



pressreader PRINTED AND DISTRIBUTED BY PRESSREADER PRESSREADER.COM +31 604 279 6204 COPYRIGHT AND PROTECTED BY APPLICABLE LAW

El hogar de los más vulnerables

kioskoymas#jgarana@fade.es

Sector sociosanitario.

El impacto de la covid fue brutal en las residencias de ancianos, con miles de contagiados y 1.173 fallecidos en año y medio de pandemia

Se blindaron antes que nadie y su confinamiento fue más largo que el del resto de la población. Hasta hace apenas unos meses, sus usuarios no pudieron recuperar ciertas rutinas anteriores a la pandemia, volver a salir a la calle y retomar el contacto cara a cara con sus familiares. Los 242 centros residenciales para mayores, tanto públicos como privados, que funcionan en el Principado han demostrado a lo largo de estos meses su capacidad para enfrentarse a la covid-19 y superarla. No sin haber tenido que pagar un elevado precio. Hasta el pasado 1 de septiembre se contabilizaban 1.173

muerres por coronavirus entre sus usuarios. Es decir, cuatro de cada diez fallecidos en Asturias a lo largo de las cuatro olas pandémicas que se han registrado en la región residían en un centro sociosanitario. Pero si la cifra de fallecidos se compara con la del total de residentes (se estima en 16.400), el resultado es que la covid-19 fue la causa del fallecimiento de prácticamente el 9% de los usuarios.

Entre quienes han sobrevivido, la falta de ejercicio y de estímulos y el aislamiento –llegó un momento en que no podían siquiera salir de sus habitaciones– se han traducido en un deterioro

funcional y cognitivo para el que, lamentablemente, hay difícil solución.

La primera víctima de un centro sociosanitario asturiano se produjo el 19 de marzo de 2020. Fue una mujer, usuaria de la residencia pública de Grado, de 95

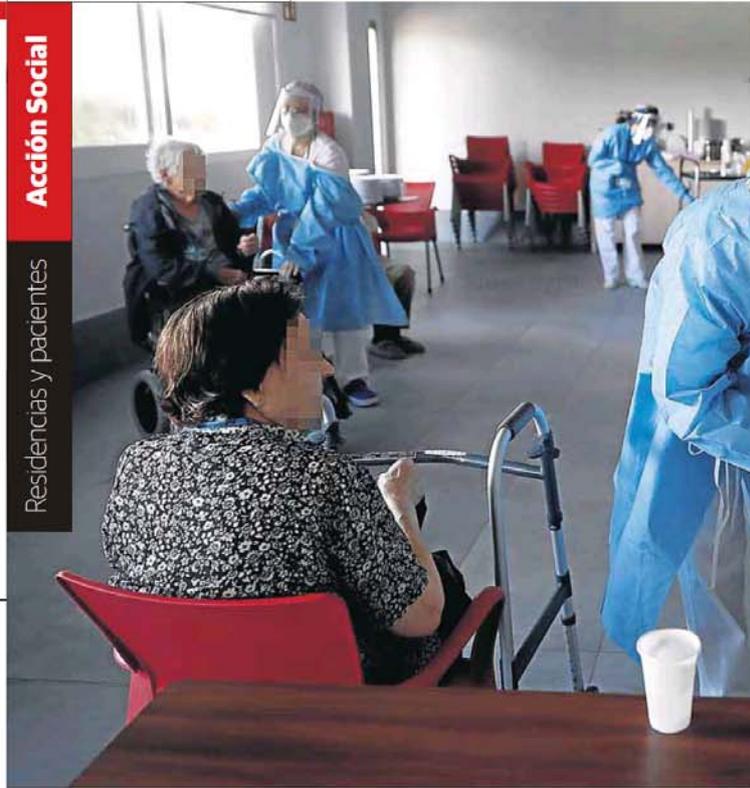
años. Al día siguiente, el Servicio de Salud del Principado (Sespa) se hizo con el control del geriátrico moscón, el dispositivo residencial que registró el mayor brote de la primera ola, y el centro se convirtió en un hospital blindado.

Fue el primero, pero no el único. A partir de ahí, el número de fallecidos, contagiados y centros afectados no dejó de crecer. Durante los primeros días de aquella primera ola parecía que solo la red geriátrica pública estaba afectada, pero era solo cuestión

El premio

Acción Social

Residencias y pacientes



XV Edición Premios El Comercio 2021

LA CÁMARA DE COMERCIO DE GIJÓN FELICITA A TODOS LOS PREMIADOS POR EL DIARIO EL COMERCIO, Y AGRADECE SU ESFUERZO POR CONTRIBUIR AL AVANCE DE ASTURIAS DESDE SUS RESPECTIVOS ÁMBITOS.

Cámara
Gijón

www.camaragijon.es

La actividad empresarial,
motor y soporte del estado de bienestar



Acompañando. Trabajadores y residentes de un geriátrico, en el área de rehabilitación, donde muchos tuvieron que recuperar la movilidad perdida. **MARCELA EFE**

tagiados y fallecidos entre los usuarios de residencias se duplicaron (hubo 578 muertes) en las últimas semanas de 2020.

Los argumentos para el despliegue del virus durante la primera ola se centraron en el desconocimiento de la enfermedad, su rapidez y forma de contagio, así como la falta de sistemas de protección. Los Equipos de Individuales de Protección (EPI) desaparecieron del mercado y las mascarillas y guantes duplicaron su precio. En la primera ola, en los geriátricos privados se confeccionaron batas con bolsas de basura. En los públicos, el comité de empresa acusó al ERA de impedir a los trabajadores utilizar mascarillas «para no asustar a los residentes». Los trabajadores de los dispositivos se reconocían superados por la situación, impotentes ante la magnitud de la pandemia y la escasez de recursos, materiales y humanos, con los que hacerle frente. Aquellas fueron semanas de «auténtico pánico».

