

GUÍA DE RECURSOS DE CUIDAD PALIATIVOS EN NAVARRA



Gobierno
de Navarra



Universidad
de Navarra

GUÍA DE RECURSOS DE CUIDADOs PALIATIVOS EN NAVARRA



Servicio Navarro de Salud
Osasunbidea

Título: Guía de Recursos de Cuidados Paliativos en Navarra

Autores: Carlos Centeno Cortés, Borja Azaola Estevez, Pilar Huarte Artigas, Marcos Lama Gay, Marina Martínez García, Alberto Meléndez Gracia, Esteban Salgado Pascual.

© Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea y los autores

1.ª edición, 1.ª impresión (2009)

Diseño gráfico: bn comunicación

Fotocomposición: bn comunicación

Preimpresión: bn comunicación

Impresión: Ona industria gráfica

ISBN: 978-84-235-3186-8

Depósito legal: NA-2653-2009

Promoción y distribución: Fondo de Publicaciones del Gobierno de Navarra

Navas de Tolosa, 21

31002 PAMPLONA

Teléfono: 848 427 121

Fax: 848 427 123

fondo.publicaciones@navarra.es

www.cfnavarra.es/publicaciones

ÍNDICE

1. Programa de Cuidados Paliativos del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea	15	Recursos Sanitarios página 11
2. Programa de Cuidados Paliativos de la Clínica Universidad de Navarra	17	
3. Recursos específicos de Cuidados Paliativos en Navarra ...	19	
4. Cuidados Paliativos en las Zonas Básicas de Salud	23	
5. Programas de apoyo psicológico en la enfermedad avanzada	37	
6. Directorio de Servicios Sociales de Base	43	Recursos Sociales página 39
7. Recursos sociales y económicos	59	
8. Asociaciones de pacientes	67	
9. Asociaciones de profesionales	77	
10. Asociaciones de voluntariado	79	
11. Utillaje, ortopedia y otros recursos materiales para enfermos	85	Recursos Materiales página 81
12. Medios de transporte para pacientes	89	
13. Información sobre síntomas más frecuentes	93	Información Clínica página 89
14. Información sobre aspectos emocionales	101	
15. Uso clínico de morfina y otros analgésicos mayores	107	
16. Lista de medicamentos esenciales en Cuidados Paliativos ..	111	
17. Formación en Cuidados Paliativos en Navarra	117	Docencia e Investigación página 113
18. Investigación en Cuidados Paliativos en Navarra	121	
19. Libros recomendados para profesionales	129	Otros Recursos página 125
20. Libros recomendados para familiares	133	
21. Películas recomendadas	137	
22. Recursos de Cuidados Paliativos en Internet	143	

AUTORES

Carlos Centeno Cortés

Médico. Equipo de Medicina Paliativa y Control de Síntomas
Clínica Universidad de Navarra
Pamplona

Borja Azaola Estévez

Médico. Sección de Evaluación y Calidad Asistencial
Servicio Navarro de Salud
Pamplona

Pilar Huarte Artigas

Trabajadora Social. Coordinadora de la Unidad de Voluntariado
Hospital San Juan de Dios
Pamplona

Marcos Lama Gay

Médico. Equipo de Cuidados Paliativos
Hospital San Juan de Dios
Pamplona

Marina Martínez García

Coordinadora de la edición de la Guía de Recursos
Psicóloga. Equipo de Medicina Paliativa y Control de Síntomas
Clínica Universidad de Navarra
Pamplona

Alberto Meléndez Gracia

Médico. Coordinador del Programa de Cuidados Paliativos de la Comarca
Araba
Vitoria

Esteban Salgado Pascual

Médico. Equipo de Soporte de Cuidados Paliativos
Hospital de Navarra
Pamplona

Julia Urdiroz Borrás

Enfermera. Equipo de Medicina Paliativa y Control de Síntomas
Clínica Universidad de Navarra
Pamplona

sOs

PRÓLOGO

Se calcula que más de la mitad de las personas que fallecen pasan por una etapa de enfermedad avanzada y terminal. El desarrollo de los servicios sanitarios y el continuo avance de los conocimientos científicos ha contribuido a un aumento en la supervivencia de muchas enfermedades y a un incremento del número de pacientes en situación terminal, cuyos efectos trascienden al propio paciente, afectando tanto al núcleo familiar como al sanitario y social.

El envejecimiento de la población y el actual patrón demográfico y de morbilidad hace esperar que en los próximos años aumente el número de pacientes con enfermedades crónicas y degenerativas, generando más pacientes que requerirán cuidados paliativos.

Estos pacientes presentan una alta necesidad de cuidados y recursos, con implicación de todos los estamentos profesionales y niveles asistenciales del sistema sanitario.

Los cuidados paliativos intentan dar una respuesta profesional, científica y humana a las necesidades de los enfermos en el final de la vida, y tienen como objetivo fundamental aliviar el sufrimiento y mejorar en lo posible la calidad de vida de estos pacientes. Resulta fundamental garantizar el apoyo, la información y la formación necesarios a enfermos y familiares.

Esta Guía de Recursos de Cuidados Paliativos pretende ser una importante ayuda en este objetivo. En ella tenemos de forma accesible, sencilla y ágil, todos los recursos disponibles a día de hoy en Navarra, a disposición de los sanitarios implicados en la atención a pacientes terminales, de los cuidadores, familiares y de los propios pacientes.

Agradezco a los autores el esfuerzo e ilusión mantenido para hacer realidad esta guía, que espero constituya una ayuda para profesionales sanitarios, pacientes y familias y contribuya a un mejor conocimiento de los recursos disponibles con el objetivo esencial de aliviar el sufrimiento y mejorar la calidad de vida de pacientes y familias.

A handwritten signature in black ink, consisting of several fluid, overlapping loops and a vertical stroke, positioned centrally on the page.

Cristina Ibarrola Guillén
Directora de Atención Primaria

INTRODUCCIÓN

La Guía de Recursos de Cuidados Paliativos en Navarra pretende identificar y hacer más accesibles los múltiples recursos disponibles en el ámbito de la Comunidad Foral que pueden mejorar la atención y cuidado de los pacientes más complejos.

La Guía se dirige fundamentalmente a familiares de pacientes y profesionales que colaboran en su cuidado. Pensamos en pacientes con cáncer avanzado, enfermos con patologías crónicas evolucionadas como enfermedades neurológicas degenerativas, demencias, insuficiencias cardíacas, respiratorias, renales, etc. En general hemos pensado en cualquier enfermedad en la que exista compromiso vital o situaciones de gran complejidad. La Guía puede ser especialmente relevante para pacientes que afrontan su enfermedad avanzada en un ámbito domiciliario o residencial. Los profesionales a los que nos dirigimos pueden ser médicos, enfermeras, auxiliares, capellanes, psicólogos, trabajadores sociales, voluntarios y cualquier otro profesional implicado en el cuidado de los pacientes y familias antes descritos.

Los autores nos hemos reunido periódicamente durante seis meses en sesiones de trabajo que se celebraron en la Biblioteca Central de la Universidad de Navarra. Todo el proyecto, desde su definición inicial hasta el diseño de la edición y su distribución, se ha desarrollado en un ambiente cooperativo y profesional, en el que cada uno de los autores procurábamos aportar la propia visión y experiencia al fin propuesto. Somos un grupo de profesionales de cuidados paliativos de diversas disciplinas y colegas de todos los ámbitos de asistencia o gestión, que hemos trabajado pensando en lo que enfermos, familias o compañeros pueden necesitar para cui-

dar y acompañar mejor a sus pacientes. Esperamos que el resultado, siempre mejorable, responda a la ilusión que nos ha acompañado en cada uno de nuestros encuentros.

La Guía de Recursos de Cuidados Paliativos en Navarra forma parte de un proyecto de investigación más amplio que documenta el desarrollo de recursos de cuidados paliativos en Europa y que ha venido aportando resultados y publicaciones en los últimos tres años. Este proyecto no debía concluir su etapa inicial sin dirigir su mirada al nivel regional –en nuestro caso Foral– en el que se desarrolla el trabajo asistencial diario de algunos de sus miembros. El proyecto ‘Desarrollo de Cuidados Paliativos en Europa’ cuenta con financiación de diversas instituciones entre las que destaca la Universidad de Navarra, el Gobierno de Navarra, la Fundación CAN y la Sociedad Europea de Cuidados Paliativos.

Los autores queremos dejar constancia del apoyo recibido desde el Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea, a través de la Dra. Cristina Ibarrola, Directora de Atención Primaria, que se ha hecho cargo de la edición y distribución de la Guía, tanto en su formato impreso como en el formato electrónico a través de la web del Departamento de Salud. Para los autores, no hay mejor recompensa que ver que el fruto de su modesto trabajo llega a las personas para las que se pensó. Este apoyo del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea es un estímulo para seguir pensando en nuevas iniciativas y proyectos que colaboren en aliviar y cuidar a los enfermos y sus familias en el ámbito navarro en el que se desarrolla nuestro trabajo asistencial cada día.

LOS AUTORES

Pamplona, septiembre de 2009

RECURSOS SANITARIOS

sOs

1. PROGRAMA DE CUIDADOS PALIATIVOS DEL SERVICIO NAVARRO DE SALUD OSASUNBIDEA

Navarra cuenta desde el año 2004 con un programa de Cuidados Paliativos basado en los equipos de Atención Primaria en coordinación, cuando es necesario, con los Equipos de Soporte Domiciliario de la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital San Juan de Dios.

El modelo se articula sobre la necesaria coordinación de los profesionales que intervienen básicamente en la atención del paciente oncológico al final de la vida: Oncología Médica, Centros de Atención Primaria, Equipo de Soporte de Cuidados Paliativos, Servicios de Urgencias hospitalarios y extrahospitalarios y Hospital San Juan de Dios.

El modelo se basa en un marco de atención flexible, basado en la comunicación de los profesionales para la gestión de cada caso, lo que permite establecer un “Plan de atención individualizado” que se adapte de la mejor manera posible a las necesidades reales del proceso, del enfermo y de su familia y todo ello a lo largo de la evolución en el tiempo de su enfermedad.

Dentro del Servicio de Oncología Médica se han realizado cambios organizativos que permiten una mejor coordinación y un seguimiento compartido con Atención Primaria del enfermo oncológico paliativo. Existe una Unidad Funcional de Cuidados Paliativos con el propósito de mejorar dicha coordinación, que dispone de un especialista de Oncología Médica, consulta externa ambulatoria, hospital de día, dos habitaciones individuales, reuniones periódicas con el Equipo de Soporte Domiciliario (ESD) del Hospital San Juan de Dios, y apoyo psico-oncológico del Servicio.

Atención Primaria es la encargada de coordinar todo el proceso y de estar accesible al paciente y familia. Mediante visitas en el Centro de Salud o bien en domicilio si el paciente no se puede desplazar, elaborará un plan de cuidados y según las necesidades detectadas utilizará los diferentes recursos de los que dis-

pone, como pueden ser los servicios de urgencias extrahospitalarias para aquellos momentos en que la atención primaria no esté disponible; si el paciente requiere cuidados más especializados el médico de atención primaria recurrirá a los Equipos de Soporte Domiciliario y en última instancia si fuera necesario al ingreso en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital San Juan de Dios.

Los Equipos de Soporte Domiciliario del Hospital San Juan de Dios tienen como objetivo principal el facilitar que los pacientes con una enfermedad terminal permanezcan en su domicilio, si este es su deseo y las características del proceso lo permiten, en el mejor estado general posible, preservando su autonomía y su dignidad. Para ello prestan apoyo en aquellos casos complejos en los que atención primaria requiera su ayuda, y en estos casos establecerán conjuntamente un plan de atención al paciente y familia dependiendo de las necesidades de cada proceso. Para poder realizar estas tareas, se ponen en marcha diferentes actividades, como son: valoración conjunta en domicilio, visitas programadas de seguimiento o apoyo telefónico a los profesionales sanitarios en contacto con estos pacientes (Atención Primaria, servicio de urgencias extrahospitalarias-SUE, servicio de urgencias rurales-SUR, urgencias hospitalarias para asesoramiento, gestión de ingresos, etc). También disponen de una consulta externa para poder realizar ajustes de tratamiento, pruebas analíticas o radiológicas orientadas a la toma de decisiones, y hospital de día para realizar algunas técnicas diagnósticas o terapéuticas evitando el ingreso hospitalario. Estos equipos ayudan en la formación tanto de residentes como de los equipos de atención primaria.

El Hospital San Juan de Dios, en convenio con el Servicio Navarro de Salud dispone de 25 camas en Pamplona para cuidados paliativos y 20 en Tudela, para aquellos pacientes que requieran ser ingresados en un hospital, tratándose de camas en una unidad específica de cuidados paliativos disponiendo de personal cualificado y especialmente entrenado en el manejo de este tipo de pacientes.

En la actualidad el programa de Cuidados Paliativos del Servicio Navarro de Salud depende de la Subdirección de Atención Primaria de Navarra Norte y la responsabilidad del programa recae en la figura del subdirector de Navarra Norte.

Contacto:

Subdirección Navarra Norte
Plaza de la Paz, s/n. 31002 Pamplona.
Teléfono: 848 429 341
E-Mail: subdireccion.navarra.norte@cfnavarra.es

2. PROGRAMA DE CUIDADOS PALIATIVOS DE LA CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA

En noviembre del 2004 se puso en marcha la Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas de la Clínica Universidad de Navarra. Esta Unidad está dedicada a la atención integral de pacientes con enfermedades avanzadas, con independencia de que puedan estar o no bajo tratamientos activos, procurando para ellos alivio sintomático, emocional y en cualquier otro aspecto que pudiera estar afectado por su proceso. La Unidad está formada por un equipo interdisciplinar de profesionales dedicados específicamente a esta tarea.

Después de tres años el equipo está formado por dos médicos, un psicólogo, dos enfermeras y un investigador. Proporciona apoyo a pacientes de Oncología (90%) y otros departamentos (Hematología, Medicina Interna, Nefrología, Cirugía, etc.) (10%).

El objetivo de la Unidad de Medicina Paliativa es que los pacientes con enfermedades avanzadas alcancen el máximo bienestar posible en su situación y en todos los aspectos que puedan estar afectados por la enfermedad. Este objetivo se pretende conseguir a través de la intervención interdisciplinar del equipo y de la colaboración con los demás profesionales del centro.

Inicialmente el Equipo de Medicina Paliativa ha dirigido su actividad a pacientes oncológicos avanzados y, por tanto, ofrece soporte principalmente a los Departamentos de Oncología y Hematología, a la Unidad de Oncología Pediátrica y a cualquier otro Departamento o Unidad que solicite atención para este tipo de pacientes. Los pacientes pueden ser ambulatorios u hospitalizados.

También podrá atender cualquier solicitud sobre otros tipos de pacientes o situaciones, pero decidiendo en cada caso según la demanda planteada y los recursos disponibles en el momento.

Las intervenciones del equipo se adaptan a las necesidades del caso habiendo definido un catálogo propio de actuaciones: Valoración Inicial del Equipo, Soporte del paciente hospitalizado, Hospitalización a cargo de la Unidad, Valoración Sin-

PROGRAMA DE CUIDADOS PALIATIVOS DE LA CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA

tomática Aislada, Evaluación Psicológica Inicial o Sesión de Seguimiento Psicológico, Gestión al Alta y Seguimiento Telefónico.

Atiende cerca de 400 pacientes distintos al año. Cada mes se atiende 60-70 pacientes distintos, 20-30 pacientes nuevos y 200-300 estancias hospitalarias. En la Clínica fallecen con soporte del Equipo entre 5 y 10 pacientes al mes.

Se imparten tres cursos de formación anuales a distintos grupos de profesionales del centro: médicos, enfermeras y auxiliares. Estos cursos están acreditados por la Comisión de Formación Continuada (CFC). El equipo coordina la asignatura de Cuidados Paliativos en Medicina y Enfermería. Los alumnos de Medicina comparten dos jornadas de actividad asistencial con el equipo dentro de sus prácticas clínicas. Además se imparte clases a enfermeras que cursan estudios de especialización en la Universidad. Desde la Clínica se coordinan reuniones interhospitalarias mensuales que acogen a todos los equipos de paliativos del entorno geográfico. Asisten una media de 30 profesionales y tienen una duración de dos horas. Consisten en un programa científico (acreditado por la CFC) y un encuentro informal entre compañeros. Trece profesionales de cuatro países distintos han realizado estancias en la Unidad.

Se mantienen tres líneas de investigación: evaluación de síntomas, uso de psicoestimulantes para control de síntomas y estudio del desarrollo de Cuidados Paliativos en Europa. Se han realizado dos tesis doctorales y otras tres están en realización. Se han publicado ocho trabajos en revistas internacionales de la especialidad y cuatro en nacionales.

Los datos de contacto del Equipo de Medicina Paliativa de la Clínica Universidad son los que aparecen detallados a continuación:

Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas Clínica Universidad de Navarra

Pío XII, 36

31008 Pamplona

Teléfono: 948 255 400

Fax: 948 255 500

E-mail: ccenteno@unav.es

Web: <http://www.cun.es/la-clinica/servicios-medicos/medicina-paliativa/>

3. RECURSOS ESPECÍFICOS DE CUIDADOS PALIATIVOS EN NAVARRA

Denominaremos recurso específico de cuidados paliativos a aquél programa asistencial especialmente diseñado para atender a enfermos con procesos avanzados, dotado con una estructura y equipo propios y cuya actividad principal es cuidados paliativos.

