



Santa Paola
RESIDENCIA DE MAYORES

INFORME CORONAVIRUS

MAYO 2020

Residencia Santa Paola

Laura Cano Díaz & José Luis Calle Pérez

Informe Coronavirus

Estimado/a familiar:

Esperamos que tanto tu como tu familia os encontréis bien.

Antes que nada, queríamos transmitirte nuestro agradecimiento y reconocimiento como familiar de uno de nuestros residentes, por tu paciencia y comprensión durante todas estas semanas, marcadas por esta terrible pandemia.

“Todo el equipo de profesionales y administradores de Santa Paola quiere darte las gracias. Sin tu paciencia y comprensión, no lo habiéramos podido hacer”.

Precisamente por esta situación tan especial que estamos viviendo, hemos decidido enviarte este informe, por llamarlo de alguna manera. Nuestra intención es poder compartir contigo nuestra experiencia acumulada durante esta pandemia.

Todo el equipo de Santa Paola se ha volcado en la protección de cada uno de los residentes desde el primer segundo. Ciertas características de Santa Paola nos hicieron más vulnerables al principio. Por ejemplo, el que seamos una residencia abierta a la comunidad, que haya un gran número de residentes que salen y entran de la residencia cuando les apetece y la gran afluencia de familiares. Características de las que nos sentimos orgullosos y que pronto recuperaremos.

Otros aspectos de Santa Paola, por el contrario, nos hicieron reaccionar de forma rápida y eficiente, como, por ejemplo, disponer de muchas habitaciones individuales.

En Santa Paola han trabajado más de 30 profesionales durante esta pandemia. Algunos han sufrido el contagio y otros no, de la misma manera que los residentes, los cuales han mostrado mucha mayor resistencia a este virus de lo que algunos medios de comunicación y cargos públicos, pretenden trasladar a la opinión pública.

Esperamos que este informe, que contiene los principales protocolos de seguridad y planes de contingencia, te sirva para conocer bien cómo se han hecho las cosas, y para que te sirva de referencia para hacernos llegar cualquier sugerencia.

En este informe encontrarás un análisis de las diferentes dificultades con las que nos encontramos, de los errores que cometimos, de nuestras fortalezas, y sobre todo, del aprendizaje que hemos conseguido después de estas semanas.

Precisamente uno de estos aprendizajes ha sido confirmar algo que ya sabíamos, porque está en el ADN de este equipo de profesionales, y es la enorme importancia

de las familias a la hora de planificar la atención y cuidados de cada persona que vive en la residencia.

También encontrarás historias contadas en primera persona de gran parte del equipo para que tengas una visión desde dentro de la residencia de cómo sucedió todo.

Nos encantaría, si lo crees oportuno, que nos hagas llegar todas tus dudas, inquietudes, y propuestas, en relación a la forma de trabajar en el centro ante esta pandemia, de la que aún vamos sabiendo más cosas, y que va a marcar durante un tiempo, el día a día de la residencia.

Nuestro objetivo con este informe también es compartir contigo nuestro trabajo con el objetivo de ayudarte a superar esta situación de incertidumbre de la mejor forma posible. Trabajamos para que cada residente esté lo mejor atendido y cuidado posible, pero sabemos que el ambiente de visitas de los familiares se ha visto alterado, y que esto afecta de forma negativa a su calidad de vida.

Reiteramos nuestro agradecimiento por la comprensión y paciencia que nos estáis regalando, algo que está siendo clave para que podamos seguir adelante y con mayor intensidad en controlar y derrotar al virus.

Atentamente,

Laura Cano Díaz
Directora de Santa Paola



José Luis Calle Pérez
Propietario de Santa Paola



Sin familiares

Los primeros días fueron complicados. El día 12 de marzo tomamos la decisión de cerrar el centro a visitas y familiares. Fue una decisión acertada, 48 horas antes de que el Gobierno de Castilla la Mancha obligara a cerrar sus puertas a todas las residencias de la Comunidad Autónoma.

Santa Paola ya no era lo mismo. Perdíamos una de nuestras señas de identidad, la libertad de horarios para poder visitar a los residentes, el ser un centro abierto a la comunidad, y donde mucho de los residentes salen por Toledo cuando les apetece. Aún no podíamos saber la trascendencia de esta medida.

Fue una decisión acertada pero tardía. Hoy sabemos que las Administraciones Públicas tenían información que no compartieron y que nos hubiera permitido tomar medidas con mucha mayor antelación, como cerrar mucho antes el centro y dotarnos de equipos de protección EPIs, mascarillas, y productos de desinfección. Todo este material fue imposible conseguir por los cauces habituales debido al bloqueo que hizo de éstos el Gobierno de España.

En unos días pudimos conseguir el material que necesitaban para protegerse y poder proteger a los residentes. Aquí vino la primera lección que aprendimos. No podíamos esperar ninguna ayuda de la Administración, estábamos solos para afrontar todo lo que nos viniera por delante.

La tardanza en cerrar una residencia tan abierta a la comunidad tendría una consecuencia lógica. El virus estaba ya en Santa Paola. Esto lo pudimos comprobar pronto.

En estos primeros días se implantaron medidas de higiene y protección para profesionales y residentes. Todo parecía estar perfectamente controlado durante la primera semana.

Aislamiento. Primer error

El día 20 de marzo nos comunicaban que un residente que venía del Hospital era positivo en coronavirus. Por la mañana la prueba le salió negativa, pero a la hora de comer llamaron para decirnos que era un falso negativo.

Inmediatamente procedimos a aislar en sus habitaciones a todos los residentes que pudieran haber estado en contacto con esta persona. Así nos lo indicaron y así hicimos. Primer error, segundo aprendizaje.

El elevado porcentaje de habitaciones individuales de Santa Paola nos permitió poder ubicar a los residentes lo mejor posible. Sin embargo, como ya os hemos hecho llegar

a través de los correos electrónicos, el confinamiento de personas sin justificación es un error. De hecho, ese mismo día por la tarde, decidimos que no se podía confinar a todos los residentes, y un grupo de 14 personas harían uso de las zonas comunes manteniendo distancias de seguridad.

Obviamente, este error, vino favorecido por la ausencia de test a los residentes. Estábamos trabajando a ciegas, guiados por la mejor de las intenciones que era la de protegerlos por encima de todo, de un contagio.

Desde el primer momento se comenzó a tomar constantes continuamente a todos los residentes. Esto sumado a la indumentaria de las profesionales hicieron que Santa Paola se transformara en una especie de hospital. No somos ni un hotel ni un hospital. Sin embargo los cuidados sanitarios eran propios de un hospital, y la atención eran parecida al servicios de habitaciones de un hotel.

En este punto hay que destacar el grado de implicación de todo el personal. Ya sabían que exponían su salud y la de sus familias, por proteger, cuidar y atender a los residentes. Unos residentes que, como ellas dicen, “forman parte de sus vidas”. De esta manera comenzaban a trabajar como nunca se había hecho. En condiciones propias de una UCI, con medidas extremas de prevención, con una exigencia física y mental altísimas, pero sobre todo con un elevado grado de sensibilidad.

Aún no conocíamos bien al virus y si una persona era derivada al hospital afectaba al estado de ánimo.

Hasta este momento teníamos una imagen irreal de nuestra situación. La mayor parte de los residentes no mostraban ningún síntoma, y sin embargo seguían bajo aislamiento. Los test que anunciaban desde la Administración no llegaban. Tampoco los EPIS ni las mascarillas. Pero bueno, eso ya lo habíamos conseguido.

Un residente fallecía en el hospital sin tratamiento, a pesar de haber dado positivo en coronavirus. Eran las peores semanas del virus en los hospitales. Y la peor semana en Santa Paola. Nuestros tres residentes de más de 100 años se apagaban. El confinamiento hizo lo que no hizo el virus. El error se llevaba por delante a tres personas que habían ganado todas las batallas inimaginables para nosotros. No sería el único error.

Test. Segundo error

Santa Paola seguía en modo hospital, implantando medidas de prevención cada vez más acertadas. Se cortaba el paso al virus por cada lugar. Se desinfectaba el centro por una empresa especializada. El equipo de limpieza trabajaba a destajo. El resto del personal acorralaba al virus a la vez que atendía a los residentes. Pero, seguíamos esperando a los test. Segundo error.

Parecía que estaba todo controlado, pero los aislamientos seguían. Este segundo error quedó patente cuando comenzamos a hacer los test por nuestra cuenta. Habíamos aprendido del primer error, no esperar a la Administración, pero cometimos el segundo, tardar en hacer los test. Teníamos a la mayor parte de los residentes sin síntomas, y eso nos hacía pensar que estábamos haciéndolo muy bien. Y llegaron los resultados para hacernos ver la realidad.