Lección aprendida

En la segunda ola, los argumentos cambiaron. Aprendida la lección, los almacenes se llenaron de guantes, batas, gorros y mascarillas para el uso diario. Se blindaron las residencias, con prohibición de entrada y salida en caso de contagio y se obligó a los centros, públicos y privados, a reservar el 5% de sus plazas. El ERA elevó al 8% esa tasa y bloqueó 400 habitaciones. Pero los contagios se sucedieron, al igual que las muertes.

La explicación de los epidemiólogos es que el virus entró en las residencias de mano de las plantillas. No se trató de una acusación, sino de una descripción de la situación: si los centros están blindados, los usuarios no tienen opción de salir al exterior y los

cuencias. Solo en esa primera ola fallecieron 253 residentes.

Y aún faltaba por llegar una segunda y aún más agresiva ola, que se reveló mucho más dañina en las residencias que, de alguna forma, se habían librado del emba-

de tiempo que el coronavirus se adentrara también en el resto de dispositivos de la red privada. A partir de abril de 2020 y hasta el fin de la primera ola, más de sesenta centros residenciales para mayores de la región tuvieron algún brote. Con trágicas conse-

MÁS QUE CIFRAS

MORTALIDAD POR COVID-19 EN RESIDENCIAS

PRIMERA OLA

253

usuarios de residencias fallecieron tras contraer la covid-19. Las muertes en geriátricos supusieron el 67% del total.

SEGUNDA OLA

578

victimtas en geriátricos registradas en lo peor de la pandemia en Asturias.

TERCERA OLA

263

muerres en la tercera ola, a partir de enero de 2021.

CUARTA OLA

78

la vacunación permitió rebajar las cifras de fallecidos. Se vio a partir de junio de 2021, cuando la letalidad se redujo un 77% con respecto a la primera ola.

rastros indican que ningún familiar llevó el virus al centro, la única opción posible eran las plantillas. «Más de 7.500 personas entran cada día en las residencias asturianas. Es imposible controlar el virus», argumentaban las patronales geriátricas defendiendo al personal.

Entre el final de la segunda ola y el inicio de la tercera, que para Salud comenzó el 1 de enero, hubo no obstante un hecho que marcó un antes y un después en la pandemia. El 27 de diciembre se comenzó a vacunar a los residentes y trabajadores de geriátricos, empezando por la Residencia Mixta de Gijón, el mayor de los dispositivos del ERA. Y sus efectos en seguida se comprobaron. Tras el inicio de la vacunación, en las olas 3 y 4, fallecieron en total 341 personas usuarias de residencias pero la mayoría porque ya se habían contagiado con anterioridad. Que hubieran sido diagnosticadas a partir de enero de 2021, solo hubo 139 muertes (el 16% del total de fallecidos en esas dos olas). Los epidemiólogos lo ligan al efecto de la «elevada cobertura vacunal lograda tanto entre residentes como entre personas trabajadoras de esos centros sociosanitarios». Entre este último colectivo, por cierto, no se produjo en Asturias ni un solo fallecimiento, aunque fueron centenares los que se contagiaron e incluso tuvieron que ingresar por la covid-19.

Año y medio después de declararse la pandemia por el nuevo coronavirus, nada ha vuelto a ser igual en los geriátricos. Han vuelto las visitas, se permiten las salidas y se respira cierta tranquilidad, pero el día a día se vive teniendo muy presentes todas las medidas de seguridad y manteniendo la prudencia. Todos saben que no se puede bajar la guardia.

Puerto de Gijón

Felicitamos todos los ganadores de los Premios El Comercio 2021

Un puerto que nunca se detiene

puertogijon.es

Puerto de Gijón

Comunidad Portuaria de Gijón

pressrecoeder PRINTED AND DISTRIBUTED BY PRESSRECOEDER PRESSRECOEDER.COM +34 904 2726424 COPYRIGHT AND PROTECTED BY APPLICABLE LAW

En primera persona

«Estuvimos ahí, nadie salió corriendo»

kioskoymas#jcarana@fade.es

Carlos Briansó. El director de la residencia de Grado recuerda con emoción el coraje con los mayores

A veces los tiempos se le desdibujan en la memoria, pero sabe que era «abril o mayo» de 2020. Después de haber pasado un auténtico calvario, después de haber visto cómo todos y cada uno de los residentes y prácticamente el 80% de la plantilla se había contagiado de covid-19, «nos hicieron una PCR y todos, menos dos, dimos negativo».

Fue la luz al final del túnel que ya empezaban a divisar porque, desde ese día, no hubo ningún caso más de coronavirus en la residencia de personas mayores del ERA en Grado. Su director en los últimos seis años, Carlos Briansó (Mieres, 1959) recurre a la comparación con un tsunami para hablar del «pánico» que sentían en aquellas «horrorosas» primeras semanas en las que el virus se ex-

tendió dañino, por el centro y acabó por llevarse a veinticinco residentes. Dos de ellos, precisamente, el mismo día en que las pruebas PCR les dieron aquella primera alegría a la que después seguirían más. Como la de la vacunación.

Les tocó el 6 de enero, día de Reyes. «El mejor que podía ser». Aquellas primeras dosis de la vacuna se recibieron como un auténtico regalo. «Fue muy gordo. Había un ambiente de ilusión, de nerviosismo positivo...», rememora su director. Otro trecho recorrido en ese negro túnel de una pandemia que hizo mella en todos y del que alcanzaron a salir, por fin, en marzo de este 2021. Los usuarios, ya vacunados, recuperaron las salidas, los encuentros en el exterior con familiares y amigos. «Les da la vida».