Programa de Cuidados Paliativos del Servicio de Oncología Médica

Hospital de Navarra

Irunlarrea, 3. 31008 Pamplona
Teléfono: 848 422 668 Fax: 848 422 303
E-mail: esalgadp@cfnavarra.es

Descripción del recurso:

Iniciado en 2004 desde el Servicio de Oncología Médica. Actividad hospitalaria en la atención de enfermos oncológicos en cuidados paliativos, soporte a otros servicios hospitalarios, consulta externa de Cuidados Paliativos, coordinación con los equipos de atención domiciliaria y con los equipos de atención primaria, apoyo psicológico al enfermo en cuidados paliativos y su familia.

Responsable médico: Dr. Jose Esteban Salgado (Médico)

Otros profesionales: Juan Pedro Arbizu (Psicólogo AECC)

Unidad de Cuidados Paliativos

Hospital San Juan de Dios

Beloso Alto, 3. 31006 Pamplona
Teléfono: 948 231 800 Fax: 948 231 855
E-mail: adp@ohsjd.es

Descripción del recurso:

Una de las unidades pioneras en España creada en el año 1991 dedicada a proporcionar cuidados totales y continuados al enfermo y su familia al final de la vida con el objetivo de mejorar su confort, su calidad de vida y cubrir en lo posible sus necesidades físicas, sociales, psicológicas y espirituales.

Relación de profesionales: equipo multidisciplinar compuesto por médicos paliativistas, enfermería, psicólogo, servicio de pastoral de la salud, atención al paciente y voluntariado.

Responsable médico: Dra. Gabriela Picoo

Otros Profesionales: Iosu Cabodevilla (Psicólogo), M^a Cruz Ibero (Supervisora enfermería)

Equipo de Soporte de Atención Domiciliaria

Hospital San Juan de Dios

Beloso Alto, 3. 31006 Pamplona
Teléfono: 948 231 800 Fax: 948 231 855
E-mail: adp@ohsjd.es

Descripción del recurso:

Equipo que en coordinación con Atención Primaria visita a pacientes paliativos en su propio domicilio y a su vez, atienden de forma ambulatoria en consulta externa a los pacientes que requieran una atención específica. En la actualidad dispone de tres equipos que cubren todo el territorio de Navarra.

Responsable médico: Dra. Helena Escalada

Otros Profesionales: Dr. Marcos Lama, Dra. Rocío Rojí, Dr. Claudio Calvo, Ana Belén Ochoa (enfermera), Raquel Gorricho (enfermera), Lucía Ruiz de Galarreta (enfermera)

Equipo de Atención Psicosocial

Hospital San Juan de Dios

Beloso Alto, 3. 31006 Pamplona
Teléfono: 948 231 800 Fax: 948 230 607
E-mail: eaps@ohsjd.es

Descripción del recurso:

Equipo de Atención Psicosocial creado en el año 2008, cuya atención se dirige a personas con enfermedades avanzadas y a sus familiares, con el objetivo de contribuir a la mejora de la calidad de vida de este tipo de personas y apoyar a los profesionales que las atienden.

Relación de profesionales: tres psicólogos clínicos.

Responsable / Coordinador: Iosu Cabodevilla (Psicólogo)

Otros Profesionales: Ana Baños (Psicóloga), Yolanda Santesteban (Psicóloga)

Unidad de Cuidados Paliativos de Tudela

Unidad Asistencial San Juan de Dios de Tudela

Torre Monreal, 13. 31500 Tudela
Teléfono: 948 414 030 Fax: 948 292 566
E-mail: hsjdtudela@ohsjd.es

Descripción del recurso:

Unidad Asistencial dependiente del Hospital San Juan de Dios de Pamplona, creada en el año 2008 que atiende entre otros, a pacientes paliativos y a sus familiares pertenecientes al área de Salud de Tudela.

Responsable médico: Dra. Valentina Fernández

Responsable de enfermería: Susana Martínez

Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas

Clínica Universidad de Navarra

Pío XII, 36. 31008 Pamplona

Teléfono: 948 255 400 Fax: 948 255 500

E-mail: ccenteno@unav.es

Web: <http://www.cun.es/la-clinica/servicios-medicos/medicina-paliativa/>

Descripción del recurso:

La Unidad de Medicina Paliativa de CUN inició su actividad en 2004 como un nuevo desarrollo de la Dirección Médica. Trabaja como un equipo de consultores de casos complejos con un catálogo de actuaciones definido. Atiende a los pacientes de cualquier servicio o departamento a requerimiento de sus responsables. Los pacientes pueden estar hospitalizados o en consulta externa, pero la Unidad no tiene una estructura física propia: los pacientes reciben la atención en el lugar de la Clínica que se encuentren. Para la atención domiciliar se coordina en Navarra con los equipos específicos de paliativos del Servicio Navarro de Salud, Hospital San Juan de Dios, y en el resto del territorio con cualquier equipo de paliativos o de atención primaria que corresponda a sus pacientes cuando están en su domicilio.

Relación de profesionales: El equipo está compuesto por dos médicos, dos enfermeras y un psicólogo clínico.

Responsable médico: Dr. Carlos Centeno

Psicólogo clínico: Dra. Marina Martínez

Otros profesionales: Dra. Marian Portela, Julia Urdiröz (enfermera), Ana Larumbe (enfermera)

4. CUIDADOS PALIATIVOS EN LAS ZONAS BÁSICAS DE SALUD

El Equipo de Atención Primaria es el principal protagonista del manejo del paciente en cuidados paliativos. Está compuesto por profesionales médicos, profesionales de enfermería, trabajadores sociales y administrativos perfectamente capacitados y accesibles para el correcto manejo de las diferentes situaciones a las que tanto el enfermo como su familia se pueden enfrentar. Tanto por la formación continuada que reciben como por la posibilidad de apoyarse en aquellos casos complejos en los Equipos de Soporte Domiciliario, se puede en una gran mayoría de los casos llegar a controlar, las diferentes situaciones, fluctuantes y cambiantes, desde atención primaria.

Si el paciente no se puede desplazar al centro, los profesionales de atención primaria van a su domicilio para hacer una valoración integral del paciente y familia, abordando los diferentes aspectos de las necesidades tanto físicas, psíquicas como sociales.

Los profesionales de medicina de Atención Primaria también se coordinan con los equipos de Urgencias Extrahospitalarias para poder atender al paciente en caso de necesidad fuera del horario del centro.

En Atención Primaria se dispone de recetas especiales para poder proveer de la medicación necesaria para el correcto control del dolor con opioides, si es el caso, y para los diferentes síntomas que pueden ir apareciendo a lo largo de la enfermedad.

En caso de necesidad seguirá existiendo la posibilidad de coordinarse con diferentes especialistas hospitalarios si la evolución de la enfermedad así lo requiriese, a pesar de que la mayoría de procesos van a poder controlarse en atención primaria con ayuda en algunos casos de los equipos de soporte domiciliario.

CUIDADOS PALIATIVOS EN LAS ZONAS BÁSICAS DE SALUD

La manera de requerir la asistencia de algún profesional del equipo es la habitual, llamando para concertar una cita con el profesional al número de teléfono de cita previa del centro. En caso de encontrarse fuera del horario de atención normal, se puede acceder llamando al 112 y demandar una cita del equipo del Servicio de Urgencias Extrahospitalarias.

