



Los enfermeros Saúl Vara, Ana Asarta y Mainer Ruiz de Eguino (detrás) imparten uno de los talleres de la Escuela de familiares de la Unidad de Cuidados Intensivos. **JESÚS ANDRADE**

El HUA amplía el horario de visitas en la UCI y forma a las familias para incluirlas en los cuidados

A partir de febrero los pacientes podrán estar acompañados por una persona en el box durante las 24 horas del día

SARA LÓPEZ DE PARIZA



VITORIA. La Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) del HUA Txagorritxu está inmersa en un proceso de transformación enmarcado en el Plan de Humanización de la OSI Araba que busca mejorar la experiencia de los pacientes y poner a la persona en el centro. Esta unidad, por la que pasan anualmente más de 1.900 enfermos críticos, ha puesto en marcha una escuela de familiares para formarles e implicarles en los cuidados y además ampliará el horario de visitas.

A partir de febrero los pacien-

tes podrán estar acompañados las 24 horas en el box por una persona cuidadora principal. Esto supone un importante cambio ya que hasta ahora ese acompañamiento se limitaba de 12.00 a 21.00 horas, por lo que por regla general no estaba permitido pasar la noche allí. Además las visitas pasarán a ser de 12.00 a 21.00 horas de manera ininterrumpida (hasta ahora había un 'parón' entre las 14.00 y las 19.00 horas). Nunca, eso sí, podrá haber más de dos personas en la habitación y se les podrá soli-

tar que salgan cuando sea necesario realizar procedimientos diagnósticos o terapéuticos. El personal sanitario ya era flexible con los horarios en casos excepcionales, pero es cierto que había una demanda por parte de las familias para poder estar presentes las 24 horas junto a su pariente enfermo. De esta manera se atiende esa petición persiguiendo el bienestar de ambas partes.

Pero esta no es la única novedad que persigue mejorar el funcionamiento de la UCI. Hace aproximadamente un año se ponía en

marcha una iniciativa que con el paso de los meses se ha consolidado y ha demostrado su éxito. Se trata de la Escuela de Familias de la UCI, un innovador proyecto puesto en marcha por el equipo de enfermería de esta unidad especializada para acompañar y guiar a los familiares de pacientes en los primeros momentos así como implicarles en los cuidados. Esta iniciativa, que al igual que la ampliación del horario de visitas se enmarca en el Plan de Humanización, solo existía hasta ahora en Galdakao. En su pri-

mer año de trayectoria han participado 56 familias que han estado presentes en alguno de los 22 talleres impartidos.

Un lugar «muy hostil»

Marta Azaceta es una de esas personas para las que su paso por los talleres supuso un antes y un después. El 14 de octubre de 2025 la vida se paró en seco para esta vitoriana de 51 años. Recibió esa llamada que nadie espera y para la que a ninguno nos preparan. Su pareja, Pere, había sufrido un grave accidente laboral, una caída y como consecuencia un fuerte golpe en la cabeza. Ingresó directamente en la Unidad de Cuidados Intensivos con un pronóstico poco esperanzador. A partir de ahí, 44 días en un box en los que su pareja apenas se separó de él. «Dejé de respirar y el equipo humano que trabaja allí fue mi salvación. No me dejaron caer en ningún momento», recuerda emocionada Marta.

Le informaron sobre la existencia de la escuela a los pocos días de estar allí y no se lo pensó ni un momento. «La UCI es un lugar muy hostil y la primera visita siempre es un shock para las familias. No se trata de convertirlos en unos expertos médicos sino de que aprendan lo básico sobre el material y la información que hay en el box y de empoderarles para que participen en la recuperación de su familiar», resumen Saúl Vara, Maider Ruiz de Eguino y Ana Asarta, miembros del equipo de enfermería que se encarga de impartir los talleres. Lo hacen cada miércoles a las 17.30 horas en un espacio junto a las salas de espera y pueden acudir todos los cuidadores que lo deseen. La iniciativa ha resultado un éxito, porque más allá de adquirir conocimientos las familias comparten sus experiencias y se apoyan las unas a las otras. «Es un espacio seguro en el que todos hacemos piña. Siempre con el objetivo común de que el pa-



Marta Azaceta se funde en un abrazo con una enfermera de la UCI en el HUA Txagorritxu. JESÚS ANDRADE

ciente salga lo mejor posible», deslizan las enfermeras.