Lo dice él, que reconoce que las

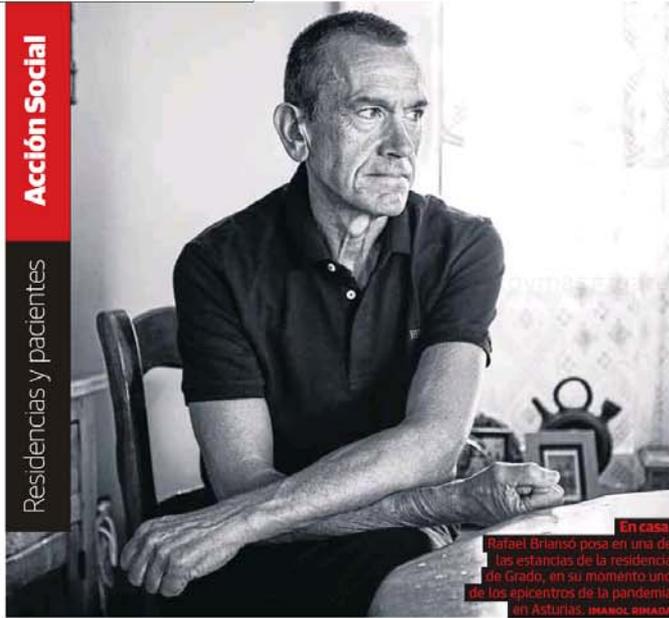
videollamadas con las que se intentaba mantener el contacto entre usuarios y familiares durante el tiempo que los primeros tuvieron que permanecer aislados en la residencia, incluso en sus propias habitaciones, no cubrían, ni de lejos, las necesidades de comunicación de unos y otros. Briansó, como todo el personal de la residencia de Grado, trató de paliar esas carencias con constantes conversaciones con sus residentes. «Yo solo quería transmitirles buenas noticias, comentarles que las cosas estaban mejorando... Y era curioso porque eran ellos los que

me aplacaban, los que me decían 'no hay que tener prisa'. Supongo que es la forma de aceptar las cosas que solo te da la edad». Aquellas charlas eran para él «lo más gratificante» de aquellos duros meses.

Como lo eran también las palabras de aliento que les dedicaban los propios residentes cuando les decían 'sabemos que nos estáis cuidando'. «Si, ese agradecimiento si nos lo transmitieron», reconoce aun emocionado.

Dice Briansó que tiene pendiente una conversación con ellos. Esta vez para transmitirles que el pre-

mio de Acción Social que EL COMERCIO ha decidido conceder este año a las residencias de ancianos es compartido. Que aunque él sea uno de los protagonistas que acuda a recibirlo el día 28, el reconocimiento lo es para todos. Usuarios, familiares y trabajadores de los centros residenciales para personas mayores de Asturias. «Es muy loable que EL COMERCIO se acuerde de estas empresas, públicas y privadas, por el trabajo que nos tocó hacer, por el esfuerzo. Porque estuvimos ahí, nadie salió corriendo», pese a que la situación era de «auténtico drama».



Acción Social

Residencias y pacientes

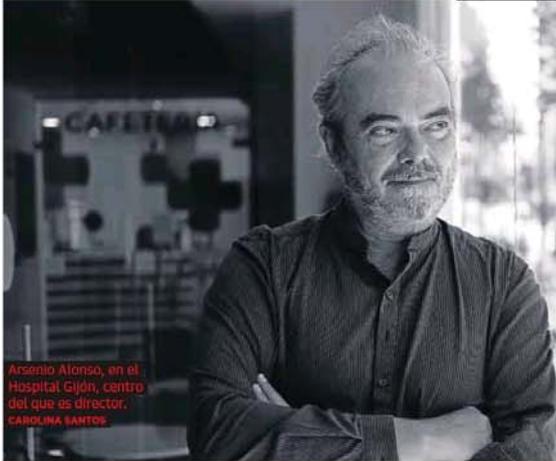
En casa. Rafael Briansó posa en una de las estancias de la residencia de Grado, en su momento uno de los epicentros de la pandemia en Asturias. IMANOL SIMADA

Protagonistas, las empresas. info@fade.es
www.empresasdeasturias.org

FADE
FEDERACIÓN
ASTURIANA
DE EMPRESARIOS

EDI Empresas
DE ASTURIAS





Arsenio Alonso, en el Hospital Gijón, centro del que es director. CAROLINA SANTOS

Acción Social

Residencias y pacientes

Arsenio Alonso (Oviedo, 1959), médico, gerontólogo, director desde su apertura del Hospital Gijón, una de las 192 residencias privadas que funcionan en el Principado, y presidente desde hace seis años de Ascege –la patronal geriátrica asturiana líder en plazas concertadas– es rotundo: «Cuidar es un arte». A él, que lleva desde el año 1999 en el sector sociosanitario, le ha deparado muchas más satisfacciones que sinsabores. Y eso pese a la dureza de un trabajo en el que «lo que ves a diario es fragilidad, pérdida de capacidad...».

Eso, en condiciones normales, porque si hablamos de una pandemia como la provocada por el SARS-CoV-2 y todas las restricciones que llevó aparejadas, las consecuencias son aún más devastadoras. Para los usuarios y también para sus cuidadores.