CUIDADOS PALIATIVOS EN LAS ZONAS BÁSICAS DE SALUD

CENTRO DE SALUD ALLO

Lerín, s/n.
31262 Allo

E-mail: csallo@cfnavarra.es
E-mail director: dirallo@cfnavarra.es

Teléfono: 948 523 960
Fax: 948 523 961

CENTRO DE SALUD ALTSASU / ALSASUA

Zelandi, s/n.
31800 Altsasu / Alsasua

E-mail: csalsasu@cfnavarra.es
E-mail director: diraltsa@cfnavarra.es

Teléfono: 948 564 965
Fax: 948 564 826

CENTRO DE SALUD ANCIN-AMESCOA

La Vía, 14
31281 Ancín

E-mail: csancin@cfnavarra.es
E-mail director: dirancin@cfnavarra.es

Teléfono: 948 534 602
Fax: 948 534 669

CENTRO DE SALUD ANSOAIN

Plaza Euskalerría, s/n.
31013 Ansoain

E-mail: csansoi@cfnavarra.es
E-mail director: diransoa@cfnavarra.es

Teléfono: 948 136 250
Fax: 948 136 247

CENTRO DE SALUD AOIZ

Domingo Elizondo, s/n.
31430 Aoiz

E-mail: csaoiz@cfnavarra.es
E-mail director: diraoiz@cfnavarra.es

Teléfono: 948 336 600
Fax: 948 336 644

CENTRO DE SALUD ARTAJONA

Cañada Real, s/n.
31251 Larraga

E-mail: csartajo@cfnavarra.es
E-mail director: dirartaj@cfnavarra.es

Teléfono: 948 711 770
Fax: 948 711 828

CENTRO DE SALUD AURITZ-BURGUETE

Berexi, s/n.
31640 Auritz-Burguete

E-mail: csburgue@cfnavarra.es
E-mail director: dirburgu@cfnavarra.es

Teléfono: 948 760 300
Fax: 948 760 360

CENTRO DE SALUD AZPILAGAÑA

Luis Morondo, 1
31006 Pamplona

E-mail: csazpila@cfnavarra.es
E-mail director: dirazpil@cfnavarra.es

Teléfono: 948 290 480
Fax: 948 290 479

CENTRO DE SALUD **BARAÑAIN I**

Avenida Comercial, s/n.
31010 Barañain

E-mail: csbarana@cfnavarra.es
E-mail director: DIRBARAN1@cfnavarra.es

Teléfono: 948 198 330
Fax: 948 198 329

CENTRO DE SALUD **BARAÑAIN II**

Plaza Caimito Guayabal, 1
31010 Barañain

E-mail: CSBARANA2@cfnavarra.es
E-mail director: dirbaran@cfnavarra.es

Teléfono: 948 287 529
Fax: 948 287 542

CENTRO DE SALUD **BERRIOZAR**

Kaleberri, 7
31013 Berriozar

E-mail: csberrio@cfnavarra.es
E-mail director: dirberri@cfnavarra.es

Teléfono: 948 309 466
Fax: 948 309 468

CENTRO DE SALUD **BUÑUEL**

Cristobal Colón, 19
31540 Buñuel

E-mail: csbunuel@cfnavarra.es
E-mail director: dirbunue@cfnavarra.es

Teléfono: 948 832 032
Fax: 948 832 034

CENTRO DE SALUD **BURLADA**

La Fuente, s/n.
31600 Burlada

E-mail: csburlad@cfnavarra.es
E-mail director: dirburla@cfnavarra.es

Teléfono: 948 136 260
Fax: 948 136 261

CENTRO DE SALUD CARCASTILLO

Posito, s/n.
31310 Carcastillo

E-mail: cscarcas@cfnavarra.es
E-mail director: dircarca@cfnavarra.es

Teléfono: 948 725 801
Fax: 948 725 832

CENTRO DE SALUD CASCANTE

Avenida Caridad, s/n.
31520 Cascante

E-mail: cscasca@cfnavarra.es
E-mail director: dircasca@cfnavarra.es

Teléfono: 948 844 560
Fax: 948 844 562

CENTRO DE SALUD CASCO VIEJO

Compañía, 8
31001 Pamplona

E-mail: cscascov@cfnavarra.es
E-mail director: dircasco@cfnavarra.es

Teléfono: 948 206 410
Fax: 948 206 409

CENTRO DE SALUD CHANTREA

San Cristobal, s/n.
31015 Pamplona

E-mail: cschantr@cfnavarra.es
E-mail director: dirtxant@cfnavarra.es

Teléfono: 948 136 272
Fax: 948 136 118

CENTRO DE SALUD CINTRUÉNIGO

Rivera, 2
31592 Cintruénigo

E-mail: cscintru@cfnavarra.es
E-mail director: dircintr@cfnavarra.es

Teléfono: 948 815 133
Fax: 948 815 135

CUIDADOS PALIATIVOS EN LAS ZONAS BÁSICAS DE SALUD

CENTRO DE SALUD CORELLA

Maria Teresa, s/n.
31591 Corella

E-mail: cscorell@cfnavarra.es
E-mail director: dircorell@cfnavarra.es

Teléfono: 948 782 135
Fax: 948 782 137

CENTRO DE SALUD DONEZTEBE / SANTESTEBAN

Barrio San Miguel, 9
31740 Doneztebe / Santesteban

E-mail: cssantes@cfnavarra.es
E-mail director: dirsante@cfnavarra.es

Teléfono: 948 456 001
Fax: 948 456 137

CENTRO DE SALUD ECHAVACOIZ

San Raimundo, s/n.
31009 Pamplona

E-mail: csechava@cfnavarra.es
E-mail director: jeechava@cfnavarra.es

Teléfono: 948 198 338
Fax: 948 198 587

CENTRO DE SALUD ELIZONDO

Francisco Joaquín de Iriarte, s/n.
31700 Elizondo

E-mail: cselizon@cfnavarra.es
E-mail director: direlizo@cfnavarra.es

Teléfono: 948 581 832
Fax: 948 581 801

CENTRO DE SALUD ERMITAGAÑA

Ermitagaña, 20
31008 Pamplona

E-mail: csermita@cfnavarra.es
E-mail director: dirermit@cfnavarra.es

Teléfono: 948 198 350
Fax: 948 198 589

CENTRO DE SALUD ESTELLA

Paseo Inmaculada, 39
31200 Estella

E-mail: csestell@cfnavarra.es
E-mail director: direstel@cfnavarra.es

Teléfono: 948 556 287
Fax: 948 556 496

CENTRO DE SALUD ETXARRI-ARANATZ

Larrañeta, s/n.
31820 Etxarri-Aranatz

E-mail: csetxara@cfnavarra.es
E-mail director: diretxar@cfnavarra.es

Teléfono: 948 567 061
Fax: 948 567 062

CENTRO DE SALUD HUARTE

Zarrandoa, s/n.
31620 Huarte

E-mail: cshuarte@cfnavarra.es
E-mail director: dirhuart@cfnavarra.es

Teléfono: 948 335 080
Fax: 948 335 079

CENTRO DE SALUD II ENSANCHE

Aoiz, 35
31004 Pamplona

E-mail: cs2ensa@cfnavarra.es
E-mail director: dir2ensa@cfnavarra.es

Teléfono: 848 429 296
Fax: 848 429 287

CENTRO DE SALUD IRURTZUN

Plaza del Concejo, s/n.
31860 Irurtzun

E-mail: csirurtz@cfnavarra.es
E-mail director: dirirurt@cfnavarra.es

Teléfono: 948 507 035
Fax: 948 507 036

CENTRO DE SALUD ISABA

Carretera Isaba, s/n.
31417 Isaba

E-mail: csisaba@cfnavarra.es
E-mail director: dirisaba@cfnavarra.es

Teléfono: 948 893 444
Fax: 948 893 384

CENTRO DE SALUD ITURRAMA

Serafín Olave, s/n.
31007 Pamplona

E-mail: csiturra@cfnavarra.es
E-mail director: diriturr@cfnavarra.es

Teléfono: 948 198 363
Fax: 948 198 591

CENTRO DE SALUD LEITZA

Amazabal, s/n.
31880 Leitza

E-mail: csleitza@cfnavarra.es
E-mail director: dirleitz@cfnavarra.es

Teléfono: 948 510 833
Fax: 948 510 832

CENTRO DE SALUD LESAKA

Antoiu, 36
31770 Lesaka

E-mail: cslesaka@cfnavarra.es
E-mail director: dirlesak@cfnavarra.es

Teléfono: 948 638 130
Fax: 948 638 131

CENTRO DE SALUD LODOSA

Los Fueros, s/n.
31580 Lodosa

E-mail: cslodosa@cfnavarra.es
E-mail director: dirlodos@cfnavarra.es

Teléfono: 948 662 360
Fax: 948 662 362

CENTRO DE SALUD LOS ARCOS

Del Peso, 4
31210 Los Arcos

E-mail: cslarcos@cfnavarra.es
E-mail director: dirlarco@cfnavarra.es

Teléfono: 948 640 860
Fax: 948 640 861

CENTRO DE SALUD MENDILLORRI

Señorio Sarriguren, s/n.
31016 Mendillorri

E-mail: csmendil@cfnavarra.es
E-mail director: dirmendi@cfnavarra.es

Teléfono: 948 163 982
Fax: 948 163 987

CENTRO DE SALUD MILAGROSA

Gayarre, 1-A
31005 Pamplona

E-mail: csmilagr@cfnavarra.es
E-mail director: dirmilag@cfnavarra.es

Teléfono: 948 290 474
Fax: 948 290 473

CENTRO DE SALUD NOAIN

Carretera Vieja Aeropuerto, s/n.
31110 Noain

E-mail: csnoain@cfnavarra.es
E-mail director: dirnoain@cfnavarra.es

Teléfono: 948 368 156
Fax: 948 368 033

CENTRO DE SALUD OLITE

Alcalde Maillata, 9
31390 Olite

E-mail: csolite@cfnavarra.es
E-mail director: dirolite@cfnavarra.es

Teléfono: 948 741 701
Fax: 948 741 733

CENTRO DE SALUD **ORKOIEN**

Carretera Echauri, s/n.
31160 Orkoien

E-mail: csorcoye@cfnavarra.es
E-mail director: dirorcoy@cfnavarra.es

Teléfono: 948 321 125
Fax: 948 321 126

CENTRO DE SALUD **PERALTA**

Avenida Paz, 35
31350 Peralta

E-mail: csperalt@cfnavarra.es
E-mail director: dirperal@cfnavarra.es

Teléfono: 948 751 737
Fax: 948 751 738

CENTRO DE SALUD **PUENTE LA REINA**

San Pedro, s/n.
31100 Puente La Reina

E-mail: cpspuente@cfnavarra.es
E-mail director: dirpuent@cfnavarra.es

Teléfono: 948 348 003
Fax: 948 348 033

CENTRO DE SALUD **ROCHAPEA**

Uztarroz, 24
31014 Pamplona

E-mail: csrochap@cfnavarra.es
E-mail director: dirrocha@cfnavarra.es

Teléfono: 948 136 255
Fax: 948 136 251

CENTRO DE SALUD **SALAZAR**

Mayor, s/n.
31690 Ezcaróz

E-mail: cssalaza@cfnavarra.es
E-mail director: dirsalaz@cfnavarra.es

Teléfono: 948 890 640
Fax: 948 890 672

CENTRO DE SALUD SAN ADRIÁN

Luis Gurpegui, s/n.
31570 San Adrián

E-mail: cssadria@cfnavarra.es
E-mail director: dirsadri@cfnavarra.es

Teléfono: 948 672 004
Fax: 948 672 131

CENTRO DE SALUD SAN JORGE

Sanducelay, s/n.
31012 Pamplona

E-mail: cssjorge@cfnavarra.es
E-mail director: dirsjorg@cfnavarra.es

Teléfono: 948 136 601
Fax: 948 136 286

CENTRO DE SALUD SAN JUAN

Plaza Obispo Irurita, s/n.
31008 Pamplona

E-mail: cssanjua@cfnavarra.es
E-mail director: dirsanju@cfnavarra.es

Teléfono: 948 198 344
Fax: 948 198 343

CENTRO DE SALUD SANGÜESA

Cantolagua, s/n.
31400 Sangüesa

E-mail: cssangue@cfnavarra.es
E-mail director: dirsangu@cfnavarra.es

Teléfono: 948 871 441
Fax: 948 871 442

CENTRO DE SALUD TAFALLA

San Martín Unx, 11
31300 Tafalla

E-mail: cstafall@cfnavarra.es
E-mail director: dirtafal@cfnavarra.es

Teléfono: 948 704 034
Fax: 948 703 920

CUIDADOS PALIATIVOS EN LAS ZONAS BÁSICAS DE SALUD

CENTRO DE SALUD TUDELA ESTE

J.A. Fernández, s/n.
31500 Tudela

E-mail: cstudees@cfnavarra.es
E-mail director: dirtudee@cfnavarra.es

Teléfono: 948 848 066
Fax: 948 848 205

CENTRO DE SALUD TUDELA OESTE

Gayarre, 17
31500 Tudela

E-mail: cstudeo@cfnavarra.es
E-mail director: dirtudeo@cfnavarra.es

Teléfono: 948 848 190
Fax: 948 848 194

CENTRO DE SALUD ULTZAMA

San Pedro, 45
31797 Larraintzar

E-mail: csultzam@cfnavarra.es
E-mail director: dirultzam@cfnavarra.es

Teléfono: 948 309 350
Fax: 948 309 203

CENTRO DE SALUD VALTIERRA-CADREITA

De la Plana, s/n.
31514 Valtierra

E-mail: csvaltie@cfnavarra.es
E-mail director: dirvalti@cfnavarra.es

Teléfono: 948 843 260
Fax: 948 843 262

CENTRO DE SALUD VIANA

Plaza Sor Simona Oroz, s/n.
31230 Viana

E-mail: csviana@cfnavarra.es
E-mail director: dirviana@cfnavarra.es

Teléfono: 948 646 375
Fax: 948 646 374

CENTRO DE SALUD VILLATUERTA

Ozalder, 2
31132 Villatuerta

E-mail: csvillat@cfnavarra.es
E-mail director: dirvillat@cfnavarra.es

Teléfono: 948 536 007
Fax: 948 536 034

CENTRO DE SALUD VILLAVA

Plaza Miguel Indurain, s/n.
31610 Villava

E-mail: csvillav@cfnavarra.es
E-mail director: dirvilla@cfnavarra.es

Teléfono: 948 335 022
Fax: 948 335 076

CENTRO DE SALUD ZIZUR

Parque Erreniega, 26
31180 Zizur Mayor

E-mail: cszizur@cfnavarra.es
E-mail director: dirzizur@cfnavarra.es

Teléfono: 948 286 292
Fax: 948 286 295

S.O.S Navarra/Área de Coordinación y Dirección Emergencias

Aoiz, 35 bis
31004 Pamplona

112

Ir al Índice

5. PROGRAMAS DE APOYO PSICOLÓGICO EN LA ENFERMEDAD AVANZADA

A continuación se detallan los diferentes programas que hay en Navarra que ofrecen apoyo psicológico a pacientes con enfermedad avanzada y a sus familiares.

Asociación Española Contra el Cáncer (AECC)

En Hospitales (Hospital de Navarra, Hospital Reina Sofía de Tudela) y en la sede de la AECC. La AECC ofrece:

- Atención psicológica individual.
- Atención grupal puntual (según demanda y necesidades).
- Grupos estructurados: familiares, duelo.

Contacto:

AECC

Río Alzania, 31 - 1º F
31006 Pamplona (Navarra)
Teléfono: 948 212 697
Fax: 948 213 333
E-mail: navarra@aecc.es

Hospital San Juan de Dios

Ofrecen intervención psicosocial en la enfermedad y el duelo a tres niveles:

- Nivel I: Análisis de situaciones, elaboración de programas, seminarios...
- Nivel II: Revisión y asesoramiento de casos.
- Nivel III: Visita a pacientes y familiares, (domicilio o ambulatorio)

Esta intervención es ofrecida en los diferentes recursos de cuidados paliativos de que dispone el Hospital San Juan de Dios:

- Atención Psicológica a enfermos y familiares ingresados en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital San Juan de Dios de Pamplona.
- Atención Psicológica a enfermos y familiares ambulatorios de pacientes atendidos por los ESAD (Equipos de soporte y atención a domicilio) o por los Equipos de Atención Primaria.
- Atención Psicológica a enfermos y familiares ambulatorios de pacientes desde el EAPS (Equipo de Atención Psicosocial) (Programa La Caixa).
- Atención Psicológica a enfermos y familiares de pacientes ingresados en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital San Juan de Dios de Tudela (pendiente de confirmar, de momento es ofrecida por la AECC).

Contacto:

Hospital San Juan de Dios

Beloso Alto, 3

31006 Pamplona (Navarra)

Teléfono: 948 231 800

Fax: 948 231 855

Clínica Universidad de Navarra

- Atención psicológica a enfermos y familiares ingresados en la Clínica así como a pacientes ambulatorios en consulta externa.

Contacto:

Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas

Clínica Universidad de Navarra

Avda. Pio XII, 36

31008 Pamplona (Navarra)

Teléfono: 948 255 400

E-mail: mmargarcia@unav.es

Otros programas

Fundación SENDA (Tanatorio Irache): Ofrece atención al duelo a nivel individual y grupal y se trabaja en la promoción de actitudes saludables respecto a la muerte y al duelo.

Contacto:

Fundación Senda

Íñigo Arista, nº 11. Oficina 8.

31007 Pamplona (Navarra)

Teléfono y Fax: 948 258 153

Asociación Saray Cáncer de Mama: Ofrece atención psicológica a pacientes con cáncer de mama y sus familiares.

Contacto:

Cortes de Navarra, 7. 3º dcha.

31002 Pamplona (Navarra)

Tel. 948 229 444

Fax: 948 229 444

E-mail: info@asociacionsaray.com

Asociación de Enfermos de Alzheimer: Ofrece atención psicológica a familiares y enfermos de Alzheimer.

Contacto:

Pintor Maeztu, 2
31008 Pamplona (Navarra)
Teléfono: 948 275 252

Asociación de Esclerosis Múltiple: Ofrecen atención psicológica a familiares y enfermos de Esclerosis Múltiple

Contacto:

Lerin, 25 - planta baja
31013 Ansoain (Navarra)
Teléfonos: 948 355 864 / 948 384 396
Fax: 948 355 864
E-Mail: gestion@ademna.es
Web: <http://www.cocemfe.es/>

RECURSOS SOCIALES

sOs

6. DIRECTORIO DE SERVICIOS SOCIALES DE BASE

Los Servicios Sociales de Base son la unidad básica del Sistema Público de Servicios Sociales y se dirigen, sin discriminación, a toda la población.

Están constituidos por distintos profesionales: trabajadores sociales, educadores, trabajadoras familiares y administrativos que facilitan el acceso de los usuarios y la comunidad a los distintos recursos existentes.

Las actuaciones de los Servicios Sociales de Base se articulan, al menos, a través de cuatro programas:

- Programa de acogida y orientación social. Tiene carácter gratuito.
- Programa de promoción de la autonomía personal y atención a las personas en situación de dependencia.
- Programa de incorporación social en atención primaria.
- Programa de atención a la infancia y familia en atención primaria.

La Comunidad Foral de Navarra cuenta actualmente con Servicios Sociales de Base en todo su territorio. La mayoría trabajan mancomunadamente mediante la agrupación de varios municipios. En el caso de Pamplona el servicio está descentralizado en lo que llamamos Unidades de Barrio.

SERVICIOS SOCIALES DE BASE

SERVICIO SOCIAL DE BASE ALLO

Plaza de los Fueros, 7
31262 Allo

E-mail: ssballo@infolocal.org

Teléfono: 948 523 339 Fax: 948 523 393

.....

Abarca los municipios de Allo, Arellano, Arroniz (948 537 106) Barbarin, Dicastillo (948 527 302), Igúzquiza, Lerín (948 530 005), Luquin y Villamayor.

SERVICIO SOCIAL DE BASE ALTSASU / ALSASUA

García Ximenez, 42. 2º
31800 Altsasu / Alsasua

E-mail: ssbaltasu@infolocal.org

Teléfono: 948 467 662 Fax: 948 467 874

.....

Abarca los municipios de Alsasua, Olazagutía (948 562 446) y Ziordia.

SERVICIO SOCIAL DE BASE ANCÍN-AMÉSCOA

Carretera La Ermita, s/n.
31281 Ancín

E-mail: ssbancin@infolocal.org

Teléfono: 948 534 225 Fax: 948 534 302

.....

Abarca los municipios de: Abaigar, Larraona, Oco, Valle de Allín, Legaría, Olejua, Amescoba Baja, Mendaza (948 521 013), Otiñano (Conc. Municipal Torralba), Ancín (948 534 225), Metauten, Piedramillera, Arandarache, Mirafuentes, Sorlada, Murieta, Zúñiga, Etayo, Nazar, Eulate (948 543 778) y Lana

SERVICIO SOCIAL DE BASE **AOIZ**

Diego Elizondo, 1
31430 Aoiz

E-mail: ssbaoiz@infocal.org

Teléfono: 948 334 095 Fax: 948 334 297

.....

Abarca los municipios de: Arce, Izagondoa, Lizoain (Valle), Lóngida (948 336 585), Oroz Betelu (948 764 020), Unciti y Urroz.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **ARTAJONA**

Eugenio Mendioroz, 3. Bajo
31140 Artajona

E-mail: ssbartajona@infocal.org

Teléfono: 948 364 312 Fax: 948 364 581

.....

Abarca los municipios de: Berbinzana (948 722 119), Larraga (948 711 044) y Miranda de Arga (948 737 035).

SERVICIO SOCIAL DE BASE **AURITZ-BURGETE**

Dorrekoa,1
31640 Auritz-Burguete

E-mail: ssbauritz@infocal.org

Teléfono: 948 790 439 Fax: 948 790 494

.....

Abarca los municipios de: Abaurregaina, Valcarlos (948 790 117), Abaurrepea, Orbaizeta, Aria, Orbara, Arike (948 764 375), Roncesvalles, Erro (948 768 011), Garaioa, Garralda y Villanueva.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **BARAÑAIN**

Plaza de la Paz, s/n.
31010 Barañain

E-mail: ssbbaranain@infocal.org

Teléfono: 948 199 870 Fax: 948 199 871

SERVICIO SOCIAL DE BASE **BERRIOZAR**

Avenida de Berriozar, 10
31013 Berriozar

E-mail: ssbberriozar@infocal.org

Teléfono: 948 300 007 Fax: 948 300 950

.....

Abarca los municipios de: Ansoain (948 132 207), Berrioplano, Iza y Juslapeña.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **BUÑUEL**

Mayor, 5
31540 Buñuel

E-mail: ssbbuñuel@infocal.org

Teléfono: 948 833 556 Fax: 948 833 411

.....

Abarca los municipios de: Cabanillas (948 810 107), Cortes (948 810 801), Fustiñana (948 840 015), Ribaforada (948 844 366) y Fontellas (948 825 158).

SERVICIO SOCIAL DE BASE **BURLADA**

Landazabal, 5 bis
31600 Burlada

E-mail: ssbburlada@infocal.org

Teléfono: 948 136 636 Fax: 948 136 338

SERVICIO SOCIAL DE BASE **CARCASTILLO**

Plaza de la Iglesia, 3. 1º
31310 Carcastillo

E-mail: ssbcarcastillo@infocal.org

Teléfono: 948 725 401 Fax: 948 715 817

.....

Abarca los municipios de: Mélida (948 746 015), Murillo el Fruto (948 715 001) y Santacara (948 746 603).

SERVICIO SOCIAL DE BASE **CASTEJÓN**

Plaza de los Fueros, 1
31590 Castejón

E-mail: ssbcastejon@infolocal.org

Teléfono: 948 844 060 Fax: 948 770 775

SERVICIO SOCIAL DE BASE **CASCANTE**

Plaza de los Fueros, 1
31520 Cascante

E-mail: ssbcascante@infolocal.org

Teléfono: 948 850 659 Fax: 948 850 659

.....

Abarca los municipios de: Ablitas (948 813 212), Barillas (948 850 038), Monteagudo (948 816 623), Murchante (948 838 084) y Tulebras (948 850 015).

SERVICIO SOCIAL DE BASE **CINTRUÉNIGO**

Plaza Capuchinos, s/n.
31592 Cintruénigo

E-mail: ssbcintfit@infolocal.org

Teléfono: 948 812 281 Fax: 948 811 191

.....

Abarca el municipio de Fitero (948 776 406).

SERVICIO SOCIAL DE BASE **CORELLA**

Emilio Malumbres, 11
31591 Corella

E-mail: ssbcorella@infolocal.org

Teléfono: 948 080 080 Fax: 948 080 082

SERVICIO SOCIAL DE BASE **DONEZTEBE / SANTESTEBAN**

Mercaderes, 17. Bajo
31740 Doneztebe / Santesteban

E-mail: ssbdoneztebe@infolocal.org

Teléfono: 948 451 746 Fax: 948 451 770

Abarca los municipios de: Bertizarana, Donamaría, Elgorriaga, Eratsun, Ezcurra, Ituren, Labaien, Oitz, Saldías, Sunbilla, Urrotz y Zubieta.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **EGÜÉS**

San Martín, 25
31486 Egüés

E-mail: ssbegues@infolocal.org

Teléfono: 948 331 611 Fax: 948 332 182

Abarca los municipios de: Alzuza, Ardanaz, Azpa, Badostain, Echalaz, Agulbati, Elcano, Elía, Eransus, Gorraiz, Ibiricu, Olaz, Sagaseta, Sarriguren y Ustarroz.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **ELIZONDO**

Plaza de Los Fueros, s/n.
31700 Elizondo

E-mail: ssbelizondo@infolocal.org

Teléfono: 948 580 006 Fax: 948 452 269

Abarca los municipios de: Almandotz, Anitz, Aizkun, Arraioz, Azpilicueta, Baztan, Berrueta, Elbetea, Erratzu, Gartzain, Irurita, Lekaroz, Maia/Amaiur, Oronotz, Urdazubi/Urdax (948 599 034), Zugarramurdi (948 599 060) y Ziga.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **ESTELLA**

Paseo Inmaculada, 1
31200 Estella

E-mail: ssbestella@infolocal.org

Teléfono: 948 548 236 Fax: 948 548 232

Abarca los municipios de: Aberin, Ayegui (948 556 049) y Morentin.

SERVICIO SOCIAL DE BASE ETXARRI-ARANATZ

Nagusia, 28
31820 Etxarri-Aranatz

E-mail: ssbetxarri@infolocal.org

Teléfono: 948 460 752 Fax: 948 460 729

.....
Abarca los municipios de: Arbizu, Bakaikua, Ergoiena, Iturmendi, Lakuntza y Urdiain.

SERVICIO SOCIAL DE BASE HUARTE

Plaza San Juan, 1. 3º
31620 Huarte

E-mail: ssbhuarte@infolocal.org

Teléfono: 948 331 309 Fax: 948 335 027

.....
Abarca los municipios del valle de Esteribar (948 304 345).

