

LAGUNA CUIDA



BOLETÍN MENSUAL DEL HOSPITAL CENTRO DE CUIDADOS LAGUNA

MARZO DE 2010
AÑO I. Nº 1

ASISTENCIA LAGUNA cumple dos años en el distrito más poblado de Madrid

CUIDADOS Visitas y actividades



LAGUNA

Los profesionales y algunos mayores del Centro de Día, en la terraza del hospital.

MUSICA Tarde del viernes

“Ha sido estupendo poder venir y cantar en LAGUNA”



LAGUNA

El grupo representó diversos fragmentos de conocidas zarzuelas, como Agua azucarillos y aguardiente, o la Verbena de la Paloma.

El viernes, un grupo de zarzuela se acercaba a LAGUNA para hacer disfrutar a los pacientes de una representación en directo. Agua, azucarillos y aguardiente, o la Verbena de la Paloma, hicieron las delicias de los presentes. El viernes, pasado, un grupo de baile amenizaba la velada con sevillanas y danzas populares.

CIENCIA Sesión interdisciplinaria



LAGUNA

Esther y Borja, durante su intervención.

El equipo psicossocial da algunas claves para contribuir a mejorar el ánimo de las personas enfermas y sus familias ante una enfermedad en fase terminal. Este planteamiento fue abordado en una sesión interdisciplinaria en la que participaron también profesionales de otros centros de Madrid.

LAGUNA celebra dos años de vida en Latina

UNA LABOR QUE HA DADO MUCHO FRUTO LAS FAMILIAS, TAMBIÉN

El Hospital Centro de Cuidados LAGUNA celebra dos años de vida en el distrito de Latina, una de las zonas con más población dependiente. Desde que comenzara la labor, nuestro trabajo ha contribuido a mejorar la vida de muchas personas como se ve en estas páginas.

También las familias y los cuidadores se han podido beneficiar de la formación y la atención impartida en LAGUNA. La labor desempeñada por todo el equipo de profesionales asistenciales, y los integrantes del equipo de voluntariado ha sido fundamental.

PROFESIONALES

-Pg 1-

“Hay que evidenciar las cosas de forma científica; por eso investigamos y estudiamos constantemente”



VOLUNTARIOS

-Pg 2-

“Quiero ser alguien con el que se pueda contar. Por eso me encanta organizar las actividades de los viernes por la tarde”

TESTIMONIOS

-Pg 2-

“Os considero ya parte de nuestra familia, y por eso no os digo adiós, os digo hasta luego, amigos de LAGUNA”.



1: SESIÓN FORMATIVA. 2: ENFERMERAS CON EL NUEVO UNIFORME. 3: MARÍA, PREPARANDO LA MEDICACIÓN

Profesionales

PROYECTOS Los profesionales del hospital preparan ya tres proyectos de investigación

CENTRO DE DÍA

"Hay mucho que investigar en los Cuidados Paliativos"

"El trabajo de todas las gerocultoras es fundamental para poder trabajar con los mayores"

E. PÉREZ BRET
LAGUNA

"Los Cuidados Paliativos son una especialidad que está por descubrir; hay multitud de cosas por estudiar y hacer en este campo".

Así habla Encarna Pérez Bret, Coordinadora de Formación del Hospital. "Cada día salen más cosas nuevas. Hace unos años, la morfina sólo se inyectaba de forma intravenosa, y ahora se puede administrar de todas las formas posibles. Tiene muchos menos efectos secundarios y es mucho mejor tolerada. Hay que evidenciar las cosas de forma científica; por eso en LAGUNA investigamos y estudiamos constantemente, para estar al día".

INVESTIGANDO SIEMPRE

"Como centro de formación de pregrado, en LAGUNA hacen sus prácticas alumnos que están en la facultad, en la Escuela de Enfermería. Eso es muy positivo para un centro hospitalario, porque te ayuda a no acostumbrarte a hacer las cosas siempre de la misma forma", explicaba la Coordinadora. "Cuando alguien te pregunta ¿por qué haces eso así? te planteas los motivos de las cosas, e incluso si se puede hacer de otra manera. Tener personas que están aprendiendo a tu lado te lleva a romper esa rutina, e investigar siempre. Te incitan a estudiar".

En octubre, vinieron a hacer sus prácticas los alumnos de pregrado de Auxiliar de Enfermería del centro Leonardo da Vinci, y entre diciembre y marzo, se llevaron a cabo rotaciones de Enfermería con la Escuela Salus Infirmorum.