El 13 de abril comenzamos a hacer los test serológicos cuantitativos. Empezamos con aquellas personas que no habían tenido ningún síntoma en todo este tiempo. 24 personas. También se les hizo a las dos enfermeras. 18 residentes ya habían pasado el virus sin síntomas. De estos, 5 aún podían ser contagiosos. Las enfermeras no lo habían pasado. Esta información fue un vuelco en la forma de trabajar en Santa Paola. Corregimos los errores cometidos. Ya no trabajábamos a ciegas.

No habría más aislamientos injustificados, y poco a poco se volvió a recuperar la normalidad, o al menos, una normalidad parecida a la anterior a la pandemia.

Las medidas de prevención continuaban. Se trabajaba con mejor criterio a la hora de decidir la conveniencia o no de un aislamiento y la duración del mismo. Los test continuaron y venían a reforzar nuestro segundo aprendizaje. Sin test no se puede trabajar. Se aísla a quien no debe estarlo y no se aísla a quien debe. Sólo por la sintomatología es un error. Los resultados lo iban dejando claro.

Casi el 100% de los residentes están ya inmunizados. Esto quiere decir que el virus entró antes de cerrar el centro, que la carga viral fue baja, que las medidas de prevención e higiene funcionaron, y que hicimos muy tarde los test.

Todo parecía volver a la normalidad. Pero faltaba algo muy importante. **Tú.**

Visitas

Las familias son parte fundamental de Santa Paola. Siempre lo fueron, pero en esta pandemia hemos comprobado el impacto que tiene en cada uno de los residentes, y en nosotros como responsables.

En Santa Paola siempre se ha fomentado la presencia de las familias en el centro, pero ahora necesitábamos a las familias sin que pudierais estar presentes. La tecnología os acercaba a ellos y el correo electrónico a nosotros.

No hay manera de agradecer de forma suficiente el comportamiento de las familias durante estos meses. Paciencia, colaboración, apoyo, son algunos de los motivos por los que daros los gracias, porque esto ha salido bien gracias a las familias, gracias a ti.

Y la mejor forma de agradecerlo era implantando un sistema de visitas seguro y de calidad. Las videollamadas no pueden sustituir a la presencia física. Y también aquí habéis respondido con responsabilidad.

Estamos asistiendo a momentos muy especiales, a reencuentros tras demasiado tiempo separados. Las ganas no os están impidiendo seguir las instrucciones que se os dan.

Nos estáis facilitando la gestión de las visitas y de los paseos fuera del centro. De alguna manera es nuestra propia desescalada. Se nos agotan las palabras de agradecimiento por lo fácil que estáis poniendo las cosas.

INDICE

1. Tus preocupaciones son las nuestras.
2. Medidas contra este virus.
3. Protocolos COVID-19.
4. En primera persona. Experiencias reales.
5. Te necesitamos.

1. Tus preocupaciones son las nuestras

Durante todo este tiempo de Covid-19 hemos querido estar cerca de ti, poniéndonos en tu lugar en la medida de lo posible, conocedores de la incertidumbre que podías tener ante esta situación desconocida para todos nosotros y para la que no nos avisaron con tiempo suficiente para prepararnos.

Queremos que puedas estar tranquilo con las atenciones y cuidados que han tenido cada uno de los residentes. Hemos trabajado duro, hemos cometido errores y hemos aprendido de ellos para evitar el contagio, aislar de la forma más conveniente y justificada a los residentes y asegurarnos de que su calidad de vida no se estaba viendo perjudicada en exceso.

Por eso te hacemos llegar este documento. Para que puedas estar tranquilo con diversas cuestiones. Comenzamos.

Seguridad

Hemos elaborado protocolos de seguridad efectivos y medidas preventivas en el centro que abarcan a profesionales y a las instalaciones. Estos protocolos se han ido actualizando para mejorar su eficacia y corregir errores.

EPIS

Esto ha sido cosa nuestra. Todos los profesionales dispusieron de material de protección suficiente. Ya sabes que la Administración no ha ayudado. En realidad, viendo como lo estaban pasando en los hospitales ya vimos que nos tocaba buscar soluciones rápido. En menos de 24 horas ya estábamos en marcha, esquivando los bloqueos de pedidos impuestos por el Gobierno.

Limpieza de instalaciones

El desempeño del equipo de limpieza ha sido espectacular. Se reforzó con mas personal porque estábamos convencidos de la importancia de estos profesionales para erradicar al virus de Santa Paola.

Supervisión y apoyo

El equipo de dirección y el equipo técnico redoblaron esfuerzos y horas de trabajo para apoyar a las auxiliares, a limpieza y a cocina en todo lo que necesitaban. Un trabajo en equipo habitual en Santa Paola pero que se ha visto reforzado cuando el virus ha puesto en riesgo la salud de los residentes.



Material desechable

Para reducir los riesgos de contagio se facilitó material desechable a todo el personal, si bien, dada su escasez, fuimos buscando material impermeable como alternativa. Se desinfectaba el traje impermeable continuamente sin necesidad de quitárselo.

Gestión de personal

Dadas las circunstancias ha habido algunas bajas de personal que hemos cubierto inmediatamente. Además, se reforzó con una enfermera al turno de noche (dos auxiliares + enfermera) para seguir con el mismo nivel de intensidad que durante el día. En este punto debemos comentarte que una de las enfermeras eligió permanecer en Santa Paola durante la pandemia en vez de aceptar un contrato del SESCOAM. Un ejemplo de compromiso. No hubiera sido fácil encontrar enfermera porque el hospital estaba absorbiendo a todos los sanitarios.

También se reforzó al equipo de auxiliares y de limpieza. El equipo técnico y dirección han pasado más tiempo en Santa Paola que con sus familias. Las nóminas de las profesionales que han tenido situación de baja no se ha visto mermada.

La diferencia entre lo que pagaba el Estado estando de baja y lo que cobran normalmente la ha sufragado la empresa.

Hospitales

Sabemos que la estancia en un hospital es motivo de preocupación por ser un foco de contagio. Cada persona que ha tenido contacto con el hospital ha estado 14 días en su habitación, como medida de prevención de contagio a otros residentes.

Entradas y salidas

Todos los profesionales han seguido los protocolos de prevención de contagio, antes, durante y después de su turno en Santa Paola, para evitar que el virus viaje de su casa al trabajo y viceversa. La entrada y salida del centro se ha hecho de forma escalonada para que el cambio de indumentaria se hiciera en solitario.

Familias

Se han intensificado las videollamadas para intentar paliar la ausencia de familiares. Asimismo se ha llevado a cabo una comunicación diaria y continua con los familiares



y responsables del centro a través del correo electrónico. Esto ha permitido dejar el teléfono disponible en caso de necesidad, y que la información que se ofrece a las familias fuera la mejor posible. Ha habido un feedback continuo entre familias y responsables del centro.

Al principio se enviaban los emails después del pase médico. La obsesión con las constantes de cada residente era muy alta. A medida que interactuábamos con las familias aprendimos que tenían también otras necesidades de información.

Habéis respetado la decisión de utilizar el email como forma de comunicación durante las peores semanas de pandemia, y eso no lo olvidaremos, siempre tendréis nuestra gratitud. Habéis sido ejemplares también en esto.

2. Medidas contra este virus

Nos gustaría compartir contigo las medidas que hemos puesto en marcha en estas semanas. Con ellas hemos garantizado a todos los residentes y profesionales que se estaban tomando las decisiones más adecuadas a cada situación. Todas las categorías profesionales de Santa Paola han trabajado como un equipo para preservar el estado de salud de los residentes y de los profesionales.

Organización del equipo de profesionales

Todas las categorías profesionales han puesto en marcha las medidas y han colaborado en la mejora de las mismas una vez implantadas. Prácticamente cada día ha habido cambios y mejoras y todo el personal ha estado implicado en llevarlas a cabo.

Organización de las habitaciones

Las variaciones en la situación de aislamiento de cada residente han sido considerables, sobre todo al principio cuando aún no se habían empleado los test. Los residentes en situación de aislamiento han estado, casi en la totalidad de los casos, en habitación individual.

Somos conscientes de que la gran cantidad de habitaciones individuales que a lo largo de estos años hemos conseguido, ha jugado a favor de que se haya podido hacer efectiva esta medida con facilidad. En caso contrario hubiera sido imposible hacerlo así.

Confinamiento

La mayor parte de los residentes que han estado confinados lo ha hecho en sus habitaciones. Existe un grupo de personas, que por circunstancias, no pueden estar

sometidos a ese confinamiento y han estado en zonas comunes con la suficiente distancia de seguridad. Conforme avanzaban las semanas el número de personas que hacían vida en las zonas comunes ha ido aumentando. Esto se vio favorecido por los resultados de los test que íbamos recibiendo.

La prioridad ha sido aislar sólo en aquellos casos que estuviera justificado.

Test

Hemos podido comprobar la necesidad de test para la toma de decisiones. Desde que se comenzó a realizar los test a todos los residentes y a profesionales la situación de la residencia mejoró de forma considerable.

Fuimos conscientes de su importancia y de lo inadecuado que es tomar decisiones sin esa información. Es uno de los aprendizajes de esta pandemia.