SERVICIO SOCIAL DE BASE IRURTZUN

Trinidad, 24. Bajo Izquierda
31860 Irurtzun

E-mail: ssbirurtzun@infolocal.org

Teléfono: 948 600 694 Fax: 948 600 434

.....
Abarca los municipios de: Araitz (948 513 087), Arakil, Arruazu, Betelu (948 513 011), Imotz, Irañeta, Larraun (948 504 207), Lekumberri y Uharte-Arakil (948 464 036).

SERVICIO SOCIAL DE BASE ISABA

Bormapea, s/n.
31417 Isaba

E-mail: ssbisaba@infolocal.org

Teléfono: 948 893 306 Fax: 948 893 384

.....
El Servicio se encuentra ubicado en el Centro de Salud y abarca los siguientes municipios: Burgui (948 477 058), Castillo Nuevo, Garde, Roncal (948 475 134), Urzainqui, Uztarroz y Vidángoz.

SERVICIO SOCIAL DE BASE LEITZA

Patxi Arrazola, 24
31880 Leitza

E-mail: ssbleitza@infolocal.org

Teléfono: 948 510 840 Fax: 948 510 832

Abarca los municipios de: Arano (948 514 045), Areso (948 510 327) y Goizueta (948 514 313).

SERVICIO SOCIAL DE BASE LESAKA

Andutzeta,15
31760 Etxalar

E-mail: ssblesaka@infolocal.org

Teléfono: 948 635 036 Fax: 948 635 254

Abarca los municipios de: Arantzeta (948 634 005), Bera (948 630 005), Lesaka (948 637 061), Igantzi (948 637 781) y Etxalar (948 635 036).

SERVICIO SOCIAL DE BASE LODOSA

Plaza Ayuntamiento, 2
31587 Mendavia

E-mail: ssblodosa@infolocal.org

Teléfono: 948 695 101 Fax: 948 695 132

Abarca los municipios de: Lazagurría (948 443 005), Lodosa (948 694 028), Mendavia (948 695 101), Sartaguda (948 667 007) y Sesma (948 698 019).

SERVICIO SOCIAL DE BASE LOS ARCOS

San Lázaro, 2
31210 Los Arcos

E-mail: ssblosarcos@infolocal.org

Teléfono: 948 640 761 Fax: 948 640 761

Abarca los municipios de: Aguilar de Codés, Torres del Río, Armañanzas, Azuelo, Bargota, El Busto, Desojo, Espronceda, Mues, Sansol, Torralba (excepto concejo de Otiñano).

SERVICIO SOCIAL DE BASE NOAIN

Plaza San Miguel, 5. Bajo
31110 Noain

E-mail: ssbnoain@infocal.org

Teléfono: 948 318 287 Fax: 948 312 666

Abarca los municipios de: Beriain (948 310 594), Biurrun-Olcoz, Valle de Elorz, Galar, Valle Ibargoiti, Monreal, Tiebas-Muruarte de Reta y Unzué.

SERVICIO SOCIAL DE BASE OLITE

Paseo de Dña. Leonor, 12
31390 Olite

E-mail: ssbolite@infocal.org

Teléfono: 948 740 329 Fax: 948 740 329

Abarca los municipios de: Beire, Caparroso (948 730 033), Murillo el Cuende, Pitillas (948 745 005), San Martín de Unx (948 738 006) y Ujué (948 738 129).

SERVICIO SOCIAL DE BASE ORKOIEN

Plaza Iturgain, 1
31160 Orkoien

E-mail: ssborkoien@infocal.org

Teléfono: 948 321 031 Fax: 948 343 244

Abarca los municipios de: Belascoain, Ciriza, Echarri, Etxauri (948 329 310), Goñi, Olo, Olza-Olorbia (948 322 068), Bidaurreta y Zabalza.

SERVICIO SOCIAL DE BASE PERALTA

Avenida Estación, 2. Bajo.
31340 Marcilla

E-mail: ssbperalta@infocal.org

Teléfono: 948 751 679 Fax: 948 713 842

Abarca los municipios de: Falces (948 714 884), Funes (948 754 231), Marcilla (948 757 620) y Peralta (948 751 679).

SERVICIO SOCIAL DE BASE **PUENTE LA REINA**

Mayor, 99
31100 Puente la Reina

E-mail: ssbpueblo@infocal.org

Teléfono: 948 340 879 Fax: 948 341 305

Abarca los municipios de: Adios, Añorbe (948 350 006), Artazu, Cirauqui (948 342 080), Enériz (948 350 100), Guirguillano, Legarda, Mañeru (948 340 479), Mendigorria (948 340 011), Muzabal (948 344 062), Obanos (948 344 030), Tirapu, Ucar, Uterga.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **SALAZAR**

Rochapea, 13
31690 Ezcároz

E-mail: ssbsalazar@infocal.org

Teléfono: 948 890 529 Fax: 948 890 606

Abarca los municipios de: Esparza, Ezcároz, Gallues, Güesa, Izalzu, Jaurrieta, Navascués, Ochagavía, Oronz y Sarriés.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **SAN ADRIÁN**

Plaza Los Fueros, 1. 1º
31570 San Adrián

E-mail: ssbsanadrian@infocal.org

Teléfono: 948 671 539 Fax: 948 671 539

Abarca los municipios de: Andosilla (948 931 998), Azagra (948 692 042) y Cárcar (948 674 175)

SERVICIO SOCIAL DE BASE **SANGÜESA**

Mayor, 9-11
31400 Sangüesa

E-mail: ssbsanguesa@infocal.org

Teléfono: 948 430 436 Fax: 948 870 354

Abarca los municipios de: Aibar, Cáseda, Eslava, Ezprogui, Gallipienzo, Javier, Leache, Lerga, Liédena, Lumbier, Petilla de Aragón, Romanzado, Sada, Urraúl Alto y Bajo y Yesa.

SERVICIO SOCIAL DE BASE TAFALLA

Plaza de Navarra, 7
31300 Tafalla

E-mail: ssbtafalla@infolocal.org

Teléfono: 948 701 811 Fax: 948 703 239

Abarca los municipios de: Barasoain (948 720 041), Garinoain, Leoz (Valle: 948 752 005), Mendivil, Olóriz, Orisoain, Pueyo, Solchaga (Concejo Municipio Olóriz).

SERVICIO SOCIAL DE BASE TUDELA

Díaz Bravo, 26
31500 Tudela

E-mail: ssbtudela@infolocal.org

Teléfono: 948 826 761 Fax: 948 821 693

SERVICIO SOCIAL DE BASE ULTZAMA

San Pedro, 11
31797 Larrainzar

E-mail: ssbultzama@infolocal.org

Teléfono: 948 305 353 Fax: 948 305 332

Abarca los municipios de: Anue (Olague)(948 307 041), Atez (948 306 564), Basaburua (948 503 035), Lantz y Odieta (948 307 258).

SERVICIO SOCIAL DE BASE VALLE DE ARANGUREN

Las Escuelas, 9
31192 Mutilva Baja

E-mail: ssbaranguren@infolocal.org

Teléfono: 948 151 382 Fax: 948 243 491

Abarca los municipios de: Góngora, Ilundain, Labiano, Laquidain, Mutilva Alta y Baja, Tajonar y Zolina.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **VALTIERRA**

Plaza Ayuntamiento, 1
31515 Cadreita

E-mail: ssbvaltierra@infolocal.org

Teléfono: 948 844 802 Fax: 948 844 803

Abarca los municipios de: Arguedas (948 830 487), Valtierra (948 407 535), Milagro (948 409 030), Villafranca (948 845 498) y Cadreita (948 844 802).

SERVICIO SOCIAL DE BASE **VIANA**

Plaza de los Fueros, 1
31230 Viana

E-mail: ssbviana@infolocal.org

Teléfono: 948 645 851 Fax: 948 646 374

Abarca los municipios de: Aras, Cabredo, Genevilla, Lapoblacion y Marañón.

SERVICIO SOCIAL DE BASE **VILLATUERTA**

Plaza Mayor, s/n.
31178 Abárzuza

E-mail: ssbvillatuerta@infolocal.org

Teléfono: 948 520 233 Fax: 948 520 233

Abarca los municipios de: Guesalaz, Lezaun, Oteiza (948 543 128), Salinas de Oro, Yerri (Valle), Villatuerta (948 536 007)

SERVICIO SOCIAL DE BASE **VILLAVA**

Mayor, 22
31610 Villava

E-mail: ssbvillava@infolocal.org

Teléfono: 948 130 734 Fax: 948 136 386

Abarca los municipios de: Ezcabarte y Olaiibar.

SERVICIO SOCIAL DE BASE ZIZUR

Avenida de Belascoain, 10
31180 Zizur Mayor

E-mail: ssbzizur@infolocal.org

Teléfono: 948 182 663 Fax: 948 185 381

.....

Abarca los municipios de Zizur Mayor y Zizur Menor.

UNIDADES DE BARRIO

UNIDAD DE BARRIO **SAN JORGE-BUZTINTXURI**

Sanducelay, 7. Bajo
31012 Pamplona

E-mail: r.elizalde@pamplona.es

Teléfono: 948 420 760 / 948 420 780 Fax: 948 279 755

UNIDAD DE BARRIO **CASCO VIEJO**

Jarauta, 43. Bajo
31001 Pamplona

E-mail: m.barasoain@pamplona.es

Teléfono: 948 420 762 Fax: 948 223 684

UNIDAD DE BARRIO **LA CHANTREA**

Villafranca, s/n.
31015 Pamplona

E-mail: mv.lizarraga@pamplona.es

Teléfono: 948 420 764 Fax: 948 122 096

UNIDAD DE BARRIO **ERMITAGAÑA**

Ermitagaña, 42-44. Bajo
31008 Pamplona

E-mail: a.gorritz@pamplona.es

Teléfono: 948 420 770 Fax: 948 175 177

UNIDAD DE BARRIO **ECHAVACOIZ**

Grupo Urdánoz, 7. Bajo
31009 Pamplona

E-mail: p.gallart@pamplona.es

Teléfono: 948 420 766 Fax: 948 173 633

UNIDAD DE BARRIO ENSANCHE

Padre Calatayud, 4-6. Bajo
31003 Pamplona

E-mail: j.sada@pamplona.es

Teléfono: 948 420 768 Fax: 948 239 523

UNIDAD DE BARRIO ITURRAMA

Serafin Olave, 6 (trasera)
31007 Pamplona

E-mail: b.cardiel@pamplona.es

Teléfono: 948 420 772 Fax: 948 276 200

UNIDAD DE BARRIO MENDILLORRI

Concejo de Sarriguren, 3. Bajo
31016 Pamplona

E-mail: y.urdaniz@ayto-pamplona.es

Teléfono: 948 420 774 Fax: 948 164 153

UNIDAD DE BARRIO LA MILAGROSA

Río Irati, 9-11 (trasera)
31005 Pamplona

E-mail: m.beorlegui@pamplona.es

Teléfono: 948 420 776 Fax: 948 247 685

UNIDAD DE BARRIO LA ROCHAPEA

Marcelo Celayeta, 51 ("Edificio la Carbonilla")
31014 Pamplona

E-mail: a.inigo@pamplona.es

Teléfono: 948 420 778 Fax: 948 133 594

UNIDAD DE BARRIO SAN JUAN

Monasterio de Tulebras, 3. Bajo
31011 Pamplona

E-mail: j.legal@pamplona.es

Teléfono: 948 420 782 Fax: 948 177 284

7. RECURSOS SOCIALES Y ECONÓMICOS

Hay pacientes cuya situación socioeconómica varía al verse afectados por una situación de enfermedad avanzada: cambio de rol en la familia, pérdida de poder adquisitivo, etc. Por ello, es importante que se conozcan las distintas prestaciones tanto económicas como sociales a las que pueden tener acceso. A través de las mismas, puede mejorar la calidad de vida del paciente con enfermedad avanzada y de su entorno familiar.

En esta guía se enumeran algunas de estas ayudas ofertadas por el Instituto Navarro de Bienestar Social (INBS) y por el Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS).

El Gobierno de Navarra a través de su Cartera de Servicios pone a disposición de la ciudadanía navarra una serie de servicios, recursos y ayudas públicas en el ámbito social. Reconoce que los Servicios Sociales son un derecho del ciudadano.

Cada paciente vivirá una situación específica y necesitará unas prestaciones determinadas que le ayuden a mejorar esa situación. A través de los trabajadores sociales (de los Servicios Sociales de Base, de los Centros de Salud, del ámbito Hospitalario o de otras Entidades Sociales) recibirá toda la información necesaria para su valoración y tramitación.

AYUDAS SOCIALES

Ayudas para atención en el domicilio de Personas Dependientes

Descripción del recurso:

Ayudas para cuidados en el entorno familiar para las personas dependientes. Prestación económica para la obtención de ayudas en los cuidados necesarios para el desempeño de las actividades básicas de la vida diaria en el domicilio. Destinada a personas con gran dependencia nivel 1 y 2 y con dependencia severa nivel 1 y 2. Existen dos tipos de modalidades para dicha prestación: para apoyo a cuidadores no profesionales o vinculada a un contrato.

De interés para:

Personas en situación de dependencia.

.....

Para acceder a esta prestación se debe contar con la valoración de la Ley de Dependencia. Los trámites deben realizarse a través de los Trabajadores Sociales de su zona.

Servicio Telefónico de Emergencia

Descripción del recurso:

Servicio preventivo y asistencial para proporcionar seguridad en el domicilio y atención a las emergencias de las personas usuarias. Mediante un medallón o pulsera sujeto al cuerpo de la persona usuaria, se activa una alarma que comunica con el 112 (SOS Navarra). Como servicios complementarios tiene las llamadas al usuario para hacer seguimiento de su situación y la detección de falta de movimiento durante un periodo determinado en un lugar concreto del domicilio.

De interés para:

Personas mayores de 65 años o menores de dicha edad cuyas circunstancias físicas, de salud o familiares lo requieran.

.....

El teléfono de emergencia es válido dentro del domicilio. A través de un medallón se conecta con el 112 sin necesidad de acercarse al teléfono ni tener que marcar numeración. El trámite se realiza a través de los Trabajadores Sociales de su zona de residencia.

Servicio de Atención a Domicilio

Descripción del recurso:

Servicio municipal dirigido a la población con limitaciones para la cobertura de las necesidades básicas en su medio habitual y que ofrece la prestación de una serie de servicios de carácter individual, pudiendo ser de carácter temporal o permanente en función de cada situación, procurando la mejor integración de la persona en su entorno, el incremento de su autonomía personal y la mejora de su calidad de vida.

De interés para:

Personas que necesitan ayuda de profesionales en el entorno familiar y social para cubrir sus necesidades básicas de alimentación, higiene personal, limpieza doméstica y relación social.

.....

El servicio se tramita a través de los trabajadores sociales de los Servicios Sociales de Base y en Pamplona a través de las Unidades de Barrio que disponen de personal específico para la gestión de este programa. El Ayuntamiento de Pamplona cuenta también con el servicio de comida a domicilio.

Ayudas extraordinarias Tercera Edad

Descripción del recurso:

Ayudas técnicas para personas mayores. Ayuda económica dirigida a favorecer la permanencia de la persona mayor en su entorno habitual, promoviendo la autonomía personal, facilitando la accesibilidad en la vivienda y la movilidad o mejorando su situación físico-sanitaria.

De interés para:

Personas mayores de 65 años

.....

Se tramitarán a través de la trabajadora social de su zona.

Valoración Grado de dependencia

Descripción del recurso:

Valorar, reconocer y acreditar el grado y nivel de dependencia con orientación de los cuidados que la persona pueda requerir.

De interés para:

Personas que puedan estar afectadas por algún grado de dependencia o de quien ostente su representación.

.....

Se tramitarán a través de la trabajadora social de su zona.

Ayudas extraordinarias de incorporación social

Descripción del recurso:

Resolver situaciones de emergencia originadas por la falta de recursos para hacer frente a gastos de carácter extraordinario.

De interés para:

Personas que se encuentran en situación de emergencia debido a la falta de recursos para hacer frente a gastos de carácter extraordinario.

.....

No se contemplan prestaciones de tipo sanitario (gafas, audífonos, dentista, intervenciones, etc. ni las específicamente educativas). Posibles conceptos a subvencionar son: vivienda, compra, (alquiler, amortización préstamo...), mobiliario básico, acondicionamiento, habitabilidad. Deuda seguridad social...

Prevención de la dependencia

Descripción del recurso:

Consiste en una serie de actividades llevadas a cabo en talleres con la finalidad de promover un estilo de vida activo y mantener unos niveles funcionales satisfactorios en las personas, al objeto de retrasar el mayor tiempo posible la dependencia, con una máxima calidad de vida.

De interés para:

Personas mayores de 65 años, pensionistas de jubilación e invalidez absoluta, pensionistas de viudedad o de otras pensiones a partir de 60 años. Cónyuges o parejas estables de los anteriores.

La solicitud se tiene que presentar en: Club de Jubilados el Vergel. Vergel, 4. 31014 Pamplona. Teléfono: 948 222 516.

Ingreso temporal en residencias para personas mayores o con discapacidad

Descripción del recurso:

Atención en residencia por un período inferior a tres meses para personas mayores de 65 años dependientes o personas con discapacidad.

De interés para:

Personas de más de 65 años o tener entre 18 y 64 y no poder vivir de modo independiente por razón de discapacidad o enfermedad.

