



Editorial

Viajar a Londres para visitar el St Christopher's Hospice es para un paliativista algo así como peregrinar a la Meca para un musulmán o a Belén para un católico. Sí, vale, puede que con menos pasión, pero sí que era reconocible en nosotros cierta emoción mientras nos acercábamos al Hospice.

Ciertamente hay diferencias con esas otras "peregrinaciones". Con todo respeto las iré mencionando:

- Visitamos la obra de una mujer. Cierto. Fue una mujer hace ahora justo 50 años quien creó este lugar. Hace 50 años las cosas no estaban mucho mejor que hoy para las mujeres. Pero probablemente el cariz de "cuidado" y de "caridad" que dio a su obra le permitió a Dame Cicely Saunders hacer realidad un sueño que revolucionó la forma de atender a los enfermos "incurables".
- Un hito así no fue obra de un médico... Bueno, esto es sólo relativamente cierto. Cicely abandonó sus estudios de política y sociología para ser enfermera. Después se licenció en trabajo social y por último se hizo médico. Fue por tanto ella misma un fiel espejo de la disciplina que creó, una labor interdisciplinar...
- La obra no fue creada ni es mantenida por un estado poderoso o una empresa potente. Más bien al contrario. Cicely asumió su misión recogiendo la donación de un enfermo cuya atención le marcó definitivamente. El polaco judío David Tasma, refugiado y enfermo de cáncer, le entregó todos sus ahorros, unas 500 libras de entonces. Y le hizo un encargo de "ser una de las ventanas del hogar". Hoy día el St. Christopher's se mantiene fundamentalmente con las donaciones y legados de los ciudadanos; sólo un 28% de su presupuesto anual depende de las subvenciones y conciertos estatales.
- No encontramos un gran centro o un lujoso edificio. Llama la atención este hecho. Cuando te acercas a St. Christopher Hospice vas comprobando cómo lo extraordinario se ha hecho hueco en la cotidianeidad del barrio donde se encuentra el hospice. El hospice no es un edificio o una estructura. El hospice tiene sentido en cuanto su pertenencia a la comunidad. No una comunidad a la que "presta servicios" sino una comunidad desde la cual se atiende a los más frágiles y se nutre de ella. Desde y para la comunidad. Por y con la comunidad...

Visitando "la meca" del paliativismo moderno a uno le asombra la normalidad de lo que ve. Además tuvimos el privilegio de compartir trabajo y ocio con los profesionales que dirigen los designios del Hospice. Su amabilidad, su cercanía, su entusiasmo por nuestro propio proyecto... Fuimos 8. 7 profesionales y un niño. Volvimos muchos más. Sabed que Vivir con Voz Propia ya es un poco del St. Christopher's. Y que el St. Christopher's Hospice participa de nuestro proyecto y lo hace suyo.

La obra de una pequeña mujer sigue creciendo, inspirando esa revolución silenciosa que comenzó en un pequeño barrio de Londres hace ahora justo 50 años.

Profundizando en el Movimiento Hospice

Londres nos había recibido con un día espléndido y acompañados por esa luz llegamos también al St Christopher's Hospice, ilusionados por conocer *in situ* el origen de los Cuidados Paliativos. Nos esperaban con todo preparado. Los viernes lo reservan para recibir a grupos que quieren visitar el lugar, conocer la filosofía y la organización de este Hospice.

Tras un breve recibimiento nos ubicaron en una sala a los 8 que íbamos desde Vitoria en nombre de *Vivir con Voz Propia* y a otras 3 personas, un americano y dos inglesas. Liz Bryan enfermera y Directora del Área de Formación y Docencia del St Christopher's fue la encargada de pasar la mañana con nosotros. Tras una breve presentación personal, nos pidió que compartiéramos nuestra procedencia y nuestro interés en la visita. Cada uno fuimos explicando nuestra intención en profundizar en el movimiento Hospice, su filosofía y organización para continuar y poder desarrollar el proyecto por el que apuesta *Vivir con Voz Propia*.

Después tuvimos el privilegio de escuchar el testimonio de Mary Baines, Médico Consultor Emérito, que trabajó al lado de Cecily Saunders, la pionera del Movimiento Hospice. Escuchar esta experiencia y remontarnos al origen de este movimiento tan innovador entonces y la manera tan humana y cercana en que lo hizo, fue para todos nosotros una experiencia muy significativa.

Seguidamente Lyz volvió a tomar la palabra para contarnos su manera de trabajar en la actualidad, la organización del proyecto, las prioridades del cuidado, el reconocimiento y el respeto a los valores de cada persona, esto es la atención individualizada, la importancia tan grande del voluntariado y la formación continua.

Realizamos después una visita a las instalaciones, donde destacaba sobre todo el ambiente acogedor, sereno y luminoso. Nos llamó especialmente la atención el área de consultas externas, la sala de musicoterapia- arteterapia, los lugares de encuentro comunitario y los rincones del jardín que promovían el silencio y la tranquilidad.

Con puntualidad británica continuamos con el programa un tanto apretado y Shaun O'Leary, Director Ejecutivo del St Christopher's compartió con nosotros el proceso de cambio que estaban viviendo a nivel social y sanitario, los desafíos a los que se estaban enfrentando. Tuvimos la oportunidad de intercambiar impresiones sobre todo ello.

Terminamos la mañana con un almuerzo, sintiéndonos muy satisfechos por todo lo recibido.