La primera tanda de enfermeras de 2009 terminaba su rotación en mayo. "Es muy diferente de lo



Encarna Pérez Bret, durante una sesión de formación al CIFE de Fuenlabrada.

ROMPER LA RUTINA

"Tener personas aprendiendo a tu lado es una motivación constante, te lleva a romper la rutina e investigar siempre"

que habíamos visto antes", aseguraban Laura Salcedo y Miriam Villar, que han participado en ella. Y aunque ninguna de las dos había trabajado antes en Cuidados Paliativos, ambas aseguran que tenían mucho interés, sobre todo des-

FORMACIÓN Y TRABAJO

"La formación es una motivación para trabajar, volver de una sesión formativa impulsa a poner en práctica lo aprendido"

pués de una asignatura centrada en este tipo de cuidados que tuvo lugar durante el primer semestre. "Ha sido muy enriquecedor, tanto a nivel personal como profesional porque el trato con el paciente es muy directo, muy personal", asegura-

ban.

Otras facetas de docencia externa que también se cultivan en LAGUNA es la instrucción a profesionales que quieren formarse en materia de Cuidados Paliativos y carecen de educación previa en este campo. El primer curso básico externo para Enfermeras, tuvo lugar en abril de 2009, y participaron una quincena de profesionales. "Se ha hecho también otro curso avanzado, intermedio entre el básico y el máster, en el que han participado enfermeras que trabajan en Cuidados Paliativos para completar su formación, y ahora vamos a poner en marcha un curso para Técnicos Auxiliares en Cuidados Paliativos".

FORMACIÓN CONTINUADA

Pero la labor docente con alumnado externo no es la única faceta formativa del hospital. "La formación continua es fundamental para estar siempre "al día" y profundizar en los conocimientos. Por eso los miércoles contamos con una sesión bibliográfica, analizando en profundidad un artículo reciente sobre Cuidados Paliativos, y los jueves, una sesión docente. Los seminarios intercentros también ayudan a compartir conocimientos. Las sesiones de formación continuada específica contribuyen también a que la preparación de los profesionales esté lo más actualizada posible", explicaba Encarna Pérez.

La interdisciplinariedad de un hospital como LAGUNA también pretende facilitar el aprendizaje, y enriquece estas sesiones. "Aquí hay compañeros médicos, enfermeras, psicólogos, terapeutas ocupacionales y fisioterapeutas; todos estamos aprendiendo siempre y poniéndonos al día. La formación es una motivación para trabajar. Volver de un congreso, de una sesión formativa, te anima a poner en práctica todo lo que has aprendido", destacaba la Coordinadora de Formación.

REDACCIÓN
LAGUNA

Mercedes es gerocultora en el Centro de Día del Hospital Centro de Cuidados LAGUNA. Cada día inicia su jornada poco antes de las 9,00, cuando empiezan a llegar los primeros mayores. En LAGUNA les dan de desayunar y comienzan las terapias; fisioterapia, lectoescritura, terapia ocupacional o manualidades son algunas de las actividades que llevan a cabo.

CUIDAR BIEN AL PACIENTE

"La clave es querer a las personas. Aquí intentamos cuidar muy bien de los abuelos, les conocemos bien; a menudo, ya sabemos cómo van a reaccionar y lo que van a decir, incluso antes de que lo hagan", explicaba Mercedes. Las gerocultoras contribuyen en gran medida a la eficacia de las terapias porque "el trabajo es en equipo: La labor es conjunta. Por ejemplo, si quieres que el mayor sea capaz de abrocharse los botones, primero hay que trabajar la movilidad de los hombros y de los dedos".



Merche, de la mano con un usuario.

DESDE LA CIENCIA El equipo interdisciplinar abordó la sesión

"Mejorar el ánimo de las familias es clave ante una enfermedad en fase terminal"

"Cuando hay una enfermedad grave, es fundamental cuidar y acompañar, eso es tarea de todos, y contribuye al buen estado anímico del paciente". Así hablaba Esther Martín, psicóloga de LAGUNA.

"Es muy importante que el paciente se sienta útil, animarle a que se mantenga activo en la medida de lo posible", aseguraba también Borja Múgica.

Estas son tan sólo dos de las ideas que se transmitieron en la última sesión interdisciplinar

abordada en el Hospital, impartida por el equipo psicosocial.

