HUMANIZAR LOS CUIDADOS PALIATIVOS EN TIEMPOS DE IA

● El HUA-Santiago acoge el **jueves** la tercera edición de las jornadas de Osakidetza y Babespean en torno a esta materia ● La unidad específica del centro registró **453 ingresos** a lo largo de 2025



Silla de ruedas de una persona que necesita cuidados paliativos. *Foto: DNA*

Agurtzane Salazar

VITORIA En una sociedad cada vez más dependiente de la tecnología, donde lo inmediato se impone al tiempo sosegado de una conversación, la respuesta que precisan las personas en cuidados paliativos, muchas veces, no es ni la rápida ni tecnificada. Para encontrarse y defender esta otra forma de atención, más humana, personalizada y con un enfoque integral, que se hace "más urgente y necesaria", el próximo jueves 12, en el salón de actos del Hospital Universitario Araba (HUA)-Santiago, tendrá lugar la tercera edición de las jornadas que impulsan Osakidetza y la asociación Babespean: para escuchar y escucharse, tomar conciencia, "darnos un respiro y coger fuerzas".

Lo hará en una doble sesión. Por la mañana, de 9.00 a 13.50 horas, la Unidad de Medicina Paliativa convoca a profesionales con esta intención de reflexionar juntos sobre su tarea de cuidar de personas vulnerables en un entorno social y profesional dominado por las prisas y la tecnología. 120, de la OSI Araba, así como otros colegas procedentes de territorios vecinos, ya han confirmado su asistencia, por lo que han cubierto el aforo disponible. Su director gerente, Enrique Bárez, inaugurará la misma a primera hora. Este año, además, lo harán con una novedad: con el repaso de los 10 años desde la unificación estructural de la OSI Araba, para lograr un enfoque más integral en esta medicina paliativa.

LA IMPORTANCIA DE REUNIRSE Por la tarde, las jornadas estarán abiertas a toda la ciudadanía y no hace falta inscripción previa, así que basta con presentarse en ese salón de actos, donde desde las 16.00 horas hasta las 20.00 horas, se hablará del entorno de cuidados de Álava, se proyectará el documental *Cuidar*, con un coloquio posterior con cuidadores, de la importancia de vivir en comunidad y de la musicoterapia.

María José Almaraz, jefa de sección de Medicina Paliativa de Osakidetza en la OSI Araba, destaca que jornadas así son importantes porque es necesario reclamar y visibilizar la importancia del cuidado a las personas al final de la vida. "También para reivindicar que el uso de la IA no se vuelva contra los pacientes ni las familias, sino que se pueda utilizar bien, y que no sustituya a la atención, a la relación entre las personas. Al final, se trata de poner en valor la



Almaraz, con el cartel de las jornadas de cuidados paliativos. *Foto: P.B.*

importancia que tiene el cuidado de persona a persona. No hay que olvidar que atendemos personas, no enfermedades", subraya Almaraz. Y es que su labor no consiste únicamente en garantizar la salud, minimizando el sufrimiento. Es algo más amplio: hacer posible el bienestar.

En el caso concreto de cuidados paliativos, la tecnología puede ayudar para el control de síntomas, al emplear "técnicas muy concretas".

Y en cuanto a la inteligencia artificial (IA), que lo está revolucionando todo, puede ayudar "sin que, insisto, sustituya a la atención personalizada, individualizada y presencial. El peligro es que se convierta en algo muy virtual y donde queda esa relación estrecha, esa mirada, esa presencia".

Los pacientes reclaman esa sensibilidad especial, que es la seña de identidad en la medicina paliativa de la OSI Araba "entre todos los profesionales que atienden, pero también con el personal de limpieza, con los celadores, para que ese ambiente que se crea sea el de mayor calidad posible".

La sesión de la mañana de este evento está dedicada a profesionales, mientras que la de la tarde está abierta a toda la ciudadanía

> **"No es café para todos. Necesitamos ver a la persona y sus necesidades"**
>
> **MARÍA JOSÉ ALMARAZ**
> Jefa de Medicina Paliativa Osakidetza

También por eso se tiene en cuenta el tipo de habitación, "procurando que estén en individuales".