María José Almaraz Ruiz de Eguilaz, Jefa del Servicio de Medicina Paliativa de OSI Araba-ESI.



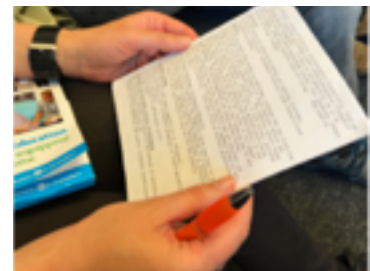
Historia y principios de los Hospices y los Cuidados Paliativos

La doctora Mary Baines, médico consultora emérita y miembro del Departamento de Educación de St Christopher's Hospice, explicó en la primera charla su experiencia personal como compañera y amiga de la Cicely Saunders, fundadora del centro y precursora del movimiento Hospice.



Fue un relato emocionante que nos dio la oportunidad de comprender las dificultades que tuvieron que solventar estas dos mujeres en un ámbito dominado por una mayoría de hombres y con la intención de implantar una nueva forma de atención a las personas en la última fase de su vida. Nos habló de la importancia de la escucha y el acompañamiento como pilares del cuidado, aspectos que nos hicieron reflexionar sobre el verdadero sentido de nuestra profesión.

Nos mostró también las recomendaciones sobre fármacos a emplear en cuidados paliativos que ellas utilizaban en los años sesenta, y que aún hoy tienen vigencia en cierta medida. Un documento histórico que tuvimos en nuestras propias manos.



Su exposición, amable y cercana, fue un estímulo para los asistentes por la relevancia de sus reflexiones. Un buen comienzo de una jornada de aprendizaje inolvidable, tanto en lo profesional como en lo humano.

Thank you, Mary.

Iñaki Saralegui Reta, Médico Intensivista de la UCI del Hospital Universitario de Álava y Miembro de Vivir con Voz Propia.



Crónica de una visita a St.Christopher

Visita a las instalaciones

Y llegó el momento de la esperada visita al lugar.

Aunque resultó imprescindible conocer la filosofía de aquel lugar de la mano de Liz y de la entrañable Dra. Mary Baines, todos esperábamos con interés lo que en el programa se denominaba "Tour of St. Christopher's".

El primer acercamiento fue contemplar la ventana tras la que contemplaba la vida en sus últimos días David Tasma y donde Cicely Saunders fue dando forma a su idea sobre lo que se convertiría en todo un movimiento hospice con una nueva filosofía sobre los cuidados y el final de la vida.

Tras pasar el umbral de aquella puerta y encontrar las fotos de las personas que han concluido sus vidas en aquel lugar, fotos llenas de sonrisas y de color, aventuran un lugar lleno de magia.

Los espacios transmiten paz. Cada rincón es un lugar para la conversación o para el descanso. Siempre hay un confortable sillón donde sentarse y contemplar. Cafetería, pasillos y escaleras inundados de luz en un inusual día de sol londinense. Hasta las paredes hablan de la calidad del lugar cuando en un lugar donde la obra es evidente, hay un cartel que pide disculpas: "Please excuse our appearance while the artwork that hangs in this space is refurbished" (por favor, disculpe nuestra apariencia mientras la obra de arte que cuelga en este espacio es remodelada). Simplemente, excelente!!.

En los lugares específicamente dedicados al paciente se nota la profesionalidad y el cuidado. Ambos por igual. Frente a la cama articulada, el baño adaptado y la tecnología a punto están los detalles humanizadores: una pantalla manejable para cualquier circunstancia, un osito de peluche o un panel donde el paciente pone lo que le importa y cómo quiere ser cuidado hoy.

El exterior da continuidad al descanso. Jardines, estanques, árboles y puentes que invitan a quedarse y a acompañar.

Visitamos la sala de trabajos artísticos donde el voluntario que la dirige nos enseña con cariño obras en sus más diversas disciplinas, todo arte. Todas tienen un porqué y sobre todo una persona que ha puesto sus manos, su trabajo y su empeño en ellas.

No puede quedar sin mencionar el lugar destinado al cuidado y ejercicio de la espiritualidad: un espacio para la meditación, el silencio y la oración. Una vela y ventanales decorados con círculos concéntricos son los únicos símbolos presentes. Un libro preside el centro de la sala donde cada cual deja su impresión, su sentimiento, su mensaje o su expresión que le remite a lo sobrenatural. Una tenue música invita al recogimiento.

Así termina nuestro acompañado tour a este lugar donde se respira profesionalidad y calor de hogar en la igual medida.

Maxi Gutiérrez Jodra, Médico de familia, Jefe de la Unidad de Atención Primaria del Centro de Salud de Zabalgana y miembro de VVP.

Eventos

Mayo 2017

Abril, mayo, junio
Entrenamiento en el
Cultivo de la
Compasión

31 de mayo
Espacio de Reflexión y
Diálogo

10-12 de noviembre
II Jornadas
Internacionales sobre
Hospices

VIVIR CON VOZ PROPIA CUENTA
CON LA COLABORACIÓN DE:



Puedes encontrarnos en:

Paseo Zumaquera 35, bajo

01006 Vitoria - Gasteiz

945 143311

www.vivirconvozpropia.com

Facebook: [vivirconvozpropia](https://www.facebook.com/vivirconvozpropia)

Twitter: [#vivirvoztpropia](https://twitter.com/vivirvoztpropia)