Se realizará el trámite a través de la trabajadora social de su zona. El Instituto Navarro de Bienestar Social concede ayudas para pagar las estancias. Para ello aplica un baremo que tiene en cuenta los ingresos de la unidad familiar y la tarifa del centro. Con los ingresos temporales se trata de facilitar el descanso de los convivientes, así como estancias por convalecencia o recuperación del solicitante o por urgencia en el ámbito familiar.

Ingreso en Residencia

Descripción del recurso:

Prestar atención en residencia (alojamiento, manutención y atención sanitaria y social) en alguna de estas situaciones: válidas (con autonomía en su cuidado diario) o asistidas (con un determinado grado de dependencia o discapacidad que limita su nivel de autonomía)

De interés para:

Persona mayor de 65 años, menor de 65 años y tener imposibilidad de vivir independiente, bien por su incapacidad física o mental o por circunstancias de origen social. Personas mayores dependientes, en fases avanzadas de la enfermedad, que se adecuen al perfil de usuarios del centro.

Se realizará el trámite a través de la trabajadora social de su zona. El INBS gestiona la lista de espera para el acceso a plazas propias y concertadas. Valora la necesidad de acuerdo con el nivel de necesidad de cuidados, con la situación económica y con las dificultades para recibir ayuda por parte de la familia. También existe la posibilidad de ingreso en Residencia vía privada, contactando directamente con las residencias existentes donde se les informará de tipos de plaza, coste económico, etc.

Comedores para personas mayores

Descripción del recurso:

Ofrecer un servicio de comedores que posibilite un menú equilibrado a precios asequibles, mejorando la calidad de vida de personas mayores.

De interés para:

Personas mayores de 65 años, pensionistas de jubilación e invalidez absoluta, pensionistas de viudedad o de otras pensiones a partir de 60 años. Cónyuges o parejas estables de los anteriores.

El trámite se realiza a través de la Agencia Navarra para la Dependencia. Sección de Voluntariado y Asociacionismo y Programas. Teléfono: 848 422 945.

Centros de día

Descripción del recurso:

Ofrecer atención y soporte socio-sanitario a personas en situación de deterioro avanzado, que favorezca el mantenimiento de sus capacidades, de modo que sirva de alternativa al ingreso definitivo. Se apoya a las familias ante las exigencias de cuidado de estas personas, mientras permanecen en el entorno familiar.

De interés para:

Persona mayor de 65 años, menor de 65 años y con imposibilidad de vivir independiente, bien por su incapacidad física o mental o por circunstancias de origen social. Personas mayores dependientes, en fases avanzadas de la enfermedad, que se adecuen al perfil de usuarios del centro.

Se realizará el trámite a través de la trabajadora social de su zona. El INBS gestiona la lista de espera para el acceso a plazas propias y concertadas. Valora la necesidad de acuerdo con el nivel de necesidad de cuidados, con la situación económica y con las dificultades para recibir ayuda por parte de la familia.

Transporte adaptado y asistido

Descripción del recurso:

Ofrecer apoyo y ayuda a las familias que tienen personas mayores o con discapacidades, en los traslados a los diferentes Centros de Día o a actividades contempladas dentro de este programa, con el fin de retrasar los internamientos.

De interés para:

Personas que presentan una discapacidad física, psíquica, sensorial, mental o social que les impida utilizar otro medio de transporte, tanto en las demandas colectivas como en los casos aislados.

El trámite se realiza a través de los trabajadores sociales de su zona. Existe un convenio de colaboración para la instauración del servicio entre el INBS y Cruz Roja. Resolución 1/2004 de 28 de junio (BON nº 87 de 2004) para transportar a quienes ocupen plazas en Centros Concertados.

Pensiones Contributivas

Descripción del recurso:

Prestaciones económicas y de duración indefinida, aunque no siempre, cuya concesión está generalmente supeditada a una previa relación jurídica con la Seguridad Social, siempre que se cumplan los requisitos exigidos. Se incluyen las siguientes pensiones: por jubilación, por incapacidad permanente (total, absoluta y gran invalidez) y por fallecimiento (viudedad, orfandad y en favor de familiares).

Se realizan los trámites a través de las oficinas de la Seguridad Social existentes en Pamplona. Hay localidades que cuentan con delegaciones.

Pensiones No Contributivas

Descripción del recurso:

Prestaciones económicas que se reconocen a aquellos ciudadanos que, encontrándose en situación de necesidad protegible, carecen de recursos suficientes para su subsistencia en los términos legalmente establecidos, aun cuando no hayan cotizado nunca o el tiempo suficiente para alcanzar las prestaciones del nivel contributivo. Dentro de esta modalidad se encuentran las pensiones de Invalidez y Jubilación.

Se cursan las solicitudes para esta prestación a través de la trabajadora social de su zona quien lo deriva al departamento correspondiente del Instituto Navarro de Bienestar Social.

8. ASOCIACIONES DE PACIENTES

Asociación de ayuda a niños oncológicos (ADANO)

Ermitagaña, 13. Trasera-bajo. 31008 Pamplona

Teléfono: 948 172 178 Fax: 948 172 178

E-mail: adano@adano.es

Web: www.adano.es

Horario atención al público: 8:00 a 15:00 horas

Descripción del recurso:

Desarrollan los siguientes programas y actividades:

1. Ayuda integral (psicológica, pedagógica, humana, actividades lúdico culturales) a menores de entre 0-14 años afectados por oncología pediátrica.
2. Programa de nutrición y masaje.
3. Ayuda integral (apoyo psicológico, humano, moral y económico) a los padres.
4. Apoyo en la recuperación de la salud.
5. Intentar mejoras médico asistenciales entre las que se encuentra el Banco de Médula.
6. Organización de excursiones, festivales, conferencias, campamentos, ayuda escolar.

De interés para:

Menores de 0-14 años afectados por oncología pediátrica y sus familias.

Asociación de Esclerosis Lateral Amiotrófica de Navarra-Euskadi (ADELA)

Lerín, 25. Bajo. 31010 Ansoain
Teléfono: 948 245 435
E-mail: adelaeh@telefonica.net
Web: www.adelavasconavarra.com

Descripción del recurso:

Asociación cuyo objetivo es mejorar la calidad de vida del enfermo y su familia y dar a conocer esta patología. Actividades: reuniones mensuales con la participación de expertos. Publicación de revista informativa.

De interés para:

Enfermos de ELA, familiares y cuidadores implicados.

.....

Dispone de psicólogo y fisioterapeuta que participan en el programa de Esclerosis Lateral Amiotrófica, que realiza el Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea.

Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer de Navarra (AFAN)

Pamplona: Pintor Maeztu, 2- Bajo. 31008 Pamplona

Teléfonos: 948 275 252 / 948 260 304

Horario: lunes a sábado de 9:00 a 15:00 y 17:00 a 19:00 horas.

Tudela: Avda. Zaragoza, 1. Entreplanta izda. 31500 Tudela

Teléfono: 948 410 299 Fax: 948 260 304

Horario: de 9:00 a 13:00 horas.

E-mail: asofan@teletel.es

Web: www.ceafa.org

Descripción del recurso:

Asociación integrada en la confederación española de familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias. Objetivos: asesoramiento y ayuda al familiar del enfermo de demencia, facilitar y mejorar la asistencia a los enfermos de demencia, difusión y estimulación del estudio de diagnóstico, terapia, incidencia y evolución de esta enfermedad; mantener contactos con entidades y asociaciones dedicadas al estudio de la enfermedad y con las administraciones públicas.

De interés para:

Familiares de enfermos de Alzheimer. Personas interesadas en el cuidado de estos enfermos.

Realizan cursos de formación para cuidadores y desarrollan un programa de voluntariado. Destacable la actuación en la orientación a pacientes y familiares respecto a esta enfermedad.

Asociación Española contra el Cáncer (AECC)

Río Alzaina, 31. 1º F. 31006 Pamplona

Teléfonos: 948 212 697 / 900 100 036 (teléfono gratuito de infocáncer)

Fax: 948 213 333

Horario: lunes a viernes de 9:00 a 14:00 y de 15:00 a 17:00 horas.

E-mail: navarra@aecc.es

Web: www.todocancer.org

Descripción del recurso:

Objetivos: creación de organizaciones y establecimientos de servicios para la investigación de la enfermedad y mejor tratamiento de los afectados de cáncer. Estímulo al estudio y a la organización de planes sanitarios eficaces para la lucha contra el cáncer, en cooperación con entidades que se propongan la investigación de similares objetivos.

Actividades: cursos de formación, conferencias, asambleas, reuniones y exposiciones y coloquios para la divulgación de los conocimientos sobre el cáncer, su prevención y la lucha contra esta enfermedad. Pisos de acogida. Apoyo psicológico.

De interés para:

Enfermos de cáncer y sus familiares, así como cuidadores y personas interesadas en voluntariado

.....

Recomendables los diversos folletos editados por esta asociación para el cuidado del enfermo con cáncer: Cuidados estéticos en paciente oncológico, linfedema: prevención y tratamiento, etc.

Asociación Navarra de Laringectomizados (ANL)

Bartolomé de Carranza, 20. Escalera centro. Bajo. 31008 Pamplona

Teléfono: 948 196 423

Fax: 948 196 423

Horario: de lunes a viernes de 9:30 a 12:30. Miércoles: 9:30 a 12:00 horas

E-mail: anl.pamplona@terra.es

Web: <http://comunidad.cajanavarra.es/rehabilitacion-de-laringectomizados-de-navarra/>

Descripción del recurso:

Objetivos: La ANL es una entidad sin ánimo de lucro, de autoayuda, en el ámbito de la discapacidad, cuyos objetivos son los siguientes:

1. atender, ayudar y enseñar con personal titulado y especializado a todos los operados de laringe a superar sus problemas de adaptación y rehabilitar su voz para su reintegración social;
2. poner a disposición de todos los operados de laringe de forma gratuita el material humano y técnico que agilice el proceso de rehabilitación de la voz, hasta conseguir su nueva voz esofágica;
3. poner la sede social a disposición de los operados de laringe como centro de habilitación y mantenimiento de su nueva voz, y como lugar de encuentro y punto de información;
4. establecer contacto con organismos oficiales y entidades privadas para conseguir ayudas económicas y sociales que nos permitan alcanzar los fines expuestos;
5. mantener contacto con otras asociaciones provinciales o nacionales cuya finalidad sea análoga a la de la ANL.

Actividades: asesoramiento y apoyo individual. Trabajo de rehabilitación en grupos dirigidos por logopeda.

De interés para:

Pacientes laringectomizados.

Asociación Navarra de Parkinson (ANAPAR)

Aralar, 17. Bajo. 31004 Pamplona

Teléfono: 948 232 355 Fax: 948 232 355

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 14:30 horas
y de 16:30 a 19:30 horas (excepto viernes)

E-mail: anapar2@hotmail.com

Web: www.anapar.org/

Descripción del recurso:

Objetivos: informar, orientar y asesorar a toda persona afectada directa o indirectamente por la Enfermedad de Parkinson. Proporcionar cursos como tratamiento rehabilitador. Fomentar la integración y participación social de enfermos de Navarra. Organizar actividades sanitarias, culturales, sociales y recreativas que optimicen la calidad de vida.

Actividades: información; clases de relajación, respiración y de fisioterapia; terapias de grupo; conferencias; salidas culturales, comidas de hermandad.

Asociación para la lucha contra las enfermedades renales (ALCER)

Monasterio de la Oliva, 29. Entreplanta dcha. 31011 Pamplona

Teléfono: 948 278 005 Fax: 948 278 005

Horario: de lunes a jueves de 8:00 a 14:00 horas
y de 16:30 a 18:30. Viernes de 8:00 a 15:00 horas

E-mail: haztedonante@alcernavarra.com

Descripción del recurso:

Objetivos: Asistencia e información a los enfermos renales en aspectos médicos y sociales; dar a conocer la existencia de estas enfermedades y sus posibles soluciones terapéuticas, así como los aspectos sociales y jurídicos; creación de centros específicos para el tratamiento de esta enfermedad.

Actividades: Información y asesoramiento individual; valoración y tratamiento de minusvalías; orientación sobre cómo acceder a ayudas económicas (trabajadores sociales, unidades de barrio); tramitación del carnet de donante de órganos; servicios de psicología y dietética.

Confederación española de familiares de Alzheimer y otras demencias (CEAFA)

Pedro Alcatarena, 3. Bajo. 31014 Pamplona

Teléfono: 902 174 517 / 948 174 517

Fax: 948 265 739

Horario: de lunes a jueves de 9:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 horas
y los viernes de 8:00 a 15:00 horas

E-mail: ceafa@ceafa.es

Web: www.ceafa.es

Descripción del recurso:

Objetivos: mejorar la calidad de vida de los enfermos de Alzheimer y sus familiares; evitar la marginación socio-sanitaria del enfermo y sensibilizar a la sociedad; estar presentes en foros de discusión y debate para incrementar los conocimientos y mejorar el trabajo con las familias.

Actividades: cursos y seminarios; edición de libros, guías y manuales; jornadas, conferencias y congresos; día mundial del Alzheimer.

Información y Apoyo Emocional SARE (VIH-SIDA)

Ciudad de Sueca, 5. Bajo. 31014 Pamplona

Teléfono: 948 384 149

Fax: 948 172 786

Horario: de lunes a viernes de 9:30 a 15:00 y miércoles 17:00 a 20:00 horas

E-mail: sare@pangea.org

Web: www.sare-vih.com

Descripción del recurso:

Objetivos: información sobre todo lo referente al sida (prevención, cambio de hábitos, actitudes, tratamientos, etc).

Actividades: apoyo emocional individual y grupal a personas directamente afectadas por el VIH/SIDA y familiares; charlas sobre la sexualidad en la juventud; programa específico en la prisión de Pamplona. Realización de test diagnóstico de VIH.

Asociación de mujeres diagnosticadas de cáncer de mama de Navarra (SARAY)

Cortes de Navarra, 7. 3º dcha. 31002 Pamplona

Teléfono: 948 229 444 / 948 276 071

Fax: 948 229 444

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 y de 16:30 a 20:30 horas

E-mail: asocsaray@yahoo.es

Web: www.asociacionsaray.com

Descripción del recurso:

Objetivos: Ayuda y apoyo a las mujeres diagnosticadas de cáncer de mama.

Actividades: Información y ayuda; charlas sobre prevención, prótesis mamarias, alimentación, fármacos, jornadas sobre implantes de mama, etc. área asistencial a mujeres intervenidas quirúrgicamente; cursos de relajación, autoestima, autoayuda, manualidades, tertulias, etc.

Fundación de ayuda al duelo (SENDA-GOIZARGI)

Iñigo Arista, 11. oficina 8 - escalera dcha. 31007 Pamplona

Teléfono: 948 258 153 / 659 733 066

Horario: Mediante cita previa

E-mail: info@sendafun.org

Web: www.sendafun.org

Descripción del recurso:

Entidad sin ánimo de lucro que trabaja con personas en duelo en el ámbito personal, grupal y/o general.

Objetivo: ayuda a personas que se encuentran en situación de duelo por un ser querido.

Actividades: ciclo de charlas informativas sobre duelo en Navarra, resaltando jornadas anuales que se desarrollan en Pamplona, aprovechando festividad de Todos los Santos; formación a profesionales; página web como herramienta de transmisión de información; autoayuda y orientación en grupo: Goizargi; orientación y derivación; información a colectivos de personas interesadas en trabajar el tema de duelo; organización y gestión de grupos de autoayuda.

Cruz Roja Española

Leyre, 6. 31002 Pamplona

Teléfono: 948 206 570

Fax: 948 222 766

Horario: de lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas

Ludoteca: martes y jueves de 17:00 a 19:30 horas

E-mail: navarra@cruzroja.es

Web: www.cruzroja.es

Descripción del recurso:

Objetivos: servicios sociales (programas de voluntariado social).

Actividades: servicio de información y asesoramiento individual (programas de prevención, asistencia social); autoayuda y actividades grupales (3ª edad, infancia, discapacitados, enfermos mentales, etc); servicio vacacional; cursos de memoria e internet para mayores de 60 años; unidad de atención al mayor Ahora-Orain; ludoteca para niños de 6 a 12 años.

[Ir al Índice](#)

9. ASOCIACIONES DE PROFESIONALES

Sociedad Española de Cuidados paliativos (SECPAL)

Castelló, 128. Grupo Arán. 1º. 28006 Madrid

Teléfono: 917 820 033

E-mail: info@secpal.com

Web: www.secpal.com

Descripción del recurso:

Objetivos:

- Promover conocimientos con bases científicas sólidas a través de la educación y formación de los profesionales implicados.
- Reunir a aquellas personas relacionadas con la atención de enfermos en situación terminal, sus familias y cuidadores.
- Impulsar estudios de investigación que redunden en una mejora en la calidad de la atención.
- Sensibilizar a la sociedad y a la Administración para que facilite una financiación adecuada y una organización racional de los recursos.
- Elaborar directrices éticas en los problemas asociados a los Cuidados Paliativos.
- Representar los intereses de sus miembros en el marco de las Leyes y ante los organismos de las Administraciones Públicas Sanitarias y Docentes u otros órganos o entidades nacionales o internacionales, públicos o privados.

De interés para:

Personal sanitario y voluntariado interesado en cuidados paliativos. La página Web dispone de un directorio de recursos de cuidados paliativos a nivel nacional; biblioteca telemática; guías prácticas, etc.