APRENDER A MOTIVAR

La sesión convocaba a profesionales de cerca de 15 centros de Madrid, y se celebró en la sala de estar de la segunda planta, ante la gran afluencia de personas que acudió.

La jornada, que se prolongó durante más de una hora, abordó el tratamiento psicológico de pacientes con enfermedades en fase avanzada, y la importancia

de motivar y evitar la desmoralización de las familias, desde la perspectiva interdisciplinar proporcionada por la presencia de profesionales de todas las ramas sanitarias y sociales presentes en LAGUNA.

La ponencia dio pie a la participación activa, y numerosos profesionales preguntaron y opinaron sobre el tema, lo que dio lugar a un interesante debate coloquio.

REDACCIÓN



El equipo psicosocial aborda una sesión interdisciplinar.

Testimonios



1: SESIÓN FORMATIVA. 2: LOS MÉDICOS VISITAN A UN ENFERMO. 3: PAQUI Y MARÍA EUGENIA, EN RECEPCIÓN

VOLUNTARIOS Borja es, junto con Cármen y José Manuel, uno de los organizadores de las tardes del viernes

"No me planteo si es difícil, sino si yo puedo hacer feliz a alguien"

"Hay un paciente que está sufriendo, y eres tú quien tiene que mantenerle, animarle, acompañarle"

"Quiero ser alguien con el que se pueda contar. Por eso me encanta organizar las tardes de los viernes"

REDACCIÓN
LAGUNA

"Tuve mi primera experiencia como cooperante hace unos años, y lo que iba a ser una actividad de unas semanas, se convirtió en una experiencia humana y personal de por vida".

Así hablaba Borja, uno de los voluntarios del Hospital Centro de Cuidados LAGUNA, que acude todas las semanas para apoyar y acompañar a las familias y a los enfermos que se encuentran ingresados aquí.

INCONDICIONAL DEL VIERNES

Borja es, junto con Antonio, Marián, y Marina, uno de los cuatro "incondicionales" que, cada viernes por la tarde, organiza actividades para los enfermos y sus familias, coordinados por el equipo psicosocial.

La feria de abril, San Isidro, o el día de la Madre han sido celebrados con un derroche de iniciativa, ima-



Borja, en la sala de estar del Hospital Centro de Cuidados LAGUNA.

VOLUNTARIOS LAGUNA es un hospital joven, pero cuenta con cerca de un centenar de voluntarios

ginación y cariño. Cada viernes es diferente; el salón de estar del hospital se convierte en un bingo, una sala de conciertos, un tablao flamenco o un cine.

ALIVIAR EL SUFRIMIENTO Los voluntarios ayudan en las labores asistenciales, acompañando a pacientes y familiares

"Conocí LAGUNA por una amiga de mi madre. Yo buscaba un voluntariado para hacer en Madrid durante todo el año, no sólo en verano. Quería encontrar un sitio en el que cen-

trar mis ratos libres para ayudar a los demás", explicaba. "Tratar a los familiares y a los enfermos me ha ayudado mucho, porque he aprendido de ellos infinitamente".

"LO MEJOR ES LA GENTE"

Como cooperante, Borja lleva ya un par de años colaborando con el hospital, y aunque LAGUNA es un centro muy joven, con tan sólo dos años de vida, cuenta con casi un centenar de voluntarios que colaboran de forma desinteresada, como él.

"He descubierto un sinfín de cosas en el trato con la gente, con los

enfermos, con sus familias. Creo que eso es lo mejor de LAGUNA". Para Borja, esta experiencia ha supuesto "un antes y un después" en su vida. "Me ha marcado especialmente el trato con un paciente que falleció: Michelle, que era italiano, y su mujer, Manuela. Eran bellísimas personas y entablé con ellos una gran amistad", destacaba.

DAR LO MEJOR

"Al principio, me costó un poco, aunque sabía que venía a un Centro de Cuidados Paliativos, y cuando murió mi primer paciente fue duro. Pero yo no me planteo si es difícil o no, sino que yo puedo darle lo mejor a esa persona; felicidad, acompañamiento, tiempo".

En este sentido, asegura que recomienda "este voluntariado, porque es una experiencia que madura muchísimo a cualquier persona y te sirve para crecer".

"He aprendido a tener un trato más personal con los enfermos. Tienes un paciente que a menudo está sufriendo, y eres tú quien tiene que mantener el contacto, animarle, acompañarle, ayudarlo", explicaba. "También he aprendido de los profesionales, que tienen mucho trabajo, pero se preocupan por cada persona. No se las ve "atacadas" y de mal humor, sino que siempre están con una sonrisa en la cara, y pendientes de los demás".