En el caso de Marta lo consiguieron desde el momento en el que asistió a aquella primera charla. «Cuando entras a la UCI por primera vez todo es miedo. Los pitidos de las máquinas son matadores y no entiendes nada.

LA CIFRA

1.900

pacientes aproximadamente pasan cada año por la Unidad de Cuidados Intensivos en el HUA Txagorritxu. En la Escuela han participado 56 familias y se han realizado 22 talleres.

En los talleres se explica a las familias las máquinas que hay en el box, su funcionamiento o cómo ayudar en los cuidados

Participar en el taller me ayudó muchísimo», narra esta mujer que vivió momentos durísimos. «Pensé que le perdía», confiesa refiriéndose al amor de su vida, que a día de hoy ya se encuentra en casa en proceso de recuperación.

Lo primero que se les explica a las personas que participan es el funcionamiento de la unidad y las funciones de todo el personal que la conforma. Además se les da información sobre los dispositivos que se van a encontrar en el box y muchas veces en el cuerpo de su familiar y sobre los procedimientos: sondas nasogástricas, bombas, monitores, vías, traqueotomías... «Les explicamos cuándo y por qué pita cada máquina. Qué es normal y qué puede ser una señal de alarma».

Diarios de UCI

A esto se suman nociones básicas sobre cuidados de la piel, movilidad, masajes, higiene de la boca o afeitado. Puede parecer algo banal, pero no lo es en una situación tan complicada como un ingreso en la UCI. «Muchas veces a las personas que están acompañando a los pacientes les da miedo tocarles o incluso acercarse a ellos. Hay que quitar esos miedos porque pueden hacer mucho más de lo que creen», señala Ana

Asarta.

En los talleres también se ofrece apoyo emocional y se habla sobre situaciones probables como el Síndrome Confusional Agudo, una alteración que pueden sufrir los pacientes con síntomas como desorientación, pensamiento desorganizado o atención alterada. «Se les explica que es algo puntual y que no les va a dejar secuelas, para que no se asusten», apunta el enfermero Saúl Vara. En un principio estas sesiones están pensadas para parientes de pacientes de larga estancia –a partir de cinco días– aunque cualquiera puede acudir. «Se calcula que hasta un 30% de familiares y pacientes puede sufrir el conocido como Síndrome Post Cuidados Intensivos que conlleva depresión, ansiedad, insomnio, estrés... Está demostrado que pasar por la escuela disminuye esa probabilidad», sostienen sus impulsores.

Relacionada con esta iniciativa, otra de las novedades que se está implantando son los Diarios de UCI, un cuaderno en el que tanto allegados como profesionales narran el día a día del paciente tanto con textos como con fotos. Puede servirles durante el proceso de recuperación para asimilar todo lo ocurrido durante la sedación.

«En ese momento de gran angustia, el conocimiento da seguridad»

S. LÓPEZ DE PARIZA

VITORIA. Jon Marquínez es uno de esos acompañantes que asistió a la formación de la Escuela de familias tras el ingreso de su padre Víctor en la UCI después de una caída y una posterior neumonía. «Era la primera vez que nos veíamos en una situación así y la angustia fue enorme. Me dio muchísima impresión ver a mi aita allí y me rompí», narra este vitoriano de 36 años.

Entonces conoció esta opción que ofrece el equipo de enfermería y se animó a asistir junto a su madre y a su hermana. Aprendieron qué era cada máquina que rodeaba a su aita y los procedimientos médicos a los que podrían someterle en los próximos días. Ellos lo vivieron como un pequeño alivio en unos momentos de gran angustia. «Valoro mucho la explicación que nos dieron sobre los dispositivos porque el conocimiento da seguridad», explica Jon, que también agradece el haber podido escuchar de primera mano la experiencia de otras familias. «Hablas con personas que están en otro punto del proceso, algunas más adelantadas, y eso te ayuda a aclarar las cosas. Conocer otras experiencias siempre es positivo», concluye este joven, que reitera en varias ocasiones la gran calidad humana del equipo de profesionales.

Una de esas profesionales que participa en la escuela es Itziar Gutiérrez, técnico en cuidados auxiliares de enfermería. «Me aporta un crecimiento personal y profesional. Me ayuda a comprender mejor las necesidades emocionales de las familias, aprender de ellas y acompañarlas desde la escucha y la empatía. Me enseña a escuchar de verdad», confiesa.