Dice Arsenio Alonso que, pese a haber sacrificado sus relaciones sociales, trabajado por encima de horarios y gestionado la impotencia y el miedo ante lo desconocido, el personal de los centros sociosanitarios «consiguió mantener la cercanía en el trato, la sonrisa, la cordura y la sensatez. Lo que es muy difícil». De ahí que no tenga más que palabras de reconocimiento para esos cerca de 7.000 trabajadores –mujeres en su mayoría, subraya– que se ocupan de los mayores en los centros residenciales asturianos y fueron su soporte emocional en lo peor de la pandemia. No quiere personalizar, pero pone un ejemplo: Nieves, usuaria del Hospital Gijón, «siempre dice que Mónica, su cuidadora, es su ángel de la guardia».

El premio que EL COMERCIO concede este año a las residencias de ancianos y sus usuarios

«Colgaría una medalla a cada trabajador»

Arsenio Alonso.
El director del Hospital Gijón y presidente de Ascege destaca la importancia de un premio «fundamental para la autoestima» del sector sociosanitario

supone, dice, el «respaldo social» que echaron en falta en los primeros meses de la pandemia, cuando «se hablaba de los héroes de la sanidad mientras se cuestionaba» a los centros sociosanitarios y a sus trabajadores. «Este premio viene a corregir un poco esa situación. Es fundamental para la autoestima». Si en su mano estuviera, «colgaría una medalla a todos y cada uno de nuestros trabajadores». Y también lo haría con las familias de los trabajadores, «a las que tenemos que estar muy agradecidos». Él lo tiene claro, si ha de hacer extensivo el reconocimiento lo haría en las figuras de «Alejandra, Julia y Elena, mi mujer y mis hijas, por ayudarme a pelear y dar lo mejor de mí mismo sin pedir nada a cambio».

En sus más de dos décadas de dedicación al sector sociosanitario no tiene ninguna duda de que lo vivido desde marzo de 2020 ha sido «lo peor». Al principio, primaba «una sensación de impotencia. Carecíamos de muchos medios materiales, trabajábamos con protocolos cambiantes, había noticias contradictorias. No tenías una sensación de estar haciéndolo bien. Te preguntabas '¿y qué hago yo, ni no puedo hacer nada más?'», recuerda.

Afortunadamente, el inicio de la vacunación apenas nueve meses después de declararse la pandemia supuso un giro de 180 grados en la situación. «A mí me tachaban de superoptimista cuando decía que la vacuna estaba funcionando muy bien, pero el tiempo nos ha dado la razón». Y permitió ir dando pasos hacia una situación que ahora mismo «no podemos decir que sea normal, pero sí soportable». Pese a ello, aprecia que en parte del sector aún se vive «con un miedo excesivo».

El Colegio Oficial de Enfermería del Principado de Asturias quiere dar la enhorabuena por el "Premio a la Acción Social" a las RESIDENCIAS DE ANCIANOS DE ASTURIAS

Y especialmente a todas las enfermeras/os que en los peores momentos de la pandemia, con su profesionalidad, han sabido proteger la salud de los más frágiles y vulnerables.

Muchas gracias

Enfermera del centro de salud de El Coto, en Gijón, su labor diaria distaba mucho de lo que estaba por venir. Pero en abril del año pasado hubo que tomar una decisión drástica: intervenir las residencias de mayores. En el Área Sanitaria V, más de 30 fueron intervenidas y en el equipo encargado de gestionar aquel proyecto estaba la enfermera Lara Menéndez. Había que impedir la entrada de la covid en los equipamientos sociosanitarios o, en su caso, frenar el impacto. Y aquello obligó a tomar «decisiones muy duras pero necesarias». La intervención duró un año. Un año complicado por cuanto ha supuesto «para las residencias, tanto para los trabajadores como para los residentes». Porque «si la gestión del virus ya es difícil en un domicilio, en un lugar así, aún más».

Habla Lara, por ejemplo, de la Residencia Mixta, cuyo plan de contingencia fue una de las encargadas de poner en marcha. «Había que evitar la entrada del virus, porque era un riesgo para 300 personas». ¿Y cómo se logró? «Con un aislamiento social duro, pero necesario». Con eso y con «un trabajo muy complicado, con una importantísima labor de gestión del personal».

Aquel férreo control supuso «un año sin contacto físico». Un año de contadas visitas de familiares, pero a través del cristal. De llamadas y videollamadas. Y de mucho sacrificio. También de «miedo e incertidumbre», porque «como profesionales, para todo lo que hacíamos hasta entonces había base científica. Había estudios, conocimiento...» Pero la covid lo cambió todo, también su trabajo y hubo que acostumbrarse a «aprender sobre la marcha, a base de ensayo y error».

Pese a todo, Lara pone el foco

«Los residentes nos han dado una lección»

Lara Menéndez, Enfermera interventora de residencias y encargada de poner las primeras vacunas, destaca el «ejemplo» que han dado los mayores

OLGA ESTEBAN



en el personal del ERA, porque «nosotros éramos asesores, pero ellos hicieron el trabajo duro». Sobre unos y otros pesaba una responsabilidad enorme, que podía más que cualquier miedo, «la responsabilidad de saber que había que hacer las cosas muy bien, de forma muy minuciosa. Porque si entraba el virus, era muy difícil contenerlo».

Y en medio de tanta tensión, temores y sinsabores, Lara pudo vivir también un momento satisfactorio: inocular las primeras vacunas contra la covid en Asturias. Aunque, nueve meses después de

aquel hito, admite que la tensión de «haber puesto en marcha un protocolo de vacunación de esta magnitud en un tiempo récord» les «robó» a los profesionales ser del todo conscientes de la importancia del momento que, de alguna forma, estaban protagonizando. Pero no puede negar que vivió «un día histórico. Hasta entonces solo podíamos prevenir. Desde ese día podíamos, al menos, disminuir la transmisión».