Seguimiento de pacientes hospitalizados

A pesar de los impedimentos que los hospitales han ofrecido para obtener información de la evolución de las personas derivadas al hospital, nos hemos servido de contactos en dichos centros para saber cómo estaban.

EPIS

A pesar de los bloqueos administrativos para conseguirlos, hicimos acopio de EPIS, mascarillas, guantes, productos de higiene y desinfección. Además, tenemos que agradecer algunas donaciones de material. Agradecimientos que esperamos hacer en persona dentro de poco.

Seguimiento de contagios

Se ha llevado a cabo una actualización de los casos diarios de cada persona residente, de forma pormenorizada por parte del equipo de salud de la residencia, según su estado de salud y de medidas preventivas.

Cuidados, aseos

Los cuidados de tipo sanitarios han tenido mucho peso en el día a día. Se interrumpieron inicialmente la fisioterapia, rehabilitación, terapia, podología, peluquería, etc., para dejar paso a las atenciones puramente sanitarias.

Las intervenciones de aseo personal han continuado como siempre. Se ha intentado que, a pesar de la situación de aislamiento, todas las personas estuvieran bien aseadas y vestidas, aunque no pudieran salir de la habitación.

La imagen personal es muy importante y en la medida de lo posible se ha trabajado para mantenerla.

Higiene y desinfección

La gestión, formación e información de protocolos de actuación ha sido una constante, desde el primer día, a todos los profesionales:

- Higienización de material
- Uso de material desechable en personas aisladas por ser contagiosas.
- Uso de mascarillas, gafas, gorros, batas.
- Limpieza especial de vajilla de cocina.
- Protocolo de colocación y retirada de EPIS.
- Protocolo de entrada y salida del centro.
- Distancias de seguridad.
- Protocolos de limpieza y desinfección de estancias, habitaciones y lavandería.
- Protocolo de entrada y salida de habitaciones.
- Recepción de mercancías y almacenamiento.
- Contratación de una empresa de desinfección del centro.

Gestión de bajas de personal

Se ha cubierto cada baja de personal. Hemos tenido 8 bajas de personal en distintos momentos de la pandemia. La situación de baja por exposición al virus no les ha supuesto recorte en sus nóminas.





Coordinación con equipos sanitarios

La coordinación y comunicación con el centro de salud ha sido constante, sobre todo a través de correo electrónico y teléfono. Se ha evitado, en todo momento, tener que ir al centro de salud para evitar contagios.

Por el contra, la respuesta de los equipos de epidemiología de la Consejería de Salud ha sido casi nula, y en todo caso, muy tardía. Nos marearon con direcciones de correo electrónico para solicitar equipos de protección y test. No hubo respuesta.

Protocolo de suministros

Se implantó un sistema de descarga de mercancías y suministros en la residencia para evitar contagios y proceder a la desinfección antes de introducirlos en la residencia.

3. Protocolos COVID-19

Queremos compartir contigo los protocolos de seguridad elaborados en el centro e implantados en el centro que engloban diversas áreas:

- Protección de los residentes mediante el uso de mascarillas.
- Uso correcto de los EPIS.
- Distancia de seguridad.
- Extremar medidas de higiene respiratoria al toser.
- Realización de una correcta higiene de manos.
- Aislamiento de casos positivos.
- Correcta limpieza y desinfección de material e instalaciones.
- Limpieza y desinfección de zonas de riesgo.
- Desinfección del menaje.
- Uso de material desechable.
- Gestión de entrada de materias primas y desinfección de embalajes y envases.
- Formación e información a los profesionales.
- Identificación de trabajadores con síntomas.
- Test.

Uso correcto de los EPIS

- Guantes de nitrilo.
- Guantes desechables.
- Mascarillas quirúrgicas.
- Mascarillas FFP2.
- Gafas de protección.
- Bata.

El haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada. Los guantes deben ser cambiados siempre con cada nueva actividad de riesgo y se ha de realizar higiene de manos tras su retirada y antes de colocarse unos nuevos. Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.

La colocación de las protecciones se realizará antes del inicio de la actividad de riesgo, como por ejemplo, antes de la entrada en una habitación de una persona en aislamiento. Las protecciones se colocarán en este orden:

- Bata protectora resistente a líquidos (plástico).
- Colocación de mascarilla desechable.
- Colocación de gafas limpias y desinfectadas, de uso exclusivo.
- Guantes.

Las protecciones se retirarán en este orden:

- Retirar los guantes y la bata. Los guantes de un solo uso y la bata serán desechados en el cubo de residuos específicos. Si los guantes y la bata no fueran desechables se introducirán en una bolsa para su posterior desinfección con solución desinfectante.
- Lavado de manos.
- Retirar las gafas e introducirlas en la bolsa junto con los guantes no desechables. Cerrar la bolsa para su posterior desinfección.
- Retirar la mascarilla desechable. Tirar en el contenedor de residuos específicos.
- Lavado de manos.
- Limpiar gafas protectoras y los guantes no desechables. 5-15 minutos.
- Lavado de manos.

Realización de una correcta higiene de manos.

Una correcta limpieza y desinfección de manos es fundamental para prevenir la expansión del virus COVID-19. Hay que lavarse las manos:

- Después de sonarnos la nariz, toser o estornudar.
- Al incorporarnos al trabajo y cada vez que lo interrumpamos.
- EPIS:
 - Antes de ponerse las protecciones individuales EPIS: guantes, mascarilla, bata desechable, gafas, y antes de cualquier tarea de riesgo.
 - Después de terminar la tarea de riesgo, con los guantes puestos.
 - Después de retirarse las protecciones individuales EPIS.
- Al salir del baño.
- Después de manipular alimentos crudos.
- Después de tocar basura o material sucio.
- Antes y después de comer.
- Cuando las tengamos sucias.
- Después de labores de cuidado, atención y aseo a un residente.

El procedimiento de lavado de manos más efectivo es el que se hace siguiendo las instrucciones de buenas prácticas de Compass Group, recomendado por el Ministerio de Sanidad. En caso de no ser posible hay que utilizar las soluciones hidroalcohólicas:

1. Mojar manos y antebrazos con agua caliente.
2. Aplicar jabón.
3. Cepillar las uñas.
4. Frotar de manera concienzuda:
 - a. Frotar las manos entre sí.
 - b. Palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando

dedos y viceversa.

c. Frotar las palmas de las manos con los dedos entrelazados.

d. Frotar el dorso de los dedos de una mano con la mano opuesta.

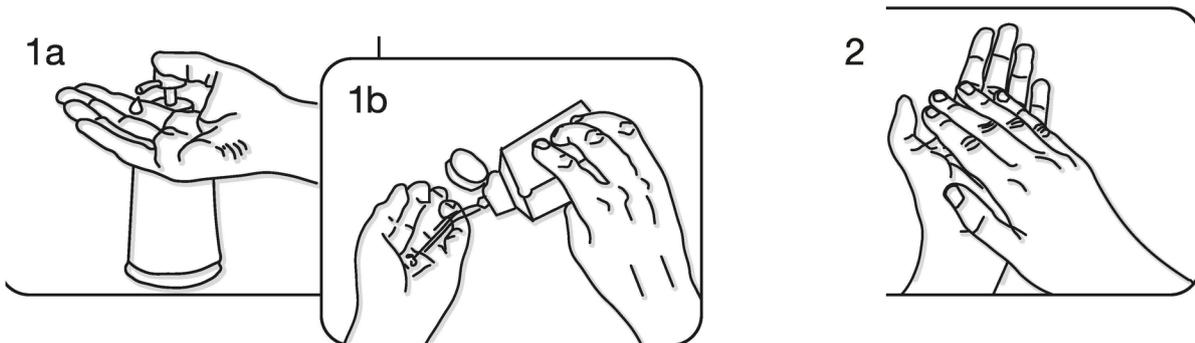
e. Frotar con movimiento rotación el pulgar atrapándolo con la palma de la mano.

f. Frotar punta de los dedos de cada mano contra la palma de la mano contraria.

5. Frotar los antebrazos.

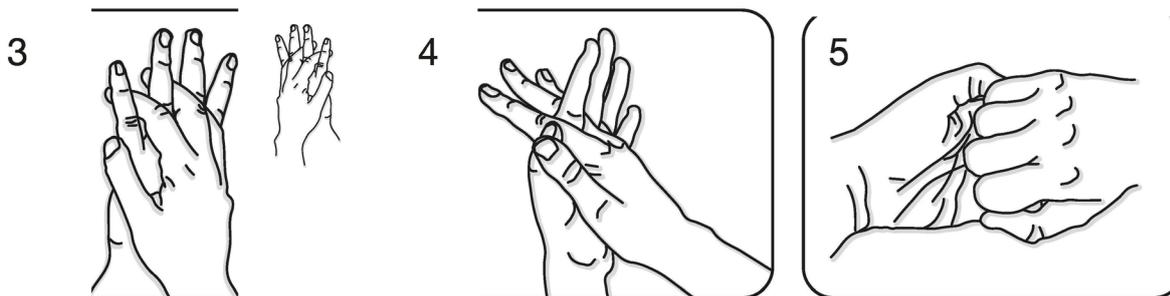
6. Aclarar con agua caliente abundante.