Fundación de ayuda al duelo (SENDA-GOIZARGI)

Iñigo Arista, 11. oficina 8, escalera dcha. 31007 Pamplona

Teléfonos: 948 258 153 / 659 733 066

E-mail: info@sendafun.org

Web: www.sendafun.org

Descripción del recurso:

Entidad sin ánimo de lucro que trabaja con personas en duelo en el ámbito personal, grupal y/o general.

Objetivos: ayuda a personas que se encuentran en situación de duelo por un ser querido.

Actividades: ciclo de charlas informativas sobre duelo en Navarra, resaltando jornadas anuales que se desarrollan en Pamplona, aprovechando festividad de Todos los Santos; formación a profesionales; página web como herramienta de transmisión de información; autoayuda y orientación en grupo: Goizargi; orientación y derivación; información a colectivos de personas interesadas en trabajar el tema de duelo; organización y gestión de grupos de autoayuda.

Cruz Roja Española

Leyre, 6. 31002 Pamplona

Teléfono: 948 206 570 Fax: 948 222 766

Horario: de lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas

Ludoteca: martes y jueves de 17:00 a 19:30 horas

E-mail: navarra@cruzroja.es

Web: www.cruzroja.es

Descripción del recurso:

Objetivos: servicios sociales (programas de voluntariado social)

Actividades: servicio de información y asesoramiento individual (programas de prevención, asistencia social); autoayuda y actividades grupales (3ª edad, infancia, discapacitados, enfermos mentales, etc); servicio vacacional; cursos de memoria e internet para mayores de 60 años; unidad de atención al mayor Ahora-Orain; ludoteca para niños de 6 a 12 años.

10. ASOCIACIONES DE VOLUNTARIADO

Asociación Española contra el Cáncer

Río Alzaina 31, 1º F. 31006 Pamplona
Teléfono: 948 212 697
Fax: 948 213 333
E-mail: navarra@aecc.es
Web: www.todocancer.org

Descripción del recurso:

La AECC cuenta con un programa de voluntariado cuya finalidad es la atención y acompañamiento a enfermos durante su estancia en los pisos de acogida de la Asociación y si es necesario en domicilio y centros hospitalarios. Así como apoyo a los familiares, como recurso de descanso del cuidador principal.

.....

Es un recurso importante de apoyo al paciente que tiene poca cobertura sociofamiliar. O bien como apoyo a la familia para descanso del cuidador principal.

Cruz Roja Española

Leyre, 6. 31002 Pamplona
Teléfono: 948 206 570
Fax: 948 222 766
E-mail: navarra@cruzroja.es
Web: www.cruzroja.es

Descripción del recurso:

Cuenta con programas de voluntariado entre los que se encuentra el de apoyo a los mayores.

.....
Para más información contactar directamente con la Entidad.

Voluntariado Geriátrico Franciscano

Avda. Carlos III, 22. 31003 Pamplona
Teléfono: 948 248 966
Fax: 948 243 819
E-mail: volungeripam@hotmail.com
Web: www.voluntariadogeriaticopamplona.com

Descripción del recurso:

Organización cuyo principal objetivo es establecer un vínculo de afecto con la persona mayor en situación de dificultad relacional que mitigue el sentimiento de soledad y ayudar a la familia cuidadora del mayor dependiente mediante la sustitución temporal para respiro.

.....
Realizan acompañamiento a mayores en el medio domiciliario, residencial o en período de hospitalización.

Virgen de Codés

San Lorenzo, 2. 31210 Los Arcos
Teléfono: 948 640 761
Fax: 948 640 761

Descripción del recurso:

Se crea en 1998 con el fin de dar respuesta a las necesidades de acompañamiento que se habían detectado en personas mayores que vivían tanto en sus domicilios como en las Residencias. Su objetivo general es promover y desarrollar la atención a personas con problemas de autonomía, preferentemente personas mayores cuyas necesidades no son cubiertas desde las instituciones de protección social (ejemplo: en el acompañamiento).

La acción se desarrolla en las doce localidades que constituyen la zona de Los Arcos.

Bidelagun. Laguntza Emaille Taldea

Santiago, 58-A behe. 31700 Elizondo
Teléfono: 948 581 327
Fax: 948 581 327
E-mail: bidelagun@hotmail.com
Web: www.bidelagun.com

Descripción del recurso:

Asociación de voluntariado de ámbito rural, que en el área del mayor realizan tareas de acompañamiento en Residencia de Elizondo, en domicilio, apoyo a cuidadores, traslado y acompañamiento a consultas médicas o gestiones.

El lugar de acción es el Valle de Baztan, Urdazubi-Zugarramurdi, Malerreka y Bertizarana.

Voluntariado del Hospital San Juan de Dios de Pamplona

Beloso Alto, 3. 31003 Pamplona
Teléfono: 948 231 800
Fax: 948 230 607
E-mail: vol-hsjd-pamplona@ohsjd.es
Web: www.ohsjd.es

Descripción del recurso:

La Unidad de Voluntariado del Hospital San Juan de Dios de Pamplona nace en el año 1992. El objetivo general de la Unidad es la atención personalizada y cualificada a los pacientes y familiares en situación de ingreso hospitalario aportando un valor añadido de apoyo emocional y calor humano. Desde el mes de febrero también trabaja en la Unidad Asistencial de Tudela, situada en Torre Monreal, 13. 1ª planta. 31500 Tudela.

El colectivo al que atiende es pacientes y/o familiares ingresados en el hospital priorizando aquellas personas que se encuentran solas. Es importante el apoyo a los familiares y cuidadores principales, por lo que cuenta con un programa de descarga familiar, en el cual el voluntario acompaña durante un tiempo al paciente facilitando que el cuidador pueda descansar.

RECURSOS MATERIALES

sOs

11. UTILLAJE, ORTOPEDIA Y OTROS RECURSOS MATERIALES PARA ENFERMOS

En este capítulo se describen diferentes recursos materiales que pueden necesitar los pacientes y la manera de acceder a ellos así como información sobre los trámites necesarios para el reintegro económico en caso de ser posible.

Material de aseo

Sillas para baño y ducha, elevadores inodoro, banquetas, asideras, sillas de ruedas para baño, protección para colchones.

Datos de localización: Ortopedias y farmacias.

En régimen de venta. Puede haber ayudas según ingresos y se tramitan a través de la trabajadora social de la zona.

Movilidad

Grúas y arneses, bastones, sillas de ruedas, rampas, cojines para sillas, andadores

Datos de localización: Ortopedias y farmacias. Cruz Roja Española, Centro psicogeriátrico. Sillas de ruedas eléctricas en el Servicio de Prestaciones y Conciertos

En régimen de venta se pueden encontrar en ortopedias y farmacias. Las grúas y sillas de ruedas también pueden alquilarse en tiendas especializadas. Para recibir reintegro según ingresos contactar con el trabajador social de la zona. Derecho a reintegro de gastos en sillas y andadores a través del Servicio de Prestaciones y Conciertos. Ambulatorio Conde Oliveto 3ª planta. Plaza de la Paz, s/n. Teléfono.: 848 429 004. En el resto, según ingresos y a través de la traba-

jadora social de la zona. Cruz Roja dispone de camas, muletas, grúas y andadores en alquiler. Dirigirse a Leyre, 6 en Ayudas Técnicas con DNI y nº de cuenta. Precios entre 6-10 euros al mes. Teléfono: 948 206 570. En el centro psicogerátrico disponen de material en alquiler. Información Teléfono: 848 422 700.

Descanso

Camas, barandillas, mesitas, colchones hinchables, cojines para sillas, sillones, accesorios de protección.

Datos de localización: ortopedias y farmacias, Cruz Roja Española, centro psicogerátrico.

En régimen de venta y camas también en régimen de alquiler. Hay derecho a reintegro de gastos en camas, colchones antiescaras y cojines. En el resto, según ingresos y a través del trabajador social de su zona. Cruz Roja dispone de camas, muletas, grúas y andadores en alquiler. Dirigirse a C/ Leyre, 6 en Ayudas Técnicas con DNI y nº de cuenta. Precios entre 6-10 euros al mes. Teléfono: 948 206 570. En el centro psicogerátrico disponen de material en alquiler. Información Teléfono: 848 422 700.

Vida diaria

Menaje de cocina, accesorios de rehabilitación.

Datos de localización: ortopedias y farmacias.

En régimen de venta. Las ayudas según ingresos y se tramitan a través de la trabajadora social de la zona.

Material de curas, sondas vesicales o de nutrición

Datos de localización: centro de salud correspondiente.

El material de curas, sondas, apósitos, etc., generalmente son proporcionados por el médico de familia y la enfermera que acuden a domicilio.

Oxígeno en domicilio

Datos de localización: empresa GASMEDIC. teléfono: 948 149 52 /902 450 425.
Fax: 948 314 648

.....

Requieren enviar un informe del médico de Atención Primaria o un especialista en el que se indiquen las necesidades del paciente con una gasometría y en el que se incluyan el nº DNI , teléfono y domicilio.

Pañales

Datos de localización: ortopedias y farmacias

.....

El médico de familia emitirá un informe que debe ser visado por el inspector del SNS. Este trámite de visado por la inspección se puede realizar sin desplazarse, solicitándolo desde el mismo centro de salud.

Suplementos alimenticios

Datos de localización: farmacias

.....

El médico de familia le rellenará un informe médico que debe pasar por Inspección del SNS cuyo trámite lo puede realizar el mismo centro de salud.

[Ir al Índice](#)

12. MEDIOS DE TRANSPORTE PARA PACIENTES

En este apartado se describen los diferentes medios de transporte para pacientes con necesidades especiales.

Taxi (Pamplona)

Teletaxi Sanfermin: 948 232 300

El colectivo dispone de 17 vehículos adaptados para minusválidos (eurotaxi) y 3 vehículos de nueve plazas. En total, circulan 313 taxis en Pamplona.

Autobus (Pamplona)

La empresa municipal de transportes dispone de 102 autobuses circulando en horas punta. De ellos, 79 están equipados con plataforma para vehículos de minusválidos.

Todas las líneas están adaptadas excepto las siguientes: 13 (San Jorge-Soto Lezkairu Extensión Landaben), 21 (Centro, plaza de la Paz-Aeropuerto de Noain), 23 (Avda. San Ignacio-Olloki)

Teléfono: Mancomunidad Comarca de Pamplona: 901 502 503

Web: www.mcp.es

Avión

La línea 21 de autobús enlaza el aeropuerto, el centro de Pamplona y los hospitales. Las personas con movilidad reducida que requieran recibir asistencia en el aeropuerto deben contactar con el teléfono: 902 404 704

Es necesario avisar a la compañía aérea para recibir asistencia en el vuelo.

La sala vip del aeropuerto está habitualmente disponible para pacientes, salvo momentos puntuales en que pueda estar reservada a autoridades. Para ello hay que contactar con Ana Rosa Aceituno o Ana Castel del Departamento de Mejoras del Aeropuerto de Noain o dirigirse al servicio de información del aeropuerto.

El servicio de información puede retirar las tarjetas de embarque sin que se requiera la presencia física del paciente y se dará prioridad en el embarque de pacientes.

Se recomienda avisar con anterioridad al aeropuerto de que va a viajar un enfermo. Teléfonos: 948 168 709 ó 948 168 710 hasta las 15 horas o bien 948 168 750 (servicio de información) durante todo el horario de funcionamiento del aeropuerto.

Ambulancias

Para enfermos en situación de enfermedad avanzada con imposibilidad física o causas clínicas que impidan utilización de transporte ordinario existe un servicio de ambulancias. Las ambulancias concertadas por el SNS-O pertenecen a las empresas La Nora (zona de Sangüesa), Iruña (base de Pamplona), Ambulancias Baztán-Bidasoa (zonas de Alsasua y de Baztán y Bidasoa) y la UTE Ambulancias Navarra-Transporte Sanitario de Aragón (zonas de Azagra, Estella, Tafalla y Tudela).

Para traslados programados es necesaria una solicitud mediante informe médico con motivo justificativo (Servicio de Prestaciones y Conciertos). Para traslados urgentes mediante llamada al 112.

Servicio de Prestaciones y Conciertos Ambulatorio Conde Oliveto

Plaza la Paz, s/n. 3ª planta. Pamplona
Teléfonos: 848 429 009 / 848 429 056

A continuación se detallan los datos de contacto de otros servicios de ambulancias que se pueden utilizar en Navarra.

Servicios Sanitarios Gerardo y Gorka

Pol. Ind. Ctro. Servicios. Tudela, s/n. 31500 Tudela. Teléfono: 948 402 224

Ambulancia La Nora, S.L.

Llano El Real, s/n. Rdsi. 31400 Sangüesa. Teléfono: 948 870 315

Baztan-Bidasoa

Elizagibela, 5. 31740 Doneztebe/Santesteban. Teléfono: 948 287 930

INFORMACIÓN CLÍNICA

sOs

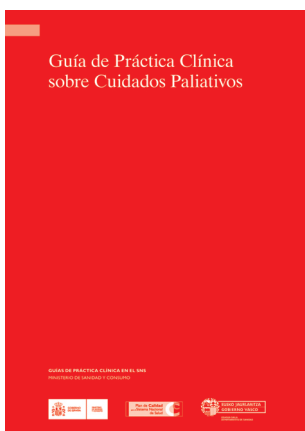
13. INFORMACIÓN SOBRE SÍNTOMAS MÁS FRECUENTES

Durante la enfermedad pueden presentarse distintos síntomas debidos al propio proceso o incluso al tratamiento. El equipo que mejor conoce al paciente en la mayoría de las ocasiones y que mejor puede atender sus problemas de síntomas es el Equipo de Atención Primaria de su Centro de Salud.

Se describen a continuación unas breves recomendaciones sobre síntomas que, por su importancia y frecuencia, suelen preocupar mucho tanto al enfermo como a sus cuidadores.

En la Guía de Práctica Clínica sobre Cuidados Paliativos editada por el Ministerio de Sanidad se puede encontrar información completa sobre síntomas de interés para profesionales:

http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_428_Paliativos_Osteba_resum.pdf



Guía completa en la atención de enfermos en cuidados paliativos. Encuadrada en las Guías de Práctica Clínica del Ministerio de Sanidad y Consumo, recoge de forma pormenorizada todos los aspectos relacionados con el enfermo en cuidados paliativos y su familia.

Incluye un completo vademecum de los fármacos más utilizados en cuidados paliativos, sus dosis recomendadas y las vías de administración.

Dolor

El dolor, cuando comienza, es un indicador de alarma de que algo no funciona bien en el organismo. Si el dolor ya no cumple esta misión, se convierte en un problema muy importante.

Cuando mucha gente piensa en el cáncer, piensa en el dolor. Pero en la actualidad casi todo el dolor del cáncer puede eliminarse o controlarse y casi siempre con medicación oral o con parches.

Las personas con cáncer y sus cuidadores en el hogar deben decirles a los doctores y enfermeras cómo interfiere el dolor en las actividades normales diarias tales como moverse o vestirse. Esta información ayuda al equipo asistencial a evaluar el dolor y desarrollar un plan de tratamiento efectivo para controlarlo. Las personas con dolor son las únicas que saben cuánto dolor sienten.

Es importante saber que el dolor en el cáncer no siempre es causado por el tumor. Los tratamientos, la pérdida o aumento de peso, etc., también pueden ser causa de malestar.

Cómo controlan los médicos el dolor del cáncer:

Los profesionales abordan el dolor por cáncer siguiendo la orientación de la “escalera analgésica” de la O.M.S. (figura 1). Este modelo propone un modo gradual de tratar el dolor: cuando es leve, usando analgésicos menores, cuando es más grave, usando los analgésicos más potentes.

Primer Escalón. Dolor Leve - Analgésicos no opiáceos

Los medicamentos como el paracetamol y los antiinflamatorios alivian el dolor eficazmente cuando es leve. Se pueden asociar otros medicamentos “adyuvantes” que aunque no son propiamente analgésicos, potencian el efecto analgésico. De este modo se usan algunos anticonvulsivantes, antidepresivos, corticoides, etc.

Segundo Escalón: Dolor Moderado - Opiáceos débiles

Si los medicamentos del primer escalón son insuficientes, o si el dolor no es sólo leve, se usan opiáceos débiles como el tramadol y la codeína. Se pueden combinar con los del primer escalón y también con medicamentos adyuvantes.

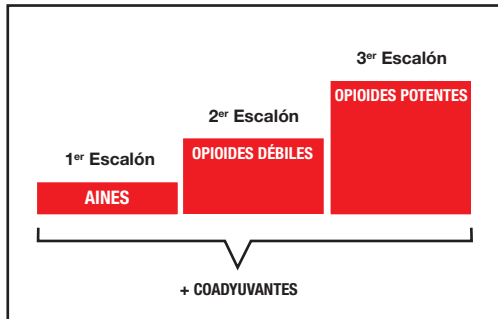
Tercer Escalón: Dolor Severo - Opiáceos Potentes

La morfina es un ejemplo de opiáceo potente. Otros opiáceos potentes son el fentanilo, la hidromorfona, la oxicodona, la metadona...

El uso de este tercer escalón no indica mayor gravedad de la enfermedad sino mayor severidad del dolor.

Los analgésicos deben tomarse según una pauta horaria fija. No se debe esperar a que se presente el dolor o que este sea más intenso. Habitualmente su médico indicará, además de la pauta fija para tomar habitualmente, otros medicamentos o dosis para tomar cuando se presente dolor espontáneo.

