquillo acusado de corrupción. Dice
con campechano desparpajo: «Qué diablos,
muchachos, no robé ni la mitad de lo que hu-
biera podido». Como si Jack esperara cierto
reconocimiento agradecido de la comunidad
por haber sido tan poco rapaz y avariento a
pesar de las grandes oportunidades de saqueo
que ha tenido a su alcance.

Periódicos y noticiarios están llenos como
nunca de casos de corrupción y fraude fiscal
que afectan a demasiados estamentos de la
clase política y la élite social. Buscamos la ex-
plicación de que tantos elementos practiquen
el expolio en que están poseídos por una des-
mesurada codicia. En estos pagos no parecen
conformarse con arramplar solo la mitad de
lo que habrían podido llevarse; nuestros co-
rruptos rebañan el plato hasta dejarlo limpio.
Y sí, la causa será esa voraz avaricia sin escrú-
pulos, pero ejercerla se debe probablemente
a algo más simple, poder hacerlo con razona-
bles expectativas de ocultamiento y por tan-
to de impunidad.

Escuché hace poco una conversación de
unos desconocidos (por su volumen de voz
no hacía falta pegar el oído) que daba esta cla-
ve. Resultaba tan esclarecedora como grimo-
sa. Estaban de acuerdo en que aquí los únicos
que no roban es solo porque no pueden ha-
cerlo. Dejaban claro que ellos mismos forma-
ban parte de este sector con un trabajo sin ac-
ceso al cesto de los huevos de oro; que eran
honrados por no tener otro remedio. Ni la mí-
nima consideración de que la razón de no ro-
bar puede pasar por la ética.

Un ejemplo de la ausencia de ética perso-
nal es el pirateo por internet de obras cultu-
rales, que es descomunal en España y sigue
en aumento. Se roban estas obras porque cual-
quiera puede hacerlo con impunidad y ano-
nimia, sin que medie otro freno. La falta de
punicción es suficiente acicate. Me dirán que
ese pirateo de andar por casa no es compara-
ble con los grandes latrocinios. Claro, pero la
esencia es la misma. Es como aquella histo-
rieta de la señora que se acostaría por una gran
suma con ‘sir’ Winston Churchill, pero que
al ofrecerle después una libra por el mismo
servicio le dice que eso es un insulto, que por
quién le toma. A lo que Churchill le dijo que
lo que era estaba claro, que simplemente es-
taban ajustando el precio.