7. Secar con papel de un solo uso y desecharlo.



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.

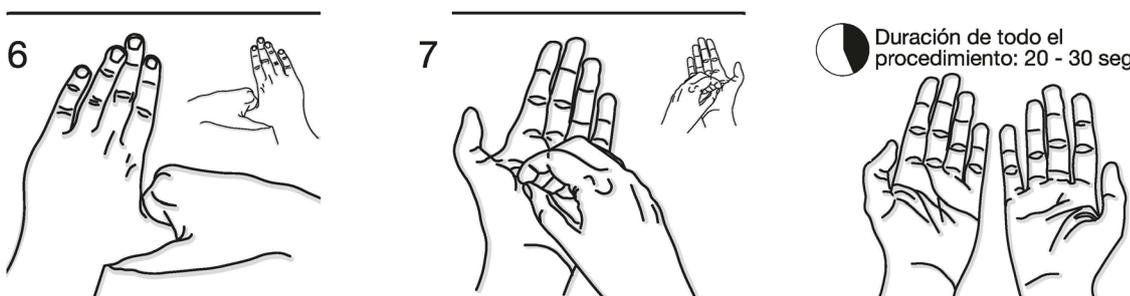
Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

Frótese las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



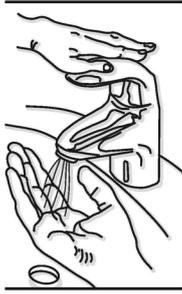
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.

Una vez secas, sus manos son seguras.

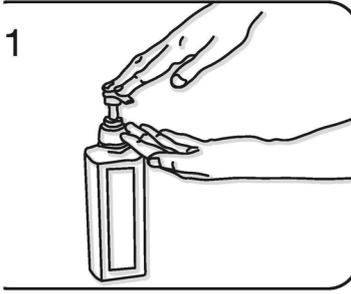
Técnica de Higiene de Manos utilizando agua y jabón

0



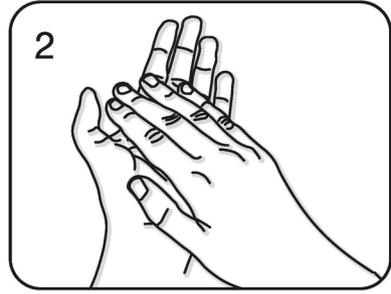
Mójese las manos con agua.

1



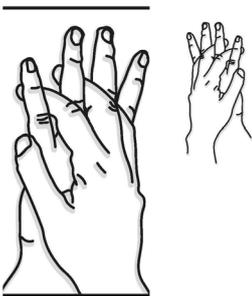
Aplique suficiente cantidad de jabón para cubrir todas las superficies de las manos.

2



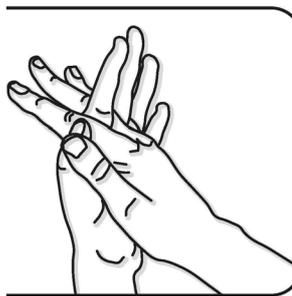
Frótese las palmas de las manos entre sí.

3



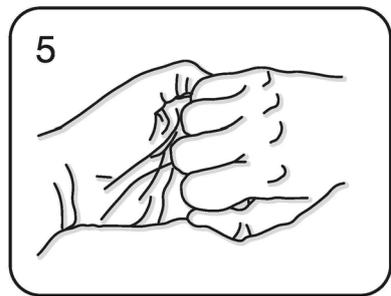
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

4



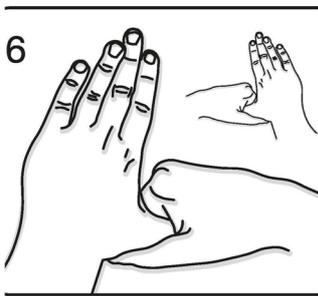
Frótese las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.

5



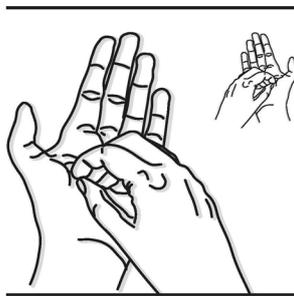
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

6



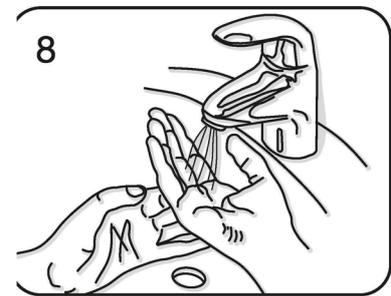
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

7



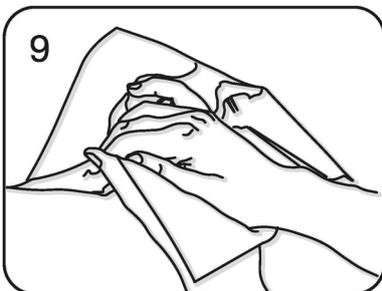
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.

8



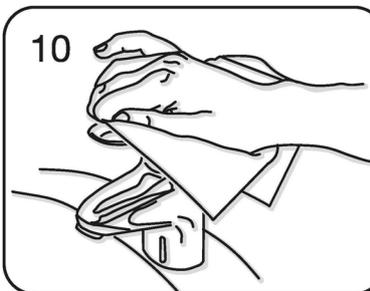
Enjuáguese las manos con agua.

9



Séquese las manos cuidadosamente con una toalla de un solo uso.

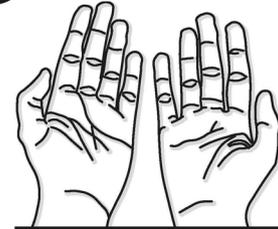
10



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



Duración de todo el procedimiento: 40 - 60 seg.



Ahora sus manos son seguras.

Limpeza y desinfección de zonas de riesgo

Son zonas de riesgo aquellas que pueden ser fácilmente y frecuentemente contaminadas, bien por contaminación directa (tos, estornudos) sobre la superficie, o bien porque un portador del virus con las manos sin limpiar toque una superficie. Son aquellas zonas que contactan con las manos o puedan ser alcanzadas por estornudos o tos:

- Enchufes, manillas de puertas, interruptores, barandilla de las escaleras, mandos, móviles, teléfonos, etc.
- Baños: grifos de lavabos, botón de la cisterna del WC, etc.
- Superficies de trabajo, mesas de comedor, etc.
- Cubiertos, vajilla, cristalería, carros, etc.
- Material de curas, bandejas de material, etc.
- Sillas de ruedas, andadores, muletas, etc.

Desinfección del menaje

La mayor parte del menaje utilizado ha sido desechable. Una vez que la mayor parte de los residentes están haciendo vida normal se procede a extremar precauciones en cuanto al menaje no desechable.

1. Uso de guantes, gafas, mascarillas.
2. Retirar los restos groseros en la basura.
3. Hacer aclarado.
4. Sumergir en detergente o lejía.
5. Dejar actuar 5 minutos.
6. Aclarar.
7. Colocar en el lavavajillas para su limpieza habitual.
8. Una vez terminado colocar el menaje para secarlo antes de guardar boca abajo.
9. Limpiar la superficies donde se apoyó el menaje.
10. Limpiar mandos y accionamiento de grifos.
11. Limpiar el carro de transporte de material.
12. Retirada de EPIS.
13. Lavado de manos.

Servicio de habitaciones

Se ha empleado material desechable. La comida ha sido distribuida en bandejas (se desinfectan posteriormente con el menaje) por el auxiliar.

Excepto la bandeja el resto del material se desecha en la propia habitación en un cubo para residuos que será retirado por el equipo de limpieza.

Nos aseguraremos que el carro utilizado ha sido limpiado e higienizado. Una vez terminada la preparación de carros nos lavaremos las manos y a continuación nos pondremos las protecciones EPIS.

El ascensor para subir el carro será utilizado por una sola persona. Si se utiliza el montacargas pueden ir más de una guardando la distancia de seguridad.

El reparto a las habitaciones se hará lo antes posible para evitar la pérdida de temperatura. La persona encargada de introducir las bandejas utilizará EPIS y evitará tocar cualquier superficie.

La recogida de las bandejas se hará con EPIS. Se comprobará que todo el material desechable está incluido. Este material se verterá en una bolsa de basura y se cerrará. Comprobaremos que en la bandeja no desechable no va ningún material desechable.

Cuando se entregan los carros hay que proceder a su limpieza mediante una pulverización inmediata para que el producto vaya actuando. Las zonas más problemáticas de los carros son todas aquellas en las que hayan podido contactar las manos, como son los asideros verticales.

Para la desinfección de las ruedas se puede pulverizar directamente sobre las ruedas o bien emplear un paño empapado en desinfectante depositado sobre el suelo y haciendo rodar el carro sobre el mismo.



