

# La primera residencia libre de sujeciones físicas de Navarra

La fórmula adoptada por El Mirador de Pamplona potencia más la propia autonomía del residente

Para eliminar sujeciones y racionalizar el uso de fármacos, hicieron un estudio y se implicó al personal y a las familias

M.J.C.

Pamplona

Isidra García Garcimartín, de 90 años, padece Alzheimer severo. Hasta septiembre vivía en su propio domicilio con la ayuda de una señora contratada y de sus familiares. “Pero llegó un momento en que ya no la podíamos atender adecuadamente”, explicaba ayer uno de sus tres hijos, Gaspar Fuentetaja García, de 65 años y que vive en Ansoáin con su mujer, Angelines González Garrido. “Estaba en silla de ruedas ya prácticamente inmóvil y con la cabeza caída”, contaban. Buscaban una residencia y se decidieron por El Mirador de Pamplona, gestionada por la empresa Sanitas. Un centro que ayer recibía la primera acreditación en Navarra como ‘Centro Libre de Sujeciones’ físicas, que concede el Programa ‘Desatar al Anciano’ de la CEOMA (Confederación Española de Organizaciones de Mayores).

La “sorpresa”, reconocía este matrimonio, fue ver cómo “mejoraba” la anciana tras recibir una serie de cuidados rehabilitadores para potenciar la postura, poder erguir la cabeza e incluso le-

vantarse, sentarse y andar un poco con ayuda de los cuidadores.

Como explicaba una de las enfermeras del centro, Begoña Inchaurreaga, hasta hace poco una práctica habitual de trabajo en centros residenciales, hospitales, etc. ha sido “sujetar” al mayor -por ejemplo, con demencia- para evitar caídas, una sujeción que puede ser física (atar) pero también farmacológica (tranquilizantes...). Hoy, en El Mirador y de acuerdo con lo que defiende el programa ‘Desatar’, la “estrategia” es otra: tratar de “rehabilitar y recuperar” la movilidad, el equilibrio, etc. de los mayores para que tengan la mayor autonomía posible y no sean necesarias las sujeciones, además de poder racionalizar el uso de fármacos (para combatir la agitación, etc., y que tienden a adormecer).

“Conforme mejoraba en la movilidad, a Isidra se le fue retirando parte de la dosis de lo que tomaba”, añade la enfermera. Sólo hace dos meses que ingresó y ayer se mantenía erguida sentada en un sillón especial, con algunos apoyos, y mostraba interés por lo que sucedía a su alrededor. “Ha mejorado muchísimo”, aseguraba, “encantado”, su hijo.

## ‘Cambio de mentalidad’

Según contaba la directora de la residencia, Cristina Sánchez, no ha sido la única beneficiada: “Hay personas que no se movían apenas y ahora se pasean con un andador”. Eso sí, no ha sido cosa de dos días, sino de un año, el que les ha llevado hacer primero un estudio en profundidad de los residentes (78) y de los espacios y medios disponibles, además de informar a las familias y de



La enfermera Begoña Inchaurreaga y Gaspar Fuentetaja (hijo) ayudan a levantarse a Isidra García. Detrás, Angelines González (nuera), ayer. CEDIDA

asesorar al personal (44 personas en plantilla) en las nuevas estrategias. También se reordenaron espacios y medios, por ejemplo para eliminar obstáculos en determinados lugares con el fin de que los residentes puedan deambular sin peligro. A partir de ahí, se empezó a trabajar con los usuarios de otra manera.

“La clave es cambiar la mentalidad”, explicaba el doctor Antonio Burguño, director del programa ‘Desatar al Anciano’. “Se trata de cuidar sin atar, de cuidar con un trato digno, de respeto, y

que mejore su calidad de vida”, dignificándola y no al revés. Y es que, recordó, está comprobado que las sujeciones diarias, más elevadas en España que en otros países, acaban teniendo consecuencias negativas para el usuario, como pérdidas de movilidad y capacidad para ponerse de pie, caminar, etc., incontinencias, pérdida de apetito, etc. sin olvidar “el sufrimiento psicológico”.