Figura 1.



Falta de apetito

En los enfermos con enfermedades graves avanzadas la pérdida de apetito ocurre con mucha frecuencia y suele ser motivo de gran preocupación para el paciente y, sobre todo, para sus cuidadores. Es importante señalar que es poco probable (consúltelo) que esta disminución de la ingesta afecte a la evolución del proceso.

Las causas de esta *hiporexia* o *anorexia* (así se llama en el lenguaje médico) son múltiples, desde la propia enfermedad hasta los tratamientos. Aquí hay unas recomendaciones para aumentar el apetito:

Ejercicio ligero o caminar antes de las comidas, al aire libre si es posible. Cualquier incremento en la actividad antes de comer aumenta el apetito. Intente caminar durante 5 a 15 minutos o hasta media hora antes de las comidas. El aire libre siempre estimula el apetito.

Si es posible, **intente que el enfermo coma fuera de la cama**, incluso donde lo hacía habitualmente. Es importante que la comida sea un acto alimenticio y de relación con los suyos, no una obligación o un mal rato.

Evite el impulso natural de forzar a que coma; esto puede empeorar la falta de apetito y producir otros problemas nuevos.

Sirva los alimentos con otras personas, siempre que sea posible. Evite comer solo.

Es preferible comer pequeñas cantidades y más a menudo. Por las mañanas el cuerpo tolerará mejor la alimentación que por las tardes o noches. Además, platos muy llenos suelen producir rechazo cuando uno está en estas condiciones.

Sirva los alimentos en una atmósfera agradable y relajada, en la medida de sus posibilidades.

Utilice platos pequeños y sirva porciones reducidas. Una porción pequeña en un plato pequeño puede arreglarse en forma atractiva y da la sensación de que puede terminarse.

Quite el alimento de la vista cuando no se esté comiendo. Quite el alimento de la vista y guárdelo en recipientes no transparentes. De este modo la persona con cáncer no sigue recordando su problema de apetito viendo alimento todo el tiempo.

Sirva limonada o zumo de naranja si la boca no está dolorida. Los zumos contienen ácidos que pueden estimular el apetito. Un vaso pequeño antes de la comida puede mejorar el apetito.

Ocultar los olores y sabores desagradables. Los tratamientos para el cáncer cambian frecuentemente el sabor de los alimentos. Para hacer las comidas más apetecibles:

- 1. Utilice utensilios de plástico.** Quitan el sabor amargo o metálico que es una queja frecuente de las personas que reciben quimioterapia.
- 2. Intente especias nuevas,** como albahaca, curry, cilantro, menta, orégano, o romero. Las especias estimulan la producción de saliva y cambian el sabor del alimento. Usted puede encontrar una nueva especia que devuelva el apetito a la persona que está cuidando. Intente usar las especias antiguas con métodos nuevos porque la quimioterapia algunas veces cambia el sabor de los alimentos.
- 3. Añada nuevos sabores,** como limón, cerveza, pepinillo, aderezos de ensaladas, vinagre, mayonesa, condimentos, zumos de frutas, o vinos.

4. **Ponga más azúcar o sal en el alimento si no están limitadas.** Disminuyen el sabor metálico y amargo que las personas con cáncer tienen algunas veces. Algunos enfermos que reciben quimioterapia no pueden tolerar un sabor dulce, en cuyo caso debe utilizar menor cantidad de azúcar que antes.
5. **Escoja carbohidratos nutritivos y ricos en proteínas,** como pescado, pollo, pavo, huevos, quesos, leche, helado (mantecado), nueces, yogurt, habichuelas, o guisantes. Estas son comidas que dan mucha energía.
6. **Coma alimentos fríos.** La temperatura fría disminuye el olor y sabor del alimento. Los alimentos fríos no tienen tanto sabor y se ocultan los sabores extraños. Además el frío adormece la lengua para algunos sabores desagradables.
7. **Chupe dulces duros, sin azúcar, amargos, o con menta.** Dulces como estos pueden enmascarar los sabores extraños a cualquier hora del día incluso antes de la comida.
8. **Evite la mayoría de carnes rojas y coma pollo, pescado o cerdo.** Los cambios en las papilas gustativas pueden hacer desagradable el sabor de la carne roja. Las personas que reciben quimioterapia a menudo prefieren el pollo o pescado que conservan su sabor.
9. **Evitar la sensación de saciedad temprana.** El mal apetito suele ser causado por saciedad temprana. Algunas veces los medicamentos provocan gas y la persona se siente hinchada después de comer poco. A continuación se mencionan siete cosas que pueden hacerse para manejar este problema:
 - **Ejercicio entre comidas.** Cualquier ejercicio pone en movimiento el tracto intestinal y mueve las burbujas de gas. Incluso estirarse e inclinarse al levantarse de las sillas o sofás ayuda a aliviar el gas y desplazan el contenido del estómago hacia abajo.
 - **Camine un poco o siéntese después de las comidas, pero evite el ejercicio vigoroso inmediatamente después de comer.** Esto ayuda a vaciar el estómago y romper el gas que se forma y añade la sensación de saciedad e incomodidad.
 - **Tome líquidos entre los alimentos en lugar de con los alimentos.** Los líquidos durante la comida pueden hacer sentir el estómago lleno. Tomar menos líquidos al comer deja más espacio para el alimento.
 - **Coma pequeñas cantidades de alimento 6 a 8 veces al día.** Los alimentos frecuentes y en poca cantidad, o las meriendas, evitan la saciedad temprana y se puede comer más en las 24 horas.

- **Coma despacio y mastique bien el alimento.**

- **Evite ciertos vegetales y bebidas gaseosas.** Disminuya los alimentos grasos y los que producen gas como habichuelas, pepinos, pimientos verdes, cebollas, brócoli, coles de Bruselas, maíz, coliflor, col, leche, o bebidas gaseosas. Algunos vegetales crean gas en el estómago e intestino y hacen que la persona con cáncer se sienta llena al digerir lentamente el alimento. Evite estos productos así como aguas o bebidas gaseosas. Deje escapar el gas abriendo las latas y botellas con anticipación, para que el gas se evapore.

- **Uso de medicamentos contra los gases del tubo digestivo que no requieren receta.** Muchos de estos medicamentos contienen hierbas o fármacos que eliminan el gas. Un ingrediente particular, la dimeticona (*Aero Red®*), es útil porque ataca el gas y rompe el aire atrapado en los intestinos. Consulte con su médico o enfermera antes de comprar estos medicamentos que no requieren receta pero que no deben utilizarse con algunos otros medicamentos.

Existen medicaciones que pueden ayudar a aumentar el apetito. Consulte al equipo que le trata si en su caso pueden aportar beneficios.

Cansancio

A veces nos referimos a él como “astenia”. Sus causas pueden ser múltiples, y en la mayoría de las ocasiones es bastante difícil de tratar. Como ocurre con la disminución del apetito, debemos pensar que se trata más de una adaptación del organismo a la situación de enfermedad que de un problema contra el que debemos luchar.

Cosas importantes que hay que recordar:

- Algunos medicamentos como los opioides pueden producir cierta sensación de cansancio o decaimiento. Sin embargo este efecto suele ir desapareciendo en pocos días conforme el organismo se acostumbra a esta familia de medicamentos.
- Es importante un buen descanso nocturno; si no duerme bien consulte con el equipo que le trata.
- “La cama come”; permanecer en ella más tiempo del necesario produce mayor cansancio e incluso puede ser perjudicial para la piel, aumentar algunos tipos de dolores o favorecer el estreñimiento.

- Se sabe que el ejercicio suave, dependiendo de las posibilidades de cada uno, es beneficioso para mejorar el cansancio
- Hay medicamentos que pueden ayudarle, aunque no en todos los casos ni a todos de igual forma. Consulte con el equipo que le atiende.

Estreñimiento

El estreñimiento es un problema MUY FRECUENTE en enfermos con cáncer y con otras patologías avanzadas.

Sus causas son múltiples; la propia enfermedad y sus tratamientos pueden contribuir o causar estreñimiento.

El estreñimiento produce muchos problemas que hacen más difícil el confort del enfermo: dolor abdominal, vómitos, falta de apetito e incluso alteraciones urinarias.

En personas que mantienen buen nivel de actividad física se recomienda si es posible aumentar la ingesta de fibra (frutas y verduras) y de agua, junto con un adecuado ejercicio físico. Sin embargo esta recomendación no es adecuada para personas que permanecen la mayor parte del tiempo sentadas o en la cama.

Muchos de los medicamentos que se precisan para el control de síntomas producen estreñimiento. Es habitual que, el enfermo tenga que tomar medicamentos laxantes, prácticamente a diario incluso cuando apenas ingiera alimento.

Avise al equipo que le está tratando si nota que comienza a tener estreñimiento. Si lleva más de tres días sin hacer deposición o las deposiciones son muy duras o difíciles de expulsar, es probable que necesite añadir una medicación laxante distinta a la habitual o aplicar un enema.

Procure que el enfermo pueda hacer deposición en el momento que sienta la necesidad.

Proporcione intimidad al enfermo en la medida de las posibilidades que le permita su autonomía.

Ir al Índice

14. INFORMACIÓN SOBRE ASPECTOS EMOCIONALES

Fases de la adaptación a la enfermedad

La enfermedad es un tiempo psicológicamente muy activo. Es frecuente pasar momentos de tristeza, rabia, nerviosismo o preocupación, que son comprensibles, pero no por ello hay que descuidar su alivio

Con frecuencia, pacientes y familiares necesitan un tiempo para poderse adaptar a lo que les está sucediendo.

Cuando se recibe una mala noticia, como el diagnóstico, o que los tratamientos no han dado resultado, el enfermo y la familia pasan por una serie de **fases** que detallamos a continuación.

Es frecuente, en un primer lugar, sufrir un **shock**, es un momento en el que uno se queda impactado por la información que ha recibido.

De aquí se puede pasar a la **negación**, o a un período de rechazo o incredulidad en el que se piensan cosas como “es imposible, esto no puede haberme pasado a mí, se han debido equivocar”. Es una fase en la que el enfermo está intentando afrontar la situación y suele dar paso a la siguiente etapa.

La **ira** o el enfado, es la fase en la que el enfermo suele proyectar rabia o disgusto hacia los que le rodean, y en general hacia las personas con las que pasa más tiempo o con las que tiene más confianza. Es un momento de mucho sufrimiento para todos. Aunque sepamos que la rabia no va contra nosotros sino contra la situación y contra la enfermedad, el enfermo y la familia sufren mucho en esos momentos.

El enfado suele dar paso a la fase de **pacto** o negociación, en la que el enfermo intenta pactar o acordar cosas con los que le rodean, familia, profesionales, etc., con el fin de intentar retrasar su situación, o al menos de no sufrir.

Según va pasando el tiempo el enfermo puede entrar en una fase de **depresión**, en la que lo que predomina es la tristeza, la apatía, y la dificultad para disfrutar y para salir adelante. Es también un momento de mucho sufrimiento, en el que la familia con frecuencia no sabe qué hacer para ayudar ni cómo conseguir “sacarle del desánimo”. Finalmente y con la ayuda de los profesionales y del entorno se puede llegar a la **aceptación**, fase en la que el paciente llega a comprender su situación y que puede fallecer. Paciente y familia pueden aceptar la posibilidad de la muerte e incluso aceptarla de una manera tranquila y vivir con intensidad todo el tiempo que queda. El trabajo del equipo que cuida es ayudar en este proceso de adaptación y a través del apoyo emocional y de una comunicación adecuada centrada en lo que al paciente le preocupa o pide, llegar a esta fase de aceptación en la que la enfermedad se vive intensamente.

Con frecuencia estas fases no se dan en este orden y tampoco todos los enfermos pasan por todas ellas. En general no es fácil adaptarse a una situación tan dura y es frecuente que surjan dificultades para afrontar estos momentos. Si estas reacciones son muy intensas o se prolongan mucho en el tiempo, es conveniente comentarlo con el médico responsable para que pueda ayudarnos a orientar la situación. Con frecuencia no necesitan una atención especial, pero a veces puede hacer falta ayuda psicológica de un profesional especializado.

Síntomas psicológicos más frecuentes

Dentro de las reacciones emocionales más frecuentes de este tipo de pacientes nos solemos encontrar con las siguientes:

Ansiedad

Con frecuencia los pacientes tienen sentimientos de ansiedad, nerviosismo o inquietud. En general son reacciones normales ante el peligro o la amenaza y en la enfermedad avanzada casi todo se puede convertir en una amenaza: una prueba antes de tiempo, un síntoma descontrolado, un tratamiento nuevo, problemas familiares que suceden al mismo tiempo, dificultades laborales, etc.

La ansiedad es un síntoma que aparece con mucha frecuencia y no es fácil saber cuándo es una ayuda para que el enfermo se adapte mejor o cuándo hay que tratarla. Se suele manifestar como preocupación, inquietud, malestar o insomnio, entre otros y con frecuencia asociada a otros síntomas físicos, como palpitaciones, sudoración, sequedad de boca, etc.

Para aliviar esta ansiedad lo ideal es consultar con un profesional que procurará ofrecer un abordaje múltiple: con medicamentos y buena comunicación y apoyo.

Suele ser de ayuda ofrecer un entorno tranquilo al paciente, sin muchas visitas y sin demasiado ruido. Hay que intentar comprender su situación y fundamentalmente ofrecer un entorno de escucha en el que pueda expresar sus miedos y preocupaciones. Además alguna técnica sencilla de relajación o respiración, o un simple masaje al darle crema puede beneficiarle mucho. También le puede ayudar la música suave y relajante o la que le guste al paciente, así como favorecer actividades que le puedan distraer al tiempo que le relajan (pintar, escribir, etc).

Depresión

La tristeza también es una reacción frecuente y requiere en ocasiones atención especializada de los profesionales. Muchos son los motivos que pueden llevar al paciente a estar triste, su situación de enfermedad, los síntomas, la pérdida de independencia o el miedo a la muerte, en ocasiones el sentimiento de sentirse una carga para la familia, etc. Algunas veces incluso el tipo de enfermedad o alguno de los tratamientos puede provocar tristeza.

Se suele manifestar en el enfermo con desesperanza, con sentimientos de inutilidad o de culpa, con incapacidad para disfrutar y con pérdida de ilusión por las cosas. Puede aparecer emoción o llanto fácil y retraimiento: el paciente no quiere hablar, apenas se levanta de la cama, etc.

Al igual que sucede con la ansiedad, es muy normal y comprensible estar triste ante esta situación, pero si esta tristeza es muy intensa es necesario consultar con el equipo de referencia para que valore si se trata de tristeza “normal” o hay otro componente de situación depresiva. En este segundo caso, el médico podría valorar si sería de ayuda utilizar algunos medicamentos para mejorar el ánimo como antidepresivos, estimulantes o corticoides. Además puede dar orientaciones sobre cómo manejar la comunicación.

Puede ayudar el favorecer que el paciente exprese cómo se siente y qué le hace sentirse así. No es fácil hablar de lo que asusta o preocupa. Hablar de la muerte puede resultar muy difícil, pero probablemente es algo que puede ayudar en muchas ocasiones, sobre todo cuando es el paciente el que toma la iniciativa de mencionarlo. También habría que favorecer la distracción, (con cosas que sean muy sencillas), favorecer que el enfermo haga alguna actividad, por pequeña que sea y que le resulte agradable, y siempre favorecer la comunicación abierta entre todos.

A veces pensamos que por hablar de los miedos y las preocupaciones vamos a hacer que el enfermo se entristezca más y con frecuencia sucede al revés. El enfermo suele sentirse sólo cuando no puede hablar de todas estas cosas con nadie y puede sentirse triste por ello.

Dificultades en la Comunicación

Uno de los aspectos más importantes en este momento de la vida es la comunicación con el enfermo y con la familia.

Habitualmente nos resulta difícil hablar de las dificultades generadas por la enfermedad y sus tratamientos así como del dolor que están experimentando los enfermos o sus familiares. Poder hablar de lo que preocupa al enfermo o a su familia es fundamental para una buena adaptación a la situación.

Uno de los puntos clave a entender es que tanto el enfermo como sus familiares con frecuencia no buscan soluciones sino únicamente alguien que esté dispuesto a escuchar. Por eso la escucha activa es fundamental, así como favorecer que el enfermo o sus allegados puedan expresar sus miedos o preocupaciones.

Algunas ideas útiles en la comunicación con el enfermo y su familia:

- Cada persona es única y con unas necesidades diferentes. No hay recetas para todos.
- Es fundamental escuchar creando un espacio y un clima adecuado para ello (por ejemplo, estando sentados).
- Las preguntas más difíciles generalmente no buscan una respuesta sino apoyo o necesidad de expresar sentimientos. De ordinario, basta escuchar. Si el paciente insistiera puede ser señal de que la pregunta busca realmente una respuesta.
- En ocasiones es útil expresar al otro lo que vemos: te veo preocupado, parece que estás triste, estás pensativo...
- Intentar entender las reacciones del otro, sin restarles importancia (no decir por ejemplo: “tranquilo, no pasa nada...”), e intentando entender cómo se siente la persona que tenemos delante (“tiene que estar siendo duro esto para ti...”).
- Intentar favorecer que el paciente se exprese, aprovechando sus expresiones de preocupación o de tristeza para hablar con él de estos temas.