Buenas prácticas para evitar la contaminación de las superficies

- Cubrirse la nariz y la boca con mascarillas correctamente colocadas.
- Evitar tocarse ojos, cara, nariz.
- Lavado de manos con agua con jabón o gel hidroalcohólico.
- Toser o estornudar sobre el codo.
- Uso de detergentes y desinfectantes autorizados en España como viricidas que han demostrado eficacia frente a virus atendiendo a la norma UNE-EN 14476.
- Eliminar la suciedad grosera antes de pulverizar una solución desinfectante o aplicar una bayeta limpia.
- Correcta preparación de las disoluciones de lejía.

Correcta preparación de las disoluciones de lejía.

La lejía está autorizada por Sanidad y se ha indicado que es eficaz para la destrucción del coronavirus en una concentración de hipoclorito sódico del 0,1%, es decir, la mezcla resultante debe tener 1000 ppm (1 mg de lejía por 1000 mg de agua).

- La preparación de la dilución debe haberse preparado recientemente.
- La dilución se hace con agua fría.
- Desechar lejías que tengan un cerco blanquecino alrededor del tapón.
- Desechar la dilución sobrante.
- Las lejías comerciales tienen concentraciones entre 40 g/l y 50 g/l.

PRODUCTO	Tiempo	DOSIS 1000 ppm	DOSIS 5000 ppm
Lejía 40 g/l	5 minutos	30 ml por 1 litro	150 ml por 1 litro
Lejía 50 g/l	5 minutos	25 ml por 1 litro	125 ml por 1 litro

Uso correcto del lavavajillas

Al inicio de la actividad se procede a un precalentamiento de la máquina en caso necesario. Antes de comenzar el proceso de limpieza hay que verificar las temperaturas de lavado y aclarado. El aclarado debe ser mayor de 82°C. El lavado debe oscilar entre 55 y 60°C. Hay que comprobar la correcta colocación de químicos en el dosificador y la existencia de producto suficiente.

Al finalizar la actividad se realiza la limpieza interior y exterior del equipo.

Limpieza en profundidad de estancias y habitaciones

1. Apertura de ventanas y puertas para ventilar durante, al menos, 5 minutos.
2. Pulverización de las zonas de riesgo con solución desinfectante. Dejar el producto desinfectante durante 5-15 minutos, según el producto.

3. Para la limpieza de los inodoros se utiliza un desinfectante adecuado o solución de lejía que contenga 5000 ppm de cloro activo.
4. Pasados los 5-15 minutos iniciales se procede a la limpieza de la zona después de realizar una nueva pulverización o aplicación con bayeta el producto desinfectante. Tras limpiar se aclara con agua limpia y secar con papel de un solo uso o bien dejar secar al aire.
5. El material de limpieza utilizado para las zonas donde haya estado algún afectado será siempre desechable, o bien de uso exclusivo. Tras su uso deberá ser higienizado en solución desinfectante (limpiar con agua y jabón y cloro activo, dilución 1:10 de un producto con hipoclorito en una concentración 40-50 g/litro preparada recientemente, al menos durante 1 hora).

Recepción de mercancías y almacenamiento.

- Se expuso un cartel con las buenas prácticas y normas a cumplir por proveedores.
- Se debe vigilar que el proveedor conoce y respeta las normas indicadas.
- La recepción de mercancías se realiza sin contacto directo con el repartidor y guardando la distancia de seguridad.
- El repartidor deja la mercancía en la puerta de entrada de mercancías.
- En la medida de lo posible el albarán se gestiona de forma telemática. Si no es posible se firmará con los guantes, previo lavado de manos.
- El sello, bolígrafo deben ser exclusivos de esta actividad.
- La copia del albarán se almacena a parte, no junto al resto de material de oficina.
- La recepción de la mercancía se hace con guantes, previo lavado de manos.
- Se retira de forma inmediata todos los cartones, plásticos y protecciones que traiga y se introduce en el cubo de la basura.
- Con una bayeta limpia empapada en solución de agua y lejía (dosis 1:50) o en solución desinfectante se repasan los envases.
- Dejar actuar 5 minutos.
- Dejar secar al aire.
- Según se van limpiando los envases se colocan en las estanterías que estarán limpias y desinfectadas.
- Al finalizar la limpieza y control de albaranes, se retiran los guantes y se lavan las manos.

Retirada de la ropa de la ropa de un posible COVID.

La retirada de ropa de habitaciones con casos de posibles afectados por COVID se realiza en último lugar después de la retirada del resto de ropa del centro. Antes de introducirnos en la habitación nos lavamos las manos. A continuación, hay que colocarse todas las protecciones: bata desechable, gafas de protección, mascarilla, guantes.

Abriremos la habitación para que se ventile durante 30 minutos.

A continuación:

- Introducir la ropa de cama, toallas, etc., en una bolsa de basura negra para su posterior lavado o destrucción. La ropa no se debe sacudir y se debe manipular lo menos posible.
- Cerrar la bolsa con un nudo.
- La bolsa se deposita en un carro independiente o bien dentro de un cubo de uso exclusivo para esta función.
- Antes de salir de la habitación se lavan los guantes para desinfectarlos.
- Se lleva la bolsa a la zona de lavandería, separada del resto, hasta que se introduzca en la lavadora.



Lavado de ropa

Se dispone de una zona diferenciada para la recepción de ropa de posibles positivos COVID. El lavado se hará después del lavado de ropa no covid. Una vez que finaliza el ciclo de lavado de la ropa se procede a higienizar la ropa del posible covid:

- Antes de manipular la ropa de la bolsa deben colocarse todas las protecciones EPIS.
- Abrir la bolsa negra con cuidado, no sacudir y mover lo menos posible.
- Introducir la ropa en la lavadora y programarla para lavado muy sucio, ciclo largo de lavado completo a más de 60°C.
- Tirar la bolsa de basura en el contenedor de residuos con tapa.
- Mientras se realiza el ciclo de lavado hay que desinfectar, con solución desinfectante, todas las superficies que hayan podido contactar con la bolsa, carrito de transporte, puerta y exteriores de la lavadora, etc.
- Proceder al lavado con guantes puestos.
- Finalizar con lavado de manos.

4. En primera persona. Experiencias reales.

Desde el principio de esta pandemia apostamos por proteger a las personas que atendemos y cuidamos en Santa Paola implementando medidas y protocolos eficientes y adaptados al conocimiento que se ha ido generando.

24 horas continuada.

Se reforzó la plantilla con auxiliares, limpiadoras y enfermeras, de forma que hubiera una atención de forma continuada. Cualquier síntoma relacionado con COVID-19 ponía en marcha el sistema de alerta sanitaria.

Equipos protegidos.

Hemos dispuesto de EPIS con los que proteger a los profesionales encargados de proteger a los residentes de contagios y que en caso de producirse fuera de la forma más leve posible. Sabíamos que el virus estaba en Santa Paola antes de cerrar el centro a las visitas porque algunos profesionales manifestaron síntomas antes de que lo empezaran a hacer los residentes.

Motivación.

Hemos trabajado sin descanso para mantener la motivación de los profesionales. Han sentido en todo momento el apoyo del resto de compañeros, de la dirección y de la propiedad de la residencia. Saben que son los grandes protagonistas de cada medida que se ha tomado.

Atención Centrada en la Persona.

Y como siempre, en Santa Paola apostamos por un modelo de atención que respeta las preferencias, deseos y gustos de las personas. Incluso en situaciones de excepcionalidad hemos seguido en esa línea. Forma parte del ADN de esta equipo de profesionales.

Para finalizar queremos resaltar el compromiso de cada uno de los profesionales del centro en el desempeño de su trabajo a pesar de la complicada situación.

Cada uno de estos profesionales ha salido de su casa cada día con el ánimo de enfrentarse al covid, conscientes de la importancia de su labor, independientemente de su categoría profesional. Tanto para Laura como para mi, ellas son el mejor equipo que se podía contar para esta batalla:



Desde dentro.

Lo que marca la diferencia son las personas que trabajan en Santa Paola y lo que las hace extraordinarias es su capacidad de amar.

Podríamos estar hablando horas y horas de sus habilidades y competencias, pero si las mueve el amor a otras personas transforman todo lo que hacen en extraordinario.

Os invitamos a que nos acompañéis en estas historias en las que las protagonistas nos cuentan, en primera persona, cómo han vivido estas semanas de pandemia en Santa Paola. Historias de amor, de miedo, de valentía, de generosidad, de compromiso, ...

Si estás preparado aquí van sus historias, lo que vivieron y cómo lo vivieron, contado por ellas mismas. Es duro pero es la realidad:

Nines

Auxiliar

No se si sabré expresar mis sentimientos pero lo intentaré. Miedo, rabia, impotencia. No por mi, yo estaba tranquila, me sentía fuerte, sentía que alguien me cuidaba desde lejos. Era por nuestros residentes. A pesar de mi esfuerzo y mis cuidados no lograba paliar su dolor, físico y emocional.

