

# “Llevar a mi madre a una residencia ha sido la decisión más dura de mi vida”

A.P. Pamplona

## ¿Cuándo llegó usted a AFAN?

Tuvimos un primer contacto hace ya muchos años, pero después volví. Sería el año 2011, cuando me quedé sola con mi madre porque habían fallecidos mis dos hermanos. Ya tenía un deterioro cognitivo y habíamos tomado medidas de apoyo, porque vivía sola. Le ayudaban a asearse y con el tema de la comida, porque se perdía con los fuegos. Después llegó el medallón para avisar al 112. Le vas poniendo muletas, pero la cosa va a más y me vi sola, trabajando, y me acordé de AFAN.

## ¿Qué encontró?

Empecé a venir al grupo de apoyo, donde me junté con un montón de mujeres y algún hombre que pasaban por lo mismo que yo. Vas compartiendo experiencias y es como un libro, todo igual. Los oyes hablar y se te pone la carne de gallina porque te das cuenta de que lo que te está pasando a ti no es algo raro, sino que les pasa a muchos. Porque al principio no sabes qué le pasa exactamente a esa persona que tienes cerca, no entiendes por qué no te trata bien, por qué te dice que no vas a verla cuando estás con ella a diario. Así empecé.

## ¿Cómo fue el proceso de su madre?

Cada vez necesitaba más apoyo. Un día te llama la chica que la ayuda a asearse porque no está en casa, y es que se había ido a la peluquería sin avisar. Empiezas a ver cada vez más lagunas, y das el paso de ponerle a una persona para que viva con ella. Pero ahí entra en juego el tema económico. Hablamos de una pensión muy justa y de que yo no tenía a nadie con quien compartir esa carga, así que no hay dinero para pagar todo lo que cuesta. Al final, tuve que tomar la peor decisión de mi vida, que fue llevarla a una residencia. No creo que me vea en otra igual de dura.

## ¿Estuvo mucho tiempo?

No, seis meses. Lo más curioso fue que falleció en mi casa de un ataque al corazón. Eran Navidades y yo había insistido en que las pasara en casa. Tenía tos y le ponía cebolla porque pensaba que era un catarro, pero era una insuficiencia

respiratoria. La médico que vino me dijo que no había sufrido. Fue muy duro pero me quedé tranquila, más que si me hubieran llamado cualquier día de la residencia para decirme que había fallecido. Cuando te ocurren estas cosas y AFAN te ha ayudado tanto, estás como en deuda. Por eso estoy aquí. ¿Su experiencia en la residencia fue buena?

Sí, muy buena. Mi ama estuvo súper contenta, ella era muy dicharachera y muy sociable. Estuvo bien atendida y se sentía cuidada por todos. Lo que sí digo es que se necesita más personal, sobre todo en las privadas. Yo he trabajado en alguna pública, el Vergel, y creo que hay más medios, que el trabajo está más repartido. El Gobierno de Navarra no debería escatimar en esto y tendría que haber más plazas y más residencias públicas.

## ¿Se imagina haber vivido el confinamiento con su madre en la residencia, el no poder ir a verla?

(Suspira). Terrible, tiene que ser terrible. Entiendo muchísimo el dolor de esas familias. Para mí, en su día, la premisa era tener a mi madre lo más cerca de mí que se pudiera, y estaba en Capuchinos, a 1 kilómetro de mi casa. Por atenderla, por llevarla todas las semanas a su peluquería, por mantenerla en su entorno. Todos queremos lo mejor para nuestros familiares y lo haces todo a todos los niveles por ellos: conciliación laboral, conciliación familiar, conciliación de dinero. Hasta hipotecas el piso al Gobierno de Navarra para que viva lo mejor posible. Así que tiene que haber sido durísimo. Tengo amigos que en marzo, justo en el minuto uno de todo esto, sacaron a su madre de la residencia.

## ¿Y ha regresado?

En este caso concreto falleció. La asociación conmemora su 30º aniversario. ¿Se ha avanzado? Sobre todo a nivel de visibilidad. Sin embargo, a la vez, considero que el Alzheimer sigue siendo un gran desconocido. Nadie más que quien está dentro de una casa sabe lo que está pasando. A mí me ocurría con mi ama al principio, que las vecinas la veían por la calle y, como ella les seguía la corriente, ni se lo notaban.



María González Ascarza y Rakel Gorritxo Lecumberri, de la Unidad Paliativa San Juan de Dios.

CEDIDA

## Los cuidados paliativos celebran hoy su Día Mundial

El lema elegido para la cita es 'Mi Cuidado, Mi Bienestar' y se ha lanzando una campaña en redes sociales

DN Pamplona

Una campaña en redes sociales #paliativosvisibles #mycaremycomfort promovida por WHPCA (Alianza Mundial de Cuidados Paliativos) y secundada por las asociaciones nacionales de la especialidad (SECPAL y AECPAL) y un lema: 'Mi Cuida-

do, Mi Bienestar' para conmemorar el Día Mundial de los Cuidados Paliativos que se celebra hoy. El objetivo es que pacientes, profesionales, familiares, voluntarios y población en general, compartan qué significa para ellos el cuidado, el bienestar o el confort durante un proceso de enfermedad avanzada. María González Ascarza, Jefe Clínico de la Unidad de Atención Paliativa de San Juan de Dios, recuerda la importancia de que los Cuidados Paliativos lleguen a todas las personas formulando este concepto como un "derecho de los pacientes".

Pacientes del hospital han ex-

presado frases como "mantener la dignidad hasta el final" o "sentirse cuidado y querido cada día"; los familiares, "crear un clima de confianza y bienestar en el proceso y evolución de la enfermedad" y "tener tranquilidad y buena atención hasta el último momento"; los voluntarios "una enseñanza para nuestra vida" y los profesionales lo han vinculado a "la tranquilidad del trabajo bien hecho", la "satisfacción de un buen final", al hecho de "recibir la sonrisa y gratitud con el trabajo diario" o a la consecución de un objetivo, "Atención paliativa universal e integral".

## El autor de los carteles del alcalde de Tudela niega que sean ofensivos

DN Tudela

Uno de los dos identificados el pasado fin de semana por estar pegando carteles del alcalde de Tudela, que el propio Toquero calificó de "ofensivos", salió ayer al paso de las afirmaciones del primer edil. Se trata de Santiago Sainz, co-

ordinador en Navarra del Partido Libertario, que quiso ofrecer su versión de los hechos. Explicó que pegó dos carteles con una imagen del alcalde y el texto 'Big Brother is watching you (El Gran Hermano te vigila)', "en referencia a la intención del alcalde de instalar cámaras en las calles". Añadió que, junto

a otro compañero del partido, puso dos carteles en vallas del Ayuntamiento "con celo para que fueran fácilmente retirables" y negó que llevaran una mochila llena, ya que dijo que solo habían impreso 12, de los que los 10 que quedaban fueron requisados. En referencia a este cuerpo policial, señaló que le llamó para que fueran a reunirse con agentes "para hablar" y sin presencia de su abogado, a lo que Sainz se negó. Y recaló que no considera que el cartel sea ofensivo como dijo el alcalde. "Una crítica satírica no es un insulto", afirmó Santiago Sainz.



OCTUBRE-URRIA  
9-10-11-12  
PLAZA DEL CASTILLO DE PAMPLONA  
IRUÑEKO GAZTELUKO PLAZA

Más información / Informazio gehiago:  
[www.reynogourmet.com](http://www.reynogourmet.com)