Para Borja, la clave del voluntariado está en "ser alguien con el que la gente pueda contar; por eso estoy contento de que me hayan encargado las tardes de los viernes, me encanta buscar actividades que puedan animar a la gente".

UNA CARTA ENTRE MUCHAS "Para mis amigos de LAGUNA, con todo nuestro cariño"

"Os considero parte de nuestra familia; por eso os digo hasta pronto, amigos"

"Con todo nuestro cariño; digo nuestro porque mi marido os quería mucho, y no tenéis que dudarlo, como el respeto, amistad y simpatía que mis hijos os tienen.

Escribo esta carta en agradecimiento por tantas horas que nos habéis hecho compañía, por las veces que hemos reído. Nunca era una tarde monótona porque siempre teníamos algo que contar.

Quiero daros las gracias, pero no unas gracias vacías. Gracias al coordinador, Ángel, a los voluntarios, Ángel y Eduardo, al grupo de voluntarios jóvenes que han venido tantas veces a pasar las tardes de los viernes con nosotros. Gracias

también a los enfermeros, a las trabajadoras sociales, para todos mi admiración y reconocimiento al trabajo tan maravilloso que hacéis. Os quiero, gracias.

Eduardo y Ángel, voluntarios incansables, simpáticos, agradables. Nunca faltaron a su cita con G y P, hiciera frío, calor, o estuviera nevando. Ellos siempre cumpliendo con su obligación de ayudar, distraer y charlar con el enfermo. Os estoy muy agradecida.

Os considero parte de nuestra familia. Han sido varios años, y se coge cariño a las personas, que haciendo un gran esfuerzo y aún estando cansados con algún problema fa-

miliar, nunca han dejado de faltar a su cita con nosotros.

Os deseo, que mi marido, desde donde esté, feliz y en paz, os muestre nuestro agradecimiento. Espero que os sirva de laiento y sigáis con esa labor humanitaria y bonita: que los demás se sientan bien. no penséis nunca que vuestra labor cae en el vacío; podéis estar orgullosos de ser voluntarios, con un corazón tan grande y lleno de amor y de bondad. Dios os lo premiará.

Es tanto lo que os agradezco todo lo que habéis estado haciendo, que decir gracias no es suficiente. Por eso os digo hasta pronto (amigos)

PAQUITA



Paquita y su marido recibían las atenciones de voluntarios y profesionales.



PERSONAJE DEL MES

Cicely Saunders nació en 1918, en Londres y en 1939 comenzó sus estudios universitarios de filosofía en Oxford, pero en la Segunda Guerra Mundial los abandonó para trabajar como enfermera. Volvió para obtener el título de trabajadora social en 1947, pero a los 33 años empezó la carrera de medicina, y en 1957 obtuvo el título y una beca para investigar el tratamiento del dolor en enfermos incurables, al tiempo que trabajaba en el Hospital de St Mary y en el Hospicio de St Joseph en Londres. En este último estuvo siete años estudiando la naturaleza y el tratamiento del dolor. En 1963 comenzó a publicar en la prensa y fue invitada a dar múltiples conferencias por el mundo. En 1967, la Dra. Saunders abrió St Christopher's Hospice en el primer "hospice" académico, en el que se enseñaban cuidados paliativos, y desde el que nació y se extendió el Movimiento "Hospice". Dame Cicely Saunders murió el 14 de Julio de 2005 de cáncer de mama, en su habitación del St Christopher's Hospice, rodeada de los cuidados que ella misma promovió.



CITA DEL MES:

“Usted importa por lo que usted es. Usted importa hasta el último momento de su vida, y haremos todo lo que esté a nuestro alcance, no sólo para que muera de manera pacífica, sino también para que, mientras viva, lo haga con dignidad”

Cicely Saunders

LA TERTULIA DE CADA VIERNES EN EL HOSPITAL SE HA CONVERTIDO EN UNA TRADICIÓN

EL VIERNES La representación contó también con música de piano en directo.

Zarzuela, en LAGUNA

La sala de estar presentaba un "lleno total" para la representación

Los pacientes y las familias disfrutaron de lo mejor del "género chico" y del "género grande"

REDACCIÓN LAGUNA

Los compases de la Zarzuela resonaron en el salón de estar de Laguna, que presentaba un "lleno total" para la representación. Como si del Teatro Real se tratase, los pacientes y sus familias pudieron disfrutar de lo mejor del género chico y del género grande.