Echaban de menos a sus familiares. No entendían, en muchos casos, por qué no les visitaban.

Han sido días muy duros. Siempre pendiente de la información que pudiese dar cualquier turno, alegrándome de las buenas noticias y con un nudo en la garganta cuando no eran tan buenas. Pero ellos marcaban el paso, con su sonrisa, con sus palabras de agradecimiento y su valentía me daban fuerzas.

Un día sentí que ya no podía más y me vine abajo. Fue una mañana complicada y sentí que la situación era más fuerte que yo. Cuando acabó mi turno, en mi coche, sola, lloré como hacía años que no lo hacía. Me vino bien. Me desahogué y ya está, me quedé nueva.

Pero como siempre hay algo bueno dentro de lo malo, lo mejor es ver que en los momentos difíciles Santa Paola está más unida que nunca y que todos, sin excepción, hemos luchado juntos por un mismo objetivo, ¡¡ nuestros residentes !!

Rocío H

Auxiliar

Aunque he pasado poco tiempo vivido de esta pandemia, ha sido muy duro vivir cada momento con las compañeras y ver como los residentes tenían miedo y cada día necesitar más de nosotras. Llorar, sudar, sufrir, el cansancio, el agotamiento... y todo por ellos, por los residentes, y por luchar contra este virus que cada día estamos batallando. ¡¡ LO CONSEGUIREMOS ¡!



Lidia

Neuropsicóloga, apoyando a discreción a todo el que lo necesita

Cuando decidimos cerrar la residencia antes de decretarse el estado de alarma, no calculé lo que se nos venía encima. Sabía que era inmenso, pero no sabía la magnitud de lo que se nos acercaba. Si pienso por un momento en aquel 12 de marzo, la primera palabra que se me viene a la cabeza es miedo. Miedo a algo intangible, peligroso, invisible y extremadamente mortal. Miedo a que se infectaran los residentes, los compañeros, nuestras familias, yo misma.

Pero miedo no significa ausencia de valor. Miedo, en esta situación, quería decir prevención, alerta, cuidado máximo, extremar precauciones, cercanía dentro de una distancia. Y eso hicimos.

Y lo hicimos muy bien. Hemos perdido a algunas personas, pero no todas han sido por ese virus. Y todas y cada una de ellas me han dolido, y lo que siento es no haber podido darles un lugar y tiempo adecuados tal y como se merecían. No podía, había que seguir trabajando.

No ha habido ni un solo día en el que no me acordara de ellos. Ha habido momentos extremadamente duros, difíciles. Compañeros que se venían abajo en la lucha contra un enemigo que arrasaba con todo. Aun así, seguimos y seguimos. Y aquí estamos, aunque hemos dejado mucho en el camino.

Pero de todo en la vida hay que sacar lo positivo y, en el caso de santa Paola, fue que todos remábamos en la misma dirección. Todos en el mismo barco y con un único objetivo: la lucha sin descanso.

Gracias a las familias por entender y por vuestras palabras de ánimo en los momentos más difíciles. Quiero agradecer a todos y cada uno de mis compañeros su trabajo. Y, por último y no por ello menos importante, todo lo contrario, quiero dar las gracias a Laura y Jose por su entrega sin límites.

Reforzaron plantilla y nos dotaron de todas las medidas de prevención para que nos sintiéramos a salvo. Gracias a los dos, sin vuestro esfuerzo personal no sé qué habría pasado.



María

Fisioterapeuta de profesión, sanitaria de corazón

Y un buen día llegó un nubarrón que no podíamos imaginarlo. He pasado muchas fases en este periodo de tiempo.

La primera miedo, miedo a contagiarme, de meter el virus en la residencia o llevármelo a mi casa.

En ese período el miedo estaba mezclado con tristeza, preocupación por ver a todas las personas solas en sus habitaciones, sin sus familiares, frágiles y tristes.

He intentado siempre acercarme a ellos como si fuese su familiar, para darles todo el amor que les faltaba de ellos.

Los días interminables, las noticias no eran buenas, pero fuimos salvándonos en las trincheras. Temía la noche y los resultados de las mediciones de temperatura...

Hemos entregado todo lo que teníamos por ellos.

Llegaron las analíticas (gracias José y Laura) y dieron un rayo de sol a la tormenta. A partir de ahí fuimos dibujando lentamente un mapa seguro para poder devolverles un poco de libertad que estaban acusando tanto.

Y las últimas semanas ya llenas de esperanza, con otra luz y un arcoiris brillante nos conducen con precaución a una realidad más relajada.

María Jesús

Auxiliar

Todo parecía una pesadilla. Ayer jugábamos, reíamos con nuestros abuelos y de repente comienza una angustia, un miedo a algo desconocido que está matando a personas, y que nos obligó a perder la línea de la realidad.

Nuestros mayores enfermaban, muchos manifestaban miedo por «el bicho». Vieron como sus auxiliares, cocineros, etc., de repente se convertían en seres de otro planeta, cubiertas con EPIS, gafas, gorros, guantes, irreconocibles.

Esto me sumió una gran tristeza, verles languidecer, no podían ver a sus nietos a sus hijos, el virus no solo les robaba la salud, sino que les robaba la ilusión. Siempre te llevas el miedo a casa, porque a pesar de las protecciones, las personas enfermaban y morían, y te podías llevar el monstruo a casa. Son días de lágrimas, cuando ves que tus mayores se van para siempre y no era su hora, solo te queda llorar y seguir luchando.



En mi caso el virus me pilló, pero gracias a Dios lo he superado, pero en la distancia me entristecía cuando veía como mis residentes que días antes reían, estaban sanos, morían, veía en la distancia como compañeros caían enfermos con el virus y los demás debían seguir luchando para proteger a nuestros residentes.

Han sido meses de lucha, angustia pena e incertidumbre. Pero también hubo momentos de alegría cuando los residentes abandonaban la marca roja de su habitación, y cuando los compañeros se iban reincorporando ya recuperados.

Esta enfermedad te hace ver lo efímera que es la vida, y que debemos disfrutar de los nuestros al máximo. Hemos vivido una gran angustia, horror, alegría, sentimientos encontrados, pero sentimientos al fin.

Esta batalla la hemos ganado, ahora aprovechemos el tiempo y querámonos. Un abrazo para todos y, en especial, para los que ya no están con nosotros.

Sonia

Auxiliar



CUANDO STA PAOLA SE CONVIRTIÓ EN UN HOSPITAL DE CAMPAÑA. Así lo viví yo. Como si de una guerra se tratara; donde un ejército armado con una mascarilla, unos guantes y mucha voluntad, luchó contra un enemigo dañino e invisible que quería destruir y aniquilar a una generación noble y desprotegida. Ésta fue nuestra lucha, pelear por las personas que dependían de nosotros.... Y lo hicimos sin miedo, no porque seamos los más valientes ni mucho menos... Quizá ni nos dio tiempo a sentirlo, o el sentido de la responsabilidad nos empujó a hacerlo así. Era simple, seguir haciendo lo que haces todos los días... cuidar de ellos, pero esta vez con circunstancias adversas.

Recuerdo sobre todo el reparto de comidas en las habitaciones: todo el personal unido, colaborando, formando cadenas de trabajo para llegar a todos sitios y que nadie quedara sin ayuda. El destino quiso que solo aguantara una semana, porque yo, como ellos también enfermé.

Mi mayor preocupación era que no hubiera personal disponible, pero no fue así... Como en la guerra, caía un

soldado y había otro dispuesto para sustituirle... Porque nadie se echó atrás. Con la que estaba cayendo y siempre hubo voluntarios para trabajar en Santa Paola.

Libré mi batalla personal contra el coronavirus durante un mes. Estuve muy enferma. He sufrido y llorado mucho, porque este virus también te produce mucha angustia, inquietud, tristeza, soledad. Me ha servido para ahora, ya recuperada e incorporada a mi puesto de trabajo, poder empatizar más con todas las personas que están pasando por ésta o cualquier otra enfermedad.

También me he marcado un objetivo para con los residentes: ahora que no tienen cerca a sus familiares intentaré, en lo que esté en mi mano, ayudar con pequeños gestos o detalles que les hagan sentirse menos solos.

A pesar de todo, nunca reinó el caos, y eso me daba tranquilidad y confianza en que lo superaríamos.

Raúl

Auxiliar

Año 2020. Hoy es el 50 aniversario de una pandemia que cambió el mundo. Raúl, ¿qué recuerdas de aquella situación? Pues no pude celebrar el día del padre con mis hijos porque tuve que estar en cuarentena, en casa, 21 días, por fiebre y posible contagio con el coronavirus.



Pero fue la sensación de sentirme inútil durante esos 21 días en los que mis compañeras se desvivían ante una situación nueva, complicada y difícil por cuidar de nuestros abuelitos de la Residencia Santa Paola.