Aquel primer día en la Residencia Mixta (donde comenzó la campaña), aquellas primeras jornadas de pinchazos, fueron un orgullo y «un reto». Porque nunca antes «se había implementado una estrategia de vacunación masiva a nivel mundial».

Por eso, una de las lecciones que saca de este año y medio es que «los profesionales sanitarios somos capaces de poner en marcha protocolos y estrategias de forma eficaz en tiempo récord». Que, cuando existen «grandes necesidades», ellos están capacitados y dispuestos a diseñar y aplicar las soluciones.

La otra gran lección, no tanto profesional como personal, de vida, se la han dado las residencias. Y, en concreto, los residentes. «Nos han enseñado una impresionante capacidad de adaptación. El resto de personas, de una u otra forma, fuimos recuperando nuestra vida, pero ellos no, por el riesgo que suponía. Nos han dado una gran lección, no han sido nada egoístas. Si nos hubieran dicho a cualquiera que nos quedáramos un año en nuestra habitación...»

«Había que ser muy minucioso porque sabíamos que si entraba el virus era muy difícil contenerlo»



En equipo: Enfermera en El Coto, al principio se ocupó de la intervención de residencias y después estuvo en el equipo que puso las primeras vacunas. CAROLINA SANTOS

Acción Social

Residencias y pacientes

En primera persona

«Vacunarse debería ser obligatorio»

Domingo de Guzmán.

Vivió encerrado en su habitación de la Mixta varios meses. «Nos cambió la vida». Pero él le echó paciencia, tranquilidad y lectura

Hasta aquella fatídica semana de marzo de 2020, Domingo salía todos los días de la que es su hogar desde hace casi cinco años, la Residencia Mixta de Gijón, el geriátrico público más grande de Asturias. Daba un paseo, tomaba un café... Pero, de repente, «todo cambió radicalmente». Domingo de Guzmán Nuevo de Tuya, 69 años, es el ejemplo de la paciencia, la adaptación, la resiliencia de los miles de asturianos que pasaron la pandemia confinados en residencias. En sus habitaciones. Solos. En el caso de los que, como Domingo, son autónomos, su única visita era la del personal de limpieza. Porque ni siquiera para entregarles la comida se podía acceder a sus habitaciones.

«Tuvimos miedo a contagiarnos, claro», admite. Aunque lo ex-

plica con una serenidad envidiable. «Lo viví con tranquilidad, y con paciencia», asegura, y es imposible no creerle. Su compañía en aquellos meses de encierro, la lectura y la televisión. Y la llamada prácticamente diaria con su hermano, que vive fuera de Asturias. «Era muy duro, claro, nunca habíamos pasado algo parecido. La vida cambió. Todo cambió». Pero Domingo, como tantos otros, se adaptó sin protestar, aseguran quienes conviven con él en la Mixta. Ni una queja nunca.

Tampoco cuando los residentes, tras haber salido del encierro más duro, tuvieron que volver a él. Cuando las cosas se pusieron complicadas en Asturias y el temor a los contagios en las residencias hizo endurecer de nuevo las restricciones. Vuelta a la habitación, a la lectura, a la te-

levisión. A recoger la comida en la puerta.

Poco a poco la vida volvió, fuera y dentro de la Mixta. Y llegó la vacuna. El 27 de diciembre, 300 residentes de este equipamiento fueron los primeros en recibir el esperado pinchazo. Domingo fue el cuarto. Recuerda el momento con ciertos «nervios» pero, sobre todo, con «mucho orgullo» y sin atisbo de miedo. Hasta tal punto que se muestra convencido de que «la vacuna debería ser obligatoria. Entiendo que haya

gente que por su patología no pueda, pero el resto...» El ya está dispuesto a recibir su tercera dosis en caso de que determinen que es necesario.

Mientras, ha vuelto a salir a la calle, aunque el primer día que lo hizo tras el confinamiento, admite, tuvo miedo. Y ha vuelto a las actividades grupales con sus compañeros («nos llevamos todos muy bien») y con el personal de la Mixta, para quien solo tiene buenas palabras. Por sus cuidados profesionales pero, sobre

todo, por haberse convertido «en familia» durante todo este tiempo. Cuando le dices a Domingo que los residentes han tenido mucho mérito, no lo duda: «El personal ha tenido más».

Y ahora, Domingo ve desde la Mixta cómo la pandemia ha cambiado tantas cosas, dentro y fuera de su hogar. «Ojalá volviéramos pronto a la normalidad, pero yo creo que va a tardar. De momento, hay que seguir teniendo mucho cuidado». El lo tiene. Y se adapta.

Residente.
Vive en la Mixta de Pumarín y allí pasó los peores días solo, aunque sin perder la fuerza.
CAROLINA SANTOS



Acción Social

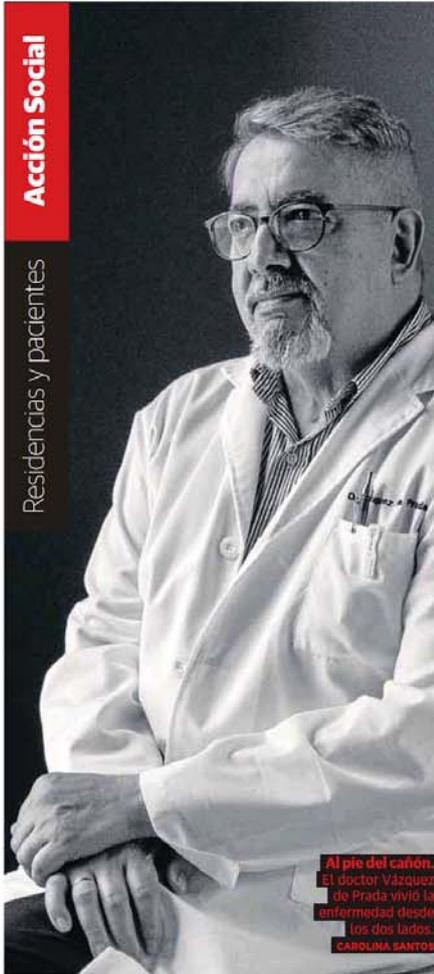
Residencias y pacientes

a33p



El Ayuntamiento de Siero felicita a los galardonados con los Premios El Comercio 2021