La atención compartida y personalizada en estos cuidados es fundamental, porque cada persona vive la enfermedad de una determinada manera y cada persona necesita una intervención individualizada. "No es café para todos. Necesitamos ver a la persona que tenemos enfrente y sus necesidades", remarca. Por ello, este año el programa no se olvida de abordar el décimo aniversario de la OSI Araba, "para repasar cómo hemos ido de la mano, porque para nosotros es muy importante para que esa atención a la persona sea integral".

Y es que la complejidad de estos enfermos es cada vez es mayor, "porque se vive más tiempo, hay más tratamientos y eso hace que se cronifiquen situaciones. Pero el precio de ello es que hay más necesidad de cuidados, mayor dependencia". La unidad específica del HUA-Santiago registró solo el año pasado 453 ingresos.

Ante esta complejidad creciente, "necesitamos más que nunca ir juntos de la mano para responder a estas necesidades", así como "crear esos espacios de cuidado y sensibilizar, que no es sólo técnica y no siempre más es mejor". "Por eso, reclamamos que nuestra tecnología también es la comunicación y el espacio para que sea lo más amable posible", apunta de nuevo Almaraz. ●

De la muerte también hay que hablar

Las III Jornadas de Cuidados Paliativos abordarán la responsabilidad de los cuidados compartidos

VITORIA Pese a esa sensibilidad especial y formación que se requieren a la hora de trabajar en medicina paliativa, sus cuidados siguen sin tener una especialidad propia en todo el Estado. "Sería una manera de reconocer este tipo de atención. Porque si no, parece que lo puede hacer cualquiera, sin una formación específica. Y nosotros pensamos que para esto se necesita una cierta actitud, y aptitud para ello. Esa formación, puede ayudar a que se organicen mejor las cosas. Y a que haya una manera de atender con mayor calidad. Es algo que está sobre la mesa en el Ministerio, pero de momento no hay respuesta", lamenta la jefa de sección de Medicina Paliativa de Osakidetza en la OSI Araba, María José Almaraz.

El programa de las III Jornadas de Cuidados Paliativos, de Osakidetza y Babespean, también dejará hueco a esa musicoterapia y a vivir en comunidad, "como intervenciones que pueden complementar y ampliar un poco la manera de ayudar, de acompañar". Dando importancia a que "el cuidar a la gente no es un tema solo sanitario. Es un tema que implica a todos: Familia, amigos, red social, barrio".

Cuidar es una responsabilidad compartida. Por eso mismo, los profesionales también se encargan de concienciar al entorno más cercano del papel fundamental que tienen para lograr que sientan de otra manera la enfermedad y la muerte.

Babespean, por su parte, también intenta sensibilizar sobre el poder hablar de la muerte de otra manera, "de una forma un poco más natural, que podamos tener presente que forma parte de la vida, sin miedo, mediante actividades como los Death Cafés", como un espacio abierto, seguro y sin juicios donde las personas se reúnen para hablar sobre el duelo y el final de la vida mientras comparten un café y unos dulces para romper el tabú y crear una comunidad consciente. Porque de la muerte hay que hablar porque es otra forma de cuidar. "Da miedo, pero si se trata el tema, de forma tranquila y de forma natural, ayuda mucho", reivindica Almaraz.

"Cuidar a la gente no es solo sanitario. Es un tema que implica a todos", reivindica la jefa de Medicina Paliativa de la OSI Araba

SIEMPRE CON DIGNIDAD Y siempre poniendo la dignidad en el horizonte de esa atención integral al final de la vida, ya que ésta no se pierde en ningún momento de la vida. De hecho, hay una manera de intervenir que se llama así, terapia de la dignidad, que es repasar con esa persona su biografía, el sentido de su vida, si quiere dejar un legado. "Esto lo va a explicar en las jornadas, a las 11.45 horas, nuestra compañera Marina Martínez (Psicóloga de la Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas de Clínica Universidad de Navarra). Se deja por escrito todo lo que a esa persona le gustaría transmitir de lo que ha sido su vida, ese legado", destaca la jefa de sección de Medicina Paliativa en la OSI Araba. – *A.S.*



Una enfermera atendiendo a un paciente que necesita cuidados paliativos. *Foto: Iñaki Porto*