21 días en los que las noticias eran terribles, sólo en nuestra residencias, ciudad o país. El número de contagiados y muertos en el mundo era alarmante. Y, sin embargo, con el recuerdo que me quedaría de aquella situación es el trabajo, la dedicación, el esfuerzo, la ayuda, la colaboración, la lucha de cada día, de cada hora, de cada minuto por cuidar, acompañar, asistir, curar, escuchar a los que peor lo estaban pasando en esos momentos: nuestros residentes y sus familiares.

Y pasados esos 21 días, entre estar 9 días en casa con mis hijos o volver al trabajo, no hubo ninguna duda. La residencia es la que necesitaba mi granito de arena. Y mis compañeras, las mejores del mundo, se merecían mi aplauso.

Mercedes

Auxiliar. Supervisora

Es imposible describir lo que hemos sentido... miedo, impotencia, dolor... mucho dolor, siempre fuertes, sonrientes frente a ellos, pero rotas por dentro, con mucha fuerza de superación para protegernos y así poder protegerlos a ellos, los más vulnerables. Pero ahí estamos nosotras, para darles la mano, acompañarlos y apoyarlos en todo. Esto ha marcado un antes y un después de Santa Paola.

Nerea G.

Auxiliar

Difícil de explicar, por el esfuerzo que día a día nos conlleva, gran lección de vida para todos. Todo cambia en cuestión de segundos, que no podemos planificar el futuro, porque no sabemos si vamos a llegar, para que recordemos que el hoy es mucho más importante que mañana.

Esto es una manera de decirnos que seamos felices con lo que tenemos y no busquemos más allá. Recuperemos las risas y las ganas. Junto podemos lograrlo. Por todos los que estamos, por los que se quedaron a medio camino, por los que luchan, para seguir. Pero sobre todo, por aprender que todos Unidos, es más fácil y mejor. GRACIAS COMPAÑEROS, por remar todos juntos en la misma dirección, sin todos juntos no sería posible, por los ánimos, cuando más nos necesitamos, en busca de respuestas, a los residentes por cada mirada que decía todo. Esto es mi experiencia.

Miriam

Auxiliar

Es muy complicado resumir en unas líneas lo vivido en esos días. Días de miedo, de desconocimiento, días en los que no sabía que iba a encontrar al llegar. Y llegar y ver la tristeza y el miedo de los primeros días, ese desconsuelo que tenían los residentes por no ver a sus familiares, sin llegar a entender el por qué no podían. No sabían lo que estaba pasando. Confieso que yo tampoco. Al principio lo viví un poco incrédula, no pensaba que llegaría a tomar las dimensiones que ha alcanzado.



Cuando empezamos a ponernos los EPIS era muy triste el ver que no nos conocían. Seguíamos siendo sus cuidadoras de siempre pero parecíamos extrañas.

Yo recé y no soy muy de iglesias, pero recé para que no llegara aquí lo que se veía en televisión, el horror que estaban pasando en otras residencias.

Lo he pasado mal, he pensado que esto iba a terminar muy mal y he tenido mucho miedo, por mi, por mi familia, por los compañeros, por nuestros residentes. La residencia quedó en silencio por el confinamiento.

Gracias al esfuerzo de todos, eso ya ha cambiado, ya tenemos de nuevo el barullo en las salas. Echo mucho de menos a los que se han ido injustamente.

Debo agradecer todo el esfuerzo realizado por todo el equipo, por los familiares por su comprensión, colaboración y su apoyo. Ya se ve la luz, aunque seguimos con la precaución, son unos valientes.

Loli

Limpieza

Cuando empezó toda esta historia ninguno imaginábamos que iba a ser tan grave, pero hemos tenido momentos muy duros y tristes. Cuando empezaron a fallecer algunos residentes yo creía que nos íbamos a derrumbar, pero tuvimos que ser muy fuertes y valientes, y entre todas combatimos el bicho. Pero cuando me acostaba veía la imagen de los residentes tan malitos y me derrumbaba.

Pero gracias al esfuerzo de todo el equipo lo vamos superando, porque el trabajo de todos ha sido muy importante, desde arriba hasta abajo. Hemos sido una piña, digamos así. Chicas, nosotras podemos, mucho ánimo para todos.

Belén

Limpieza

Cuando se cerraron las puertas de Santa Paola no alcanzaba a calibrar los duros y difíciles momentos con los que me iba a encontrar. Siempre he sabido de la importancia de mi trabajo, pero en estos momentos, entendí que a ese virus había que combatirlo siendo más fuerte que él.

Y entendí también, que ese era mi objetivo: pasar por cada milímetro de la residencia venciendo a esa plaga que nos acechaba.

Tenía miedo. Mucho. Lo tenía porque comprendí la fuerza de ese mal bicho. Tenía miedo. Mucho. Porque sabía de la fragilidad de nuestros residentes.

También sabía con el gran equipo en el que trabajo, y entre todos lo íbamos a conseguir, a pesar de las dificultades con las que nos íbamos encontrando.

Aprovecho para agradecer a todo el personal que trabajamos en Santa Paola su esfuerzo, su trabajo y su buen hacer. Gracias a todos y cada uno de vosotros.



Yolanda

Limpieza

El primer día que empezó esto sentí un ataque de ansiedad. Pensé que se me caía el mundo porque no sabía por dónde empezar. Cuando a los residentes se los llevaron a las habitaciones, estos no sabían asimilar y con ojos tristes nos miraban y decían “por qué no nos dejáis”.

Pero si había una esperanza, y era llegar día a día con ilusión y esperar a que los vecinos nos aplaudieran día a día dándonos muchos ánimos. Esto ha hecho crecer a Santa Paola y al gran equipo que tenemos. Y dar las gracias a Dirección por su gran apoyo psicológica y moralmente.

Nerea M.

Auxiliar

Me gustaría mostrar cómo me he sentido ante esta situación tan complicada. Han sido momentos difíciles para todos, tanto para los residentes, como para las trabajadoras que estamos con ellos día a día. Ha habido días en los cuales he salido de trabajar pensando que no valgo para este trabajo, porque aun dando todo y más de mi para que todo estuviera bien, sin quererlo se complicaba.

Esta pandemia ha ido apareciendo poco a poco, e incluso, en algunos residentes ni ha aparecido y nos era muy difícil tenerlo todo totalmente controlado.

Ante esta situación me he sentido agotada y frustrada por no poder detenerlo todo y poder volver a la normalidad cuanto antes. Muchos días he salido del trabajo llorando, es mi mejor manera de desahogarme, lloro de rabia, de impotencia, de ver como poco a poco mis residentes se iban deteriorando de estar día tras día en las habitaciones aislados, sin ver a sus familiares, de no poder salir a dar sus paseos diarios, de no poder charlar entre ellos aunque solamente sean unos simples buenos días.



Estoy encantadísima de ser sanitaria y ahora más que nunca, porque ahora realmente después de toda esta lucha, me he dado cuenta que hemos sacado lo mejor de cada uno de nosotros. Para nosotros profesionales de la sanidad, ha sido un momento de mucha responsabilidad, muchas horas y mucha exigencia

Hemos sentido miedo, algunos teníamos miedo de contagiar a nuestra familia, por tener a algún familiar mayor o por ser factor de riesgo, simplemente porque no sabemos cómo nos va atacar este virus, si dando síntomas y que sea grave o pasándolo asintomáticamente. Nos hemos sentido inseguros con las decisiones que teníamos que tomar, ya que no sabíamos si la decisión que elegíamos era la correcta, tanto para residentes como para nosotros.

Cristina

Auxiliar

Es cierto que oficialmente llevo poco dentro de esta profesión, pero llevo prácticamente toda mi vida dedicándome de una manera u otra al cuidado de todos los que me rodean, en especial de nuestros mayores. Por fin he encontrado un sitio en el que me siento cómoda, llevo poco tiempo si, pero comencé este nuevo camino con mucha ilusión.

Es cierto que esta pandemia ha hecho que mire la vida de otro modo, pero sobre todo me ha hecho ver que nuestros mayores se merecen todo lo que hemos hecho y seguiremos haciendo por ellos. Llevan toda su vida sacándonos adelante y no es justo que debido a las circunstancias que nos ha tocado vivir los demos de lado.

Me siento muy afortunada de formar parte del equipo y sobre todo de poder aportar todo lo que está en mis manos para que todo salga bien. Es cierto que ha habido días que el miedo, la incertidumbre y la ansiedad han hecho que llegue a casa desolada, pero a los pocos minutos esa sensación de tristeza desaparecía porque sabía que tenía que estar al pie del cañón luchando para que nuestros mayores salieran adelante.

Sé que me repito, pero me siento muy afortunada y orgullosa de estar donde estoy, siempre llevaré en mi memoria a todos aquellos que nos han dejado y en honor a ellos seguiré luchando para que se sientan orgullosos y orgullosas de nuestro trabajo.

Gracias a todas mis compañeras y compañeros por hacer que todo esto lo estemos viviendo de la mejor manera posible, gracias por cada una de vuestras sonrisas y gracias a todas las personas que confían en nuestra labor. Por último, pero no menos importante, muchísimas gracias a José y Laura por habernos facilitado todo el material necesario para poder protegernos y sobre todo, poder proteger a nuestros mayores. Gracias.