Al pie del cañón. El doctor Vázquez de Prada vivió la enfermedad desde los dos lados. CAROLINA SANTOS

En primera persona

«Era momento de no dar un paso atrás»

Ignacio Vázquez de Prada. Médico de varias residencias, allí se contagió y acabó en la UCI. «¿Que si teníamos miedo? ¿Y qué hacíamos? ¿Salir corriendo?»

Charlar con este médico gijonés es mantener una conversación pausada llena de dos cosas principalmente: agradecimiento y optimismo. Y jalonada de pequeños recuerdos, como aquel primer corte de pelo tras meses de hospital, el primer paseo, el regreso a ver el mar, a ver a la gente pasear... Ignacio Vázquez de Prada, 71 años, personifica cómo han vivido las residencias esta pandemia. Pero, en realidad, su experiencia con la covid va mucho más allá. Médico de algunos de estos equipamientos, allí se contagió en aquellos primeros momentos, en el mes de abril de 2020, y el virus le

llevó primero a Cabueñes, después a la UCI del HUCA y, más tarde, a Cruz Roja, para terminar con mes y medio de rehabilitación ya en su domicilio. Así que Vázquez puede hablar como pocos de lo que el coronavirus nos ha robado. Como tantos compañeros médicos, enfermeras y auxiliares, siguió trabajando. Fueron «momentos muy complicados». Sin elementos de protección. Sin suficiente información. Sin un tratamiento eficaz. Pese a todo, «era el momento de no dar un paso atrás, de mantenerse en el puesto». Y es lo que hizo. «Familiares y amigos me preguntaban si no

teníamos miedo. ¿Y qué hacíamos? ¿Nos marchábamos?» Hay algo que este médico tiene muy claro y repite una y otra vez. «Los sanitarios tenemos esa responsabilidad. Forma parte de nuestra dedicación, vocación y compromiso». Por eso, como él dice, se mantuvo en el puesto. Más preocupado por la «alteración de la vida afectiva» que para los residentes supuso la restricción de visitas que por la seguridad propia. Cuando habla de «momentos duros» se refiere al miedo, claro, pero también a la situación en la que quedaron todos los mayores que, de pronto, dejaron de ver a sus familias.

Una necesidad, la de la cercanía, la del calor y el cariño de los propios, que él vivió en primera persona en la UCI, a cuyo personal no se cansa de dar las gracias. «Siempre estaré en deuda con todo el personal sanitario», insiste, y al plan de humanización que permitió que su familia le visitara y que su mujer tuviera información permanente de su estado, aunque algunos días fuera poco alentadora.

Porque, tras algo más de un año de su alta, no recuerda su situación como de «gravedad», pese a que «la fotografía que me tomó mi hijo cuando me despertaron es de asustar», bromea pese a todo. Porque lo que tiene presente a día de hoy es que se encuentra bien, que volver a ver la playa de San Lorenzo fue una «recarga de energía», que la campaña de vacunación en Asturias «es un éxito», que «estamos mucho mejor de lo que estábamos» y que, pese a todo, «vamos a ir ganando la partida». Por el momento, los mayores a los que cuidó en aquellas complicadas semanas han ido recobrando la normalidad y las visitas.

«Fueron días muy duros en los que los residentes vieron muy alterada su vida afectiva»

MIERES

va prestate





Inés se encarga de que todo esté a punto en la residencia más grande de Asturias. CAROLINA SANTOS

Acción Social

Residencias y pacientes

qué itinerario, en qué ascensor. Hubo muchas reuniones, muchas instrucciones, mucha coordinación entre los diferentes servicios, recuerda. Y mucha información, tanta en aquellos momentos «que podía llevar a la desinformación». Por eso ella, por el bien personal y profesional, optó por la información directa: «La Organización Mundial de la Salud, el Ministerio y el Principado».

Pero no había instrucción ni explicación que pudiera paliar la tristeza de ver la residencia cerrada y los espacios comunes vacíos. Así que «todos nos estrujamos el cerebro». Porque, en ese sentimiento generalizado de quienes han trabajado en las residencias durante la pandemia, incluso por encima del miedo propio había preocupación por el estado anímico de los residentes. Y todos pusieron su granito de arena.

«Fue muy duro para ellos. Yo empecé a tener más contacto con todos, especialmente con la planta de los más autónomos. Les visitaba, me preocupaba por ellos. Había operarios que les ponían música... Todos estuvimos muy implicados. Suplimos a las visitas». Los trabajadores eran el contacto con el exterior, su nexo de unión a la calle y a las familias, y en eso se empeñaron. Y luego, «como hemos pasado por todas las fases», fueron llenando huecos. Y volvieron las actividades comunes y en la Mixta empezaron, por ejemplo, las sesiones de cine, que Inés le recordaban «a aquellos cines de verano en los barrios». Volvía la vida.

Y ahora, la Mixta sigue adelante con vacunas, hoja de ruta y todo preparado. «Ahora sabemos cómo actuar. Si saltan las alarmas, sabemos lo que tenemos que hacer».