Asimismo, se está viendo que, eliminando las sujeciones y con medidas alternativas, los mayores se muestran mucho más

## Nueva filosofía de cuidados

El acto de entrega de la acreditación como ‘Centro Libre de Sujeciones’ a El Mirador contó con la presencia de la consejera de Política Social, Elena Torres, el presidente de la CEOMA, José Luis Méler y de Ugarte, el director general de Sanitas Residencial, Domènec Crosas, y la directora de la residencia, Cristina Sánchez. Sánchez destacó que con este proyecto se demuestra que es posible eliminar las sujeciones y “ofrecer cuidados más personalizados y máxima atención”. Crosas comentó que, con esta nueva “filosofía de cuidados”, Sanitas tiene ya 3 centros libres de sujeciones. Para Méler y de Ugarte, es necesario “evitar este tipo de prácticas” ya que causan “pérdida de autonomía, dignidad y autoestima”. Por su parte, Elena Torres resaltó que Navarra es una “comunidad pionera”, al contar ya con una normativa foral que regula el uso de sujeciones.

tranquilos y animados. Para Burguño, ese cambio de mentalidad y de estrategias de trabajo acaba redundando también “en mayor motivación” de los profesionales, evitando el riesgo de “deshumanización” y logrando ambientes de trabajo y vida “más positivos”.

En cambio, afirmó que son “mitos infundados” creer que para ello es necesario aumentar el personal o que se producen más caídas por no estar ‘sujetos’. “Ya hemos comprobado que, o el número de caídas es más o menos el mismo o incluso son menos o con consecuencias menos graves”.

“Sabemos que las sujeciones diarias son evitables y la actitud con ellas debe ser de tolerancia cero”. En este sentido, animó a otros centros a “asumir el reto” (hay media docena acreditados en España), así como a los “poderes públicos”. Ahí puso como ejemplo a Navarra, que ha aprobado este año, “de forma pionera”, un decreto foral que regula el uso de sujeciones en los centros.

# Torres defiende la normativa para la nueva ‘renta de inclusión’

La consejera dijo ayer que la solidaridad tiene que ser ‘bidireccional’ y añadió que hay también ‘ayudas de emergencia’

DN

Pamplona

Ayer, 14 de noviembre terminaba el plazo para realizar aportaciones al anteproyecto de Ley foral que regulará la nueva renta básica -y que pasará a llamarse Renta de Inclusión Social-. Las ONG que atienden a los colectivos más desfavorecidos en Navarra, incluida Cáritas, ya han mostrado

su preocupación por que entre 1.000 y 3.000 hogares se queden fuera de la ayuda debido al endurecimiento de requisitos -residencia de 24 meses en vez de 12, contar con todos los papeles y no sólo el empadronamiento, etc.-, la consejera de Política Social, Elena Torres, insistió ayer en que la nueva normativa busca conseguir “un sistema sostenible”.

“Se trata de atender bien a las familias que más lo necesitan y de darles una respuesta más adecuada”, alegó. “La solidaridad tiene que ser bidireccional, la solidaridad de la sociedad navarra con estas personas”, añadió, “pero también por parte de los beneficiarios, no se trata de dar una

prestación sin más, sino que tiene que haber una contraprestación, que las personas perceptoras, por ejemplo, estén haciendo cursos de formación”, mediante una serie de itinerarios de incorporación sociolaboral. En este sentido, aseguró que su departamento trabajará en coordinación con el Servicio Navarro de Empleo para ver cómo establecer los itinerarios de inserción.

Sobre los nuevos requisitos que exigen “papeles”, Torres indicó que “Navarra no puede ser una isla” y que como en el resto de comunidades autónomas la inmigración tiene que ser y estar “legal y regulada”. De todas formas, afirmó que “no hay que crear in-



Elena Torres entrega la acreditación a Cristina Sánchez en presencia de Domènec Crosas (izda.) y José Luis Méler y de Ugarte (dcha.). CALLEJA

certidumbre, porque las personas que están residiendo en nuestra comunidad y que lo necesitan a seguir siendo atendidas”. Asimismo, indicó que, además de la renta básica, existen “ayudas de

emergencia” para casos especiales. También especificó que habrá un periodo transitorio de 18 meses de residencia para las solicitudes de renovación en trámite a la entrada en vigor de la ley.