Rocío L.

Auxiliar

Todo empezó como una incógnita. Todo el mundo pensaba que “ese virus” sólo podía salir en la tele y que con todas las personas que hay en el país no nos iba a llegar nunca. Pues si llegó, y llegó de tal forma que ni nosotras mismas sabíamos cómo llevar a cabo la situación.

Muchísimos momentos de dudas, lágrimas y miedos. Esos miedos que poco a poco se fueron borrando por grandes sonrisas de esas personas que aunque se sintieran muy solos en esos momentos, sabían que juntos todos éramos un gran grupo.

Nunca voy a olvidar ese primer día en el que entras por la puerta y te pones a llorar, pero con una mirada a mi compañera sabíamos que todo iba a ir perfecto.

Han sido noches muy malas. De mucho trabajo y de mucha tristeza por el silencio tan grande que se hacía por cada habitación que pasabas. Pero ahora, después de dos meses intensos y complicados, puedo decir que gracias a lo que hemos vivido todas juntas podemos decir en voz alta QUE SOMOS UNAS CAMPEONAS, y que podemos con todo lo que nos echen.

Llevo desde el primer día hasta el último, y la verdad no me arrepiento de nada. Encantadísima de cuidaros a todos. Se os quiere.

Por desgracia, este virus lo han tenido familiares muy cercanos, y la verdad que por suerte todos estamos bien y podemos contar esta experiencia que la propia vida nos ha dado. Es muy duro pensar qué estará pasando en casa sin poder ver a nadie, o cómo estará la abuela. Todo esto y mi propio trabajo, ha hecho que sea una persona muy fuerte y que no me rindo por nada. Sólo me queda despedirme de la mejor forma: CORONAVIRUS TE HEMOS VENCIDO.

Lucía

Auxiliar

Al principio sentí miedo. No por lo que me pudiera pasar a mí, sino por contagiar a mi pareja. Desgraciadamente me puse mala y pasé mucho tiempo en casa, me sentí muy sola, y sobre todo mucha impotencia porque quería volver a trabajar y no podía.

Diana

Auxiliar

Nunca pensé que incorporarme a mi puesto sería en un momento tan difícil. El primer día tuve mucho miedo. Miedo de no poder estar a la altura, de volver a casa con mi familia..., pero según fueron pasando los días ese miedo fue disminuyendo, que no irse, al ver que teníamos los recursos necesarios para poder atender a nuestros mayores como se merecen.

Ahora que estamos en la recta final, siento orgullo por ellos, por lo fuertes y valientes que han sido y por todos mis compañeros, por lo que han sufrido con un único objetivo: que dentro de poco todos puedan abrazar a sus familias.

Laura

Directora

La verdad, es difícil expresar con palabras todo lo que hemos vivido estos dos meses. Por suerte, nuestro cerebro tiende al optimismo y aunque el dolor todavía permanezca aquí, pudimos seguir adelante a pesar de las dificultades y con ánimo, lo cual era muy importante.

Nada más cerrar la residencia nos acogimos mucho a la esperanza de creer que íbamos a estar muy protegidos, rezábamos el rosario por la mañana pidiendo que Santa Paola pudiera librarse de esta pandemia y de que no sufriera mucha gente.

No pensábamos en esos primeros días que quizá íbamos a vivir uno de los peores momentos de nuestras vidas. El primer golpe duro fue cuando nos confirmaron nuestro primer residente positivo.

Todo el personal se sumió en un absoluto silencio en el que sólo se escuchaban llantos. Llantos, llantos de desolación, y toda nuestra esperanza de días anteriores se había desvanecido. Desde ese momento todos nosotros sentimos un miedo desmesurado, como nunca habíamos sentido.

Teníamos miedo por ese residente, miedo a pensar que no se salvaría, miedo a pensar que este virus iría pasando de uno a otro, y que nadie se salvaría. Teníamos miedo por nuestras familias, miedo a contagiar a nuestros hijos, nuestros padres y nuestras parejas, y pensar que tampoco se salvarían.

Y porque no, miedo a contagiarnos nosotros mismos.

Fue horrible, desde ese momento, la mayoría de nosotros llegaríamos a casa tras comunicarnos esa noticia y nos aislaríamos de nuestra familia. Desde ese momento dormiríamos solos, comeríamos solos, lloraríamos solos.

A partir de ese día compañero/as empezaron a darse de baja, con la grandísima suerte de que compañeras que habían trabajado anteriormente con nosotros acudieron cuando las necesitamos. Ya conocían a nuestros residentes y venían a darnos todo su apoyo: físico y moral. Gracias a eso, nuestros residentes vieron en todo momento caras conocidas, gente en la que ya confiaban. Y eso es fundamental siempre, y cuanto más en situaciones tan excepcionales como la que estábamos viviendo.

Algunos de nuestros residentes, a los que estábamos protegiendo con nuestra propia vida, empezaban a dar síntomas, esos tres síntomas que ya teníamos metidos todos en la cabeza. Pero lo peor de todo era que, el virus, ya estaba entre todos nosotros desde antes de cerrar el centro, había ido libremente pasando por cada uno de nosotros, en silencio, sin dejarse ver ni controlar, invisible, indetectable.

Esta breve descripción es sólo el comienzo de nuestra propia pesadilla, una historia que nos marcaría un antes y un después a todos los que trabajamos en Santa Paola. Un final breve y triste para algunos de nuestros seres queridos. Un final que nadie merece pero que no queríamos especialmente para los nuestros. No queríamos ese final para ellos.

Prefiero no seguir contando como fueron el resto de los días. Os podéis hacer una idea, o no, de lo que es sufrir y no poder agarrarte en alguien para llorar, ni ellos, ni nosotros...

A día de hoy, todo es completamente diferente. Ahora nos reímos, nos abrazamos, cantamos, bailamos, nos besamos... Actuamos como si todo hubiese pasado ya, pero aún nos sentimos culpables de estar felices porque sabemos que otros residentes no pueden disfrutarlo con nosotros.

Pero por no terminar con tristes recuerdos os quiero decir que a pesar de todo el sufrimiento hemos luchado y, gracias a ello, nos hemos dado cuenta de nuestra fortaleza. El gran equipo que tenemos.

La lucha sin pausa y siempre con un gran objetivo: volver a estar juntos. Y aquí estamos, a pesar de las pérdidas. Pérdidas dolorosas, pero con la gran satisfacción del trabajo bien hecho y sintiendo vuestra compañía día a día. Gracias.

5. Te necesitamos

Ya sabes todo lo que ha pasado, lo que sintieron las profesionales durante esas semanas, cómo pusieron el alma cada día, cómo fue cambiando Santa Paola según iban pasando los días, etc. En esta pandemia hemos cometido errores y hemos tenido aciertos. No hemos descansado ni un minuto buscando lo mejor para las persona que conviven en Santa Paola: residentes y profesionales.

Ahora toca avanzar en cómo debe ser Santa Paola en los próximos años. Como siempre que nos proponemos hacer cambios, contamos con los profesionales y con los residentes. Sin embargo, necesitamos que formes parte de la toma de decisiones.

Nos hemos vuelto muy ágiles y eficientes para combatir al virus. Sabemos cómo actuar en cada ocasión. Pero el escenario actual en Santa Paola es excepcional, temporal. Estamos manteniendo un equilibrio entre seguridad y autonomía a la hora de atender a los residentes y ese equilibrio no va a durar mucho.

La seguridad dará paso de nuevo a las preferencias y deseos de cada persona en como quieren ser atendidos. Volverán a participar en la toma de decisiones que les afectan. Volverán las visitas, los horarios flexibles, y la puerta de Santa Paola volverá a abrirse a la comunidad y a las familias.

Queremos que seas participe de cómo debe ser Santa Paola. Queremos oírte. Necesitamos saber tu opinión. Nosotros nos hemos pasado buena parte de los últimos años estudiando cómo hay que atender y cuidar a las personas, pero eso no es completo sin la participación de las personas que mejor conocen a los residentes, sin tu participación.

Tenemos muchas ideas, muchas ganas de hacer cosas, de avanzar en la calidad de la atención y los cuidados. El viaje de la atención centrada en la persona no tiene final, y queremos contar contigo para decidir hacia dónde debemos dirigirnos.

No somos, ni queremos ser, un hospital ni un hotel. Queremos ser un centro que ofrezca los apoyos que necesitan las personas para continuar con su proyecto de vida, independientemente de sus capacidades y fortalezas. Para eso comenzamos este proyecto hace ya seis años.

Y ahora queremos que seas parte de este proyecto, como experto en tu familiar. Sabes mejor que nosotros lo que necesita para tener la mayor calidad de vida posible. Nosotros pondremos los recursos, y contamos contigo para las propuestas de mejora.

Contigo seremos mejores.



Santa Paola