Es la responsable de la limpieza de la Residencia Mixta de Gijón, el geriátrico público más grande de Asturias, con unos 280 residentes y casi 400 trabajadores. Un símbolo de la lucha contra la covid en Asturias: allí arrancó la vacunación en diciembre. Hasta entonces, el equipamiento había aguantado estoicamente las dos primeras olas de la pandemia. Dos olas que vivió desde dentro Inés Rico Castaño, gobernanta de la Mixta desde hace cinco años. Pero nada podía haberla preparado para aquella «bomba». Porque esa es la sensación que le quedó a Inés, la de una explosión que arrasaba con todo, cuando en aquel mes de marzo hubo que cerrar las puertas de la residencia, blindarlas ante los posibles contagios, y cambiar todo el funcionamiento interno.

Repite la misma frase, el mis-

mo recuerdo, que la mayoría de quienes lo vivieron, de una u otra forma, pero desde cerca. «Hubo mucho miedo, fue muy duro». Porque, mientras muchos nos quedábamos en casa, en aquel encierro obligado y seguro, ella y los más de 60 operarios de limpieza, comedor y lavandería de la Mixta, como del resto de residencias, acudían cada día al trabajo. Sin información clara sobre cómo se producían los contagios, sobre el comportamiento del virus, sobre su tratamiento. Teniendo que elaborar sobre la marcha y con urgencia una hoja de ruta inexistente.

«Hubo que organizar y escribir miles de cosas». Cómo había que limpiar cada espacio, con qué productos, qué personas y con qué frecuencia. Cómo se retiraba la ropa para llevarla a lavandería y cómo se devolvía a las plantas. Quién lo hacía, en

«Tratamos de suplir la falta de visitas»

Inés Rico Castaño.
Gobernanta de la Residencia Mixta, vio cómo el virus arrasaba con todo. Diseñar la nueva hoja de ruta no fue fácil y lo hicieron sin olvidar a los residentes

TODO
para montar
TU NEGOCIO

tukán
somos impresores

Oviedo · Gijón · Silvota
www.tukan.es

Es para mí un orgullo, como consejera de Derechos Sociales y Bienestar, que el diario EL COMERCIO otorgue este año su premio en la categoría de Acción Social a las residencias asturianas, por su trabajo y esfuerzo en la lucha contra la pandemia. Reconozco que me emociona saber que además, ha sido por unanimidad, lo cual nos hace llegar un mensaje claro y rotundo: la sociedad sabe y es consciente de la dedicación, el compromiso, el esfuerzo y la vocación con la que todos los equipos de profesionales de las residencias asturianas han trabajado dejándose la piel durante todos estos meses.

Este premio es pues un reconocimiento más que merecido para todos y todas, para quienes de uno u otro modo hacen de los centros residenciales los hogares de los miles de asturianos y asturianas que viven en alguna de las docenas treinta y nueve residencias que hay en Asturias. También quiero mencionar de forma especial a las familias, que tanto han sufrido durante los meses más duros de la pandemia y en los que se tuvieron que restringir las visitas, porque sabíamos que era la única arma con la que contábamos por aquel entonces para así reducir los riesgos de propagación del virus.

Es justo resaltar que la sociedad asturiana ha demostrado nuevamente que sabe estar a la altura en los momentos difíciles y si algo me ha emocionado como consejera en estos dos años ha sido precisamente ver la capacidad de adaptación de las personas mayores a la hora de aceptar y asumir las normas sanitarias con templanza y ejemplaridad

La lección de los mayores

Tenemos mucho que aprender como sociedad de quienes mejor saben afrontar las circunstancias por duras que sean

ANÁLISIS
MELANIA ÁLVAREZ
Consejera de Derechos Sociales y Bienestar



y cómo han defendido también la vacunación. Cuánto tenemos que aprender de estas generaciones, de su forma de vivir siempre de cara a los problemas, de su capacidad de adaptarse a las circunstancias por duras que sean, de su generosidad que nos ha permitido avanzar y en definitiva de su compromiso con la sociedad por el bien común. A todas las personas mayores de Asturias, gracias por esta lección de compromiso social.

En marzo de 2020 todos y todas, una sociedad entera,

Si algo me ha emocionado como consejera ha sido ver la capacidad de adaptación de los mayores

tuvimos que afrontar una crisis sanitaria sin precedentes, inesperada, y que se tornó especialmente virulenta con las personas mayores, que eran y son el colectivo más vulnerable ante el virus, por su edad y patologías previas, que también suelen ser frecuentes. Conscientes de esa realidad, el Gobierno de Asturias se marcó una premisa clara y sobre la que hemos venido trabajando todos estos meses: salvar el mayor número de vidas posibles.

La prioridad para este Go-

No me quiero olvidar de las familias, que tuvieron que enfrentarse a momentos muy duros con el aislamiento

bierno siempre ha sido la vida y es por ello, que todas las personas que viven en Asturias y que necesitaron de asistencia hospitalaria tuvieron la oportunidad de recibirla. Todas. Con independencia de su edad o del lugar que hayan elegido para vivir.

Lamentablemente han sido también demasiadas las personas mayores que han fallecido tras contagiarse de la covid, y su recuerdo sigue presente. Hoy estamos ante un escenario distinto.

Asturias ha sido todo un

El Gobierno de Asturias se marcó una premisa clara desde el principio: salvar el mayor número de vidas posible

ejemplo a nivel nacional en ritmo de vacunación y esto nos ha permitido colocarnos en la casilla de la esperanza y la recuperación económica y laboral.

Fueron precisamente las residencias las primeras en recibir la vacuna. Todos recordamos la imagen de Pepita, residente de La Mixta, recibiendo con alegría el primer pinchazo en Asturias y animando al resto de la población a hacer lo mismo. No se puede vivir con miedo, nos dijo Pepita.