Los compases de Verbenas como La Gran Vía, La Revoltosa, o la Verbena de la Paloma, hicieron disfrutar a propios y extraños. Los actores, que además de cantar dramatizaron magníficamente a los personajes, hicieron gala del donaire castizo, el desparrajo y la galantería más propios de los auténticos chulapos que poblaban la capital de España hace dos siglos. Además de las voces de los cantantes, el espectáculo contó también con música en directo, interpretada en piano.

GUERRERO, CHUECA Y CHAPÍ

Así, chulapas, caballeros y damas se disputaron los favores del público asistente, con lo mejor del Maestro Guerrero, Chueca y Chapí, que volvieron a la vida en las voces de Don Hillarion, Susana, y Julián en La Verbena, de la Paloma, o Atanasia, Doña Simona, Pepa, Lorenzo, Manuela y Vicente, en Agua azucarillos y aguardiente. Los actores que interpretaron las piezas llegaron incluso a dar unos pasos de baile sobre el entarimado del salón, y aparecieron ataviados con trajes típicos castizos del Madrid del siglo XIX.

Y sin dejar el aire castizo, el pasado viernes pudimos disfrutar de un grupo de bailes regionales, que interpretó para los pacientes sevillanas, rumbas y otras danzas populares. Este viernes, la música dejará paso a la risa con la presencia de un payaso.



BORJA CENTENERA



BORJA CENTENERA

1. El grupo interpreta "Por ser la Virgen de la Paloma" al final de la actuación. 2. Un cantante de zarzuela interpreta una pieza, amenizada por la música del piano en el salón de estar de LAGUNA. Los pacientes disfrutaron mucho.

TRIBUNA ABIERTA

HOY HABLA Javier Rocafort

“Los profesionales de Cuidados Paliativos deben ser personas especiales”

Cada vez hay mayor consenso en que la respuesta bioética de la Medicina ante el dolor se denomina cuidados paliativos. Posiblemente se puede afirmar que los Cuidados Paliativos son tan antiguos como la medicina. Los médicos, las enfermeras, los asistentes, desde siempre, estuvieron al lado del paciente con dolor durante la enfermedad y al final de sus vidas. Sin embargo, se considera que el moderno movimiento de Cuidados Paliativos comenzó a mediados de los años sesenta en Inglaterra.



Cicely Saunders, su inductora, fue una enfermera que, posteriormente, se graduó como trabajadora social y como médico. Saunders inició en 1967 el primer centro monográfico para enfermos avanzados, que además pronto contó con equipos propios para atender a los enfermos en sus casas. Podríamos decir que éste fue el antecedente inglés de LAGUNA. Porque hoy día, en España, este modelo sigue estando vigente; cada vez es mayor el número de personas dependientes, ancianas o que sufren enfermedades avanzadas y necesitan de estos cuidados y atenciones.

Los pacientes tienen dolencias para las que, a priori, no hay expectativas de curación, y requieren un modo distinto de atención, basado principalmente en el control del dolor pero enfocado también a buscar una óptima situación desde el punto de vista físico, psicológico, social y espiritual. Los Cuidados Paliativos son un modo especial de atender y tratar a las personas, diseñados para promover el bienestar y el soporte de los pacientes y sus familias. Un buen programa de Cuidados Paliativos se ocupa del bienestar del enfermo desde una perspectiva integral, y no sólo física.

Este modelo también incluye a la familia y a los cuidadores como destinatarios de la atención, y un abordaje multidisciplinar a través de equipos integrados por varios profesionales.

Se trata, en definitiva, de un cuidado global, especial, y por eso, los que se dedican a este campo también deben ser especiales. Los profesionales necesitan una preparación específica, un modo de acercarse al paciente particular, una sensibilidad distinta, porque se debe evaluar muy bien a cada persona, abarcando todas las esferas de las que hemos hablado para conseguir un tratamiento que consiga que el enfermo se encuentre en el estado más óptimo que sea posible. Habrá que comenzar por aliviar sus síntomas físicos y su dolor, pero también, desde luego, hablar con él y escucharle. Porque ése es el verdadero reto de la sociedad y de instituciones como LAGUNA, un reto que es un fundamento social, y que está más allá de todo debate; asegurar el mejor cuidado para los enfermos, y garantizar la accesibilidad a los cuidados paliativos. Así los pacientes tendrán calidad de vida hasta el final.