Sin miedo, pero sin bajar la guardia, el pulso ha recuperado fuerza en las residencias asturianas, han vuelto las visitas, las salidas al parque, los paseos, las partidas de cartas y el parchis... Si a algo aspiramos en la vida es a hacernos mayores siendo capaces de mantener durante el mayor tiempo posible la autonomía y pudiendo elegir dónde y cómo queremos envejecer.

Tomamos buena nota de la lección que las personas mayores nos han demostrado en esta pandemia, de esa poderosa capacidad de adaptación, una capacidad que tomamos como referencia y que nos ha servido en Asturias para afrontar todo un reto social como es la transformación del sistema de cuidados de larga duración.

Hoy cuando todavía nos sobreponemos de los efectos más crueles de la pandemia en las residencias, este reconocimiento viene además a visibilizar la necesidad de profundizar en el análisis de la responsabilidad colectiva que como sociedad tenemos en el nuevo modelo de atención, y el imprescindible fortalecimiento de un sector también protagonista de la nueva economía de los cuidados.



BBVA
Creando Oportunidades

Esta huella, de la **talla 3965**, es la que deja al mes cada español sobre el planeta.

Calculadora huella de carbono

Juntos podemos dejar otra huella en el planeta

Nuestros actos tienen un impacto en el medio ambiente. Por eso queremos ayudar a nuestros clientes, particulares y empresas, a **crear un futuro mejor**.

BBVA Descubre tu huella de carbono y cómo reducirla

Calculadora huella de carbono BBVA

Desde febrero de 2020 en todas las residencias de personas mayores pertenecientes a la red pública ERA (Establecimientos Residenciales para Personas Mayores de Asturias) se ha recorrido un largo camino en el que todos y todas hemos aprendido mucho en lo referente a la lucha contra la covid-19: en los cuidados, en la importancia de velar no solo por la salud física sino también por la emocional, en lo imprescindible de aplicar todos y cada uno de los protocolos sanitarios que nos han servido para contener el virus y su propagación en espacios tan vulnerables como son las residencias o en la importancia de ser impecables en la desinfección y limpieza de espacios.

La lección ha sido complicada, dura y por momentos agónica. El cansancio acumulado tanto de los equipos de profesionales como de las personas que han decidido vivir en alguna de las residencias públicas de Asturias y el de sus familias es evidente, pero hay otras evidencias que nos deben de hacer sentir orgullosos y orgullosas y es que desde el ERA, siempre hemos velado por ofrecer el mejor de los cuidados

También hemos aprendido

En la red pública sabemos de la importancia de velar por la salud física, pero igualmente por la emocional

ANÁLISIS
ANA SUÁREZ GUERRA
Gerente del ERA



a cada persona mayor, garantizándoles apoyos para afrontar la pandemia, reforzando el contacto con las familias, derivándoles a centros hospitalarios siempre que la infección o las complicaciones derivadas de la misma requieran de un cuidado más específico, apostando por la vacunación desde el primer minuto, recuperando todas aquellas actividades y servicios esenciales siempre que la evolución epidemiológica nos los permitía y sobre todo y ante todo cuidando.

Hoy la realidad tiene poco o nada que ver con la situación

que vivimos en aquel mes de febrero, cuando la incertidumbre se apoderó de todos nosotros y nosotras.

En diciembre de 2020 arrancaba la vacunación en Asturias, y lo hacía precisamente en la residencia La Mixta de Gijón, la mayor residencia de mayores del Principado. Recuerdo perfectamente las palabras de Pepita Paleo, la primera vacunada de este centro y de Asturias, animando a toda la sociedad a vacunarse para vencer a la enfermedad y su mensaje de esperanza: «Hoy es el principio del fin de la

pandemia», aseguró Pepita en declaraciones a este periódico. Y nuevamente y tomando como ejemplo a Pepita, las personas mayores nos volvieron a dar una lección de vida, de generosidad y de compromiso imprescindible. Volvieron a demostrarnos que el bien común depende de todos y que hay que estar a la altura en los momentos difíciles y no dejarse vencer por el miedo.

El hecho de que un periódico como EL COMERCIO haya decidido premiar la labor desempeñada por las residencias en estos meses de arduo trabajo

frente a la covid nos llena de orgullo y nos emociona. Y, personalmente, como gerente del ERA, pienso que es un premio merecido y que servirá de refulsivo para todos los equipos de profesionales que llevan meses demostrando su dedicación absoluta, su compromiso y su vocación con las personas mayores. Es también un reconocimiento a todos los y las residentes y a sus familias, a su aplomo, a su entereza y su valentía para afrontar, desde la templanza, una situación sobrevenida muy compleja.

De todas las situaciones duras a las que nos enfrentamos en la vida debemos obtener un aprendizaje, y sin duda la covid también nos ha ofrecido una lección. Nos ha enseñado que es imprescindible cuidar a las personas mayores y cuidar bien, que la salud es un derecho inquebrantable y a la que debemos mimar, porque es el garante que tenemos para sostener la calidad de vida y que las residencias son espacios amables en los que viven miles de personas donde gracias a la dedicación de los y las profesionales, a su cariño, esmero, profesionalidad y entrega, se han convertido en entornos agradables en los que vivir siendo mayor.



Para tener un futuro mejor tenemos que ser sostenibles en todo lo que hacemos. Por eso nuestra planta en La Felguera, como todos nuestros centros en el país, se abastecen de energías eléctricas 100% renovables.

Impacto positivo
en el medio ambiente

Medioambiente

Síguenos en:
Web: bayer.es
Ivoox: Bayer Contigo
@BayerEspana
Bayer España
@bayerespanaoficial

//// Salud y alimentación para todos

BAYER