Duelo

Cuando fallece un ser querido es normal sentir un intenso dolor por la separación y la pérdida; como un vacío en medio de mucho sufrimiento. No es fácil recomponerse y es normal sentir tristeza intensa y encontrar dificultades para volver a la vida normal. Estas situaciones pueden prolongarse durante meses. Es habitual que con el paso del tiempo y apoyándose en el entorno estos sentimientos vayan cediendo poco a poco, Cuando pasado el tiempo los síntomas no mejoran es aconsejable pedir apoyo y ayuda a un especialista.

Ir al Índice

15. USO CLÍNICO DE MORFINA Y OTROS ANALGÉSICOS MAYORES

¿Qué son?

Los opioides son medicamentos analgésicos, es decir, que calman el dolor. Actúan de un modo similar a las endorfinas, sustancias del propio organismo que también bloquean la transmisión de los estímulos de dolor al interaccionar con receptores opiáceos del cerebro y la médula espinal.

¿Para qué se utilizan?

Los fármacos opioides se utilizan en el tratamiento del dolor moderado o severo, ya sea de características agudas (infarto de miocardio, intervenciones quirúrgicas) como crónicas (dolor por cáncer o por otros procesos duraderos).

Además de su utilidad como analgésicos algunos fármacos opioides, como la morfina, también son útiles en el tratamiento de la disnea o dificultad respiratoria.

¿Cómo se utilizan?

En España se encuentran comercializadas diversas formulaciones para administración oral (comprimidos, soluciones orales) y parenteral (subcutáneas, parches transdérmicos, intravenosas, intratecales). Los opiáceos comercializados en España son: Codeína, Tramadol, Morfina, Fentanilo, Metadona, Oxycodona, Hidromorfona y Buprenorfina.

Habitualmente se comienza con fármacos de acción rápida y corta duración (medicamentos de liberación inmediata) que permite calcular la dosis necesaria a lo largo del día. Estas presentaciones también sirven para el tratamiento del dolor que ocurre de forma brusca o intermitente. En la *fase de mantenimiento* se utili-

zan fármacos de acción más lenta pero más duradera en el tiempo (comprimidos o parches de liberación prolongada) que permiten disminuir la toma a una o dos veces al día o cada tres días en el caso de parches transdérmicos. La dosis necesaria para el tratamiento del dolor es diferente para cada paciente, algunos necesitan poca dosis y otros cien veces más. No es importante tomar muchos o pocos miligramos, sino tener el dolor controlado sin efectos secundarios.

Los comprimidos orales de liberación prolongada deben tragarse enteros con un poco de líquido. No deben disolverse ni partirse.

¿Qué precauciones hay que tener al comenzar un tratamiento con opioides?

- Con las primeras dosis pueden aparecer náuseas y vómitos por lo que muchas veces, el médico indicará un tratamiento con antieméticos (metoclopramida o haloperidol) durante los primeros días. También en los primeros días puede observarse tendencia al sueño que suele desaparecer en los días sucesivos.
- Otro efecto adverso frecuente de los opioides es el estreñimiento. Es recomendable siempre tomar de forma preventiva un laxante. Casi todos los pacientes que toman morfina o derivados van a necesitar tomar laxantes todos los días.
- Es importante respetar el horario pautado. Si una dosis se olvida, debe administrarse tan pronto como sea posible. No obstante, si falta poco tiempo para la dosis siguiente, no debe duplicarse.
- Los pacientes ancianos o muy débiles pueden precisar dosis menores de opioides.

¿Qué efectos adversos pueden presentarse?

- En general se toleran bien y muchos enfermos no presentan apenas efectos secundarios.
- Los efectos adversos más frecuentes son: náuseas, vómitos, mareos, somnolencia, desorientación, sudoración, euforia.
- Con menor frecuencia puede producirse: dolor de cabeza, agitación, temblor, irritabilidad, visión borrosa, alteraciones respiratorias

- Los pacientes que necesitan tomar opioides habitualmente para su dolor no deben suspender bruscamente el tratamiento porque tendrían síntomas de abstinencia. Por eso se puede decir que en cierto modo “dependen” del opioide. Otras consecuencias negativas derivadas del abuso de sustancias son muy infrecuentes en los enfermos que toman opioides por dolor. En este sentido no es correcto decir que quien toma opioides se hace “dependiente” como los que abusan de sustancias.

¿Necesita receta médica?

- Para adquirir opioides se precisa una receta especial denominada *receta de estupefacientes*.
- Cualquier médico especialista y de atención primaria puede extender receta de estupefacientes. El recetario se solicita al servicio de Prestaciones Farmacéuticas, Edificio Conde Oliveto en Pamplona.
- Los médicos que trabajan fuera del sistema público de salud solicitan su recetario en el colegio de médicos.
- En cada receta de estupefacientes al igual que en la receta ordinaria, podrán prescribirse de uno a cuatro envases del fármaco opioide, sin superar la medicación necesaria para completar treinta días de tratamiento (NOTA INFORMATIVA 42/2005).

 Gobierno de Navarra Departamento de Salud		RECETA OFICIAL DE ESTUPEFACIENTES	
PRESCRIPCIÓN (Consignar el medicamento - D.C.I.-, forma farmacéutica, vía de administración, dosis por unidad y unidades por envase)		PRESCRIPCIÓN	
DPS		ÚNICA <input type="checkbox"/>	
N.º envases (en letra)		REITERADA <input type="checkbox"/>	
ESPACIO DESTINADO PARA CONTROL Y PROCESAMIENTO		DURACIÓN PREVISTA DEL TRATAMIENTO	
SELLO DE VALIDACIÓN ENTIDAD DISTRIBUIDORA		POSOLOGÍA	
		Unidades/hora	
D.N.I. Receptor:		cada horas	
Código nacional del medicamento dispensado		FARMACIA (Datos de identificación y firma)	
NAV6 005341 / 00		FARMACIA	
Fecha dispensación de de 20		MÉDICO	
Fecha: de de 20		Paciente (Nombre y apellidos)	
Año nacimiento:		D.N.I. / PASAPORTE N.º:	
Colegiado nº: Teléfono:		FIRMA del médico	

-Esta receta caduca a los DIEZ DIAS. No será válida con raspaduras o enmendadas.
-Con esta receta podrán ser retirados los medicamentos en cualquier farmacia.

16. LISTA DE MEDICAMENTOS ESENCIALES EN CUIDADOS PALIATIVOS DE LA IAHPC

La Asociación Internacional de Cuidados Paliativos (IAHPC), en colaboración con muchas instituciones y profesionales propuso en 2007 la siguiente lista de medicamentos básicos para hacer cuidados paliativos.

Tomado y adaptado de: www.hospicecare.com

Medicamento	Formulación	Indicación en CP por IAHPC
Amitriptilina *	50-150 mg comprimidos	Depresión Dolor neuropático
Bisacodilo	10 mg comprimido 10 mg supositorios rectales	Estreñimiento
Carbamazepina **	100- 200 mg comprimidos	Dolor neuropático
Citalopram (o cualquier otro SSRI genérico equivalente excepto paroxetina o fluvoxamina)	20 mg comprimidos 10 mg/5 ml solución oral 20-40 mg inyectable	Depresión

* Dosis limitada por efectos secundarios.

** Alternativa a amitriptilina y antidepresivos tricíclicos (debe tener por lo menos una droga además de la dexametasona).

Continuación

Medicamento	Formulación	Indicación en CP por IAHP
Codeína	30 mg comprimidos	Diarrea Dolor leve a moderado
Dexametasona	0,5-4 mg comprimidos 4 mg/ml inyectables	Anorexia Nauseas/vómito Dolor neuropático
Diazepam	2,5-10 mg comprimidos 5 mg/ml inyectable 10 mg supositorios rectales	Ansiedad
Diclofenaco	25-50 mg comprimidos 50 y 75 mg/3 ml inyectable	Dolor leve-moderado
Difenhidramina	25 mg comprimidos 50 mg/ml inyectable	Nausea Vómitos
Fentanilo (<i>parche transdérmico</i>)	12-100 microgramos/hr	Dolor moderado-severo
Gabapentina	300-400 mg comprimidos	Dolor neuropático
Haloperidol	0,5-5 mg comprimidos 0,5-5 mg gotas 0,5-5 mg/ml inyectable	Delirio Nauseas/Vómitos Agitación terminal
Butilbromuro de hioscina	20 mg/ml solución oral 10 mg comprimido 10 mg/ml inyectable	Nausea/Vómito Congestión resp. terminal Dolor visceral
Ibuprofeno	200-600 mg comprimidos	Dolor leve-moderado
Levomepromazina	5-50 mg comprimidos 25 mg/ml inyectable	Delirio Agitación terminal

Continuación

Medicamento	Formulación	Indicación en CP por IAHP
Loperamida	2 mg comprimidos	Diarrea
Lorazepam * * *	0,5-2 mg comprimidos 2 mg/ml líquido/gotas 2-4 mg/ml inyeyable	Ansiedad Insomnio
Acetato de megestrol	160 mg comprimidos 40 mg/ml solución	Anorexia
Metadona (Liberación inmediata)	5 mg comprimidos 1 mg/ml solución oral	Dolor moderado-severo
Metoclopramida	10 mg comprimidos 5 mg/ml inyetable	Nausea Vómito
Midazolam	1-5 mg/ml inyetable	Ansiedad Agitación terminal
Aceite mineral	Enema	Estreñimiento
Mirtazapina (o cualquier otro genérico de acción dual NassA o SNRI)	15-30 mg comprimidos 7,5-15 mg inyetable	Depresión

* * * Para uso breve en insomnio.

Continuación

Medicamento	Formulación	Indicación en CP por IAHP
Morfina	Liberación inmediata: 10-60 mg comprimidos Liberación inmediata: 10 mg/5 ml solución oral Liberación inmediata: 10 mg/ml inyectable Liberación prolongada: 10-100 mg comprimidos	Disnea Dolor moderado-severo
Octeotride	100 mcg/ml inyectable	Diarrea Vómito
Sales de rehidratación oral		Diarrea
Oxicodona	5 mg comprimidos	Dolor moderado-severo
Paracetamol	100 mg-500 mg comprimidos 500 mg supositorios rectales	Dolor leve-moderado
Prednisolona (alternativa a dexametasona)	5 mg comprimido	Anorexia
Sen (senósidos)	8,6 mg comprimido	Estreñimiento
Tramadol	50 mg comprimidos/cápsulas 100 mg/ml solución oral 50 mg/ml inyectable	Dolor leve-moderado
Trazodona	25-75 mg comprimidos 50 mg inyectable	Insomnio
Zolpidem	5-10 mg comprimidos	Insomnio

DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

sOs

17. FORMACIÓN EN CUIDADOS PALIATIVOS EN NAVARRA

En este apartado se detallan los diferentes cursos y actividades de formación relacionada con los cuidados paliativos que se llevan a cabo en Navarra.

Formación en la Universidad de Navarra

Reuniones Interhospitalarias de Cuidados Paliativos

- Reuniones interdisciplinarias mensuales de Cuidados Paliativos dirigidas a todo tipo de profesionales de equipos de cuidados paliativos y abiertas a cualquier otro profesional interesado.
- Coordinadora de las reuniones Interhospitalarias: **Dra. Marina Martínez** (Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas. Clínica Universidad de Navarra)
- E-mail: mmargarcia@unav.es

Asignatura de Medicina Paliativa en la Facultad de Medicina

- Asignatura optativa semestral de segundo ciclo, que se imparte en la Facultad de Medicina de la Universidad de Navarra. En el nuevo plan de estudios se impartirá, desde 2013 como asignatura obligatoria en el primer semestre de 6º curso.
- Encargado de la Asignatura: **Dr. Carlos Centeno** (Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas. Clínica Universidad de Navarra)
- E-mail: ccenteno@unav.es

Asignatura de Cuidados Paliativos en la Escuela de Enfermería

- Asignatura obligatoria semestral de segundo ciclo que se imparte en la Escuela de Enfermería de la Universidad de Navarra.
- Encargado de la Asignatura: **Dra. María Arantzamendi** (Escuela de enfermería. Universidad de Navarra).
- E-mail: marantz@unav.es

Cursos Básicos de Medicina Paliativa

- Cursos anuales dirigidos a profesionales médicos, de enfermería y auxiliares, con interés en el tratamiento de pacientes con enfermedad avanzada.

Acreditados por la Comisión de Formación Continuada

- Dirigidos por: **Dr. Carlos Centeno**. (Unidad de Medicina Paliativa y Control de Síntomas. Clínica Universidad de Navarra)
- E-mail: ccenteno@unav.es

Formación en el Servicio Navarro de Salud - Osasunbidea

- Durante el año 2008 se ha realizado una edición del **curso “Acompañando al final de la vida (paciente y familia)”** de 8 horas de duración en el que han participado 19 profesionales sanitarios.
- Se han realizado 12 ediciones del curso: **“Atención al final de la vida: qué hacer cuando no hay nada que hacer”** de 6 horas de duración. Han realizado este curso 213 profesionales de medicina del área de Pamplona, 32 del área de Tudela y 30 del área de Estella
- Por otro lado se han realizado 6 ediciones del **curso “Cuidados de enfermería en la agonía. Manejo de la vía subcutánea”** en Pamplona y una edición más en el área de Tudela. En las primeras 6 ediciones se han formado 80 profesionales de enfermería de las Áreas de Pamplona y Estella y 16 en la edición de Tudela.
- Se ha becado un curso de “Cuidados Paliativos” de 9,53 créditos (60 horas) online que han realizado 35 médicos de Atención Primaria.
- **Contacto:** seccion.evaluacion.calidad@cfnavarra.es

Formación en la Universidad Pública de Navarra

Asignatura de cuidados paliativos en la escuela de enfermería de la Universidad Pública de Navarra.

- Asignatura optativa semestral, que se imparte en la escuela de Enfermería de la Universidad Pública de Navarra.
- **Contacto:** www.unavarra.es

Otras actividades de formación

Sociedad Navarra de Medicina Familiar y Atención Primaria. SNaMFAP:

- En 2008 la SNaMFAP ha organizado un **Curso sobre Duelo.**
Grupo de comunicación y Salud de la Sociedad. (2,5 horas)
- **Contacto:** snamfap@medena.es

Colegio de Enfermería

- En 2008 el Colegio de Enfermería ha organizado un Curso sobre Cuidados Paliativos de 20 horas.
- **Contacto:** Colegio Oficial de Enfermería de Navarra.
Teléfono: 948 251 243
E-mail: info@enfermerianavarra.com

[Ir al Índice](#)

18. INVESTIGACIÓN EN CUIDADOS PALIATIVOS EN NAVARRA

Se enumeran a continuación una selección de trabajos de investigación publicados en revistas nacionales e internacionales en los últimos cinco años en los que han intervenido profesionales de centros sanitarios, académicos y de investigación de Navarra.

L.E. Gallo, A. Meléndez, E. Bruera. Utilización de opioides subcutáneos de forma intermitente para el manejo del dolor por cáncer en pacientes en cuidados paliativos. *Medicina Paliativa*, Vol. 16, Nº. 3, 2009, pág. 187.

A. Platero Berzunartea, I. Ausan de Tena, A. Meléndez Gracia. Perfil farmacoterapéutico de pacientes hospitalizados en la Unidad de Cuidados Paliativos. Hospital San Juan de Dios de Pamplona. *Medicina Paliativa*, Vol. 16, Nº. 1, 2009, págs. 22-27.

J.A. Díaz Benito, I. Pérez Litago, A. Sola Larraza. Actitudes de los pacientes de atención primaria ante los momentos finales de la vida. *Medicina Paliativa*, Vol. 16, Nº. 1, 2009, págs. 34-38.

Martínez-García M, Centeno C, Sanz-Rubiales A, Del Valle ML. Estudio sobre el Síndrome de Burnout en Profesionales de Enfermería de Cuidados Paliativos del País Vasco. *Rev Med Univ Navarra*. Vol 53, num1, 2009, 3-8.

Centeno C, Portela Tejedor MA, Carvajal A, San Miguel MT, Urdirioz J, Ramos L, De Santiago A. What is the best term in Spanish to express the concept of cancer-related fatigue?. *J Palliat Med*. 2009 May;12(5):441-5.

Centeno Cortés C, Olier Gárate C. [Hyperalgesia in patients treated with opioids with cancer pain: when <<more morphine>> means <<more pain>>]. *Med Clin (Barc)* 2009 Mar 10. [Epub ahead of print] Spanish.

Lynch T, Clark D, Centeno C, Rocafort J, Flores LA, Greenwood A, Prail D, Brasch S, Giordano A, De Lima L, Wright M. Barriers to the development of palliative care in the countries of Central and Eastern Europe and the Commonwealth of Independent States. *J Pain Symptom Manage*. 2009 Mar;37(3):305-15.

Centeno C, Portela MA, Noguera A, Idoate A, Sanz Rubiales A. Impact of a new palliative care consultation team on opioid prescription in a University Hospital. *BMC Palliat Care*. 2009 Jan 16;8(1):2.

Fitzsimmons D, Gilbert J, Howse F, Young T, Arraras JI, Brédart A, Hawker S, George S, Apro M, Johnson CD. A systematic review of the use and validation of health-related quality of life instruments in older cancer patients. *Eur J Cancer*. 2009 Jan;45(1):19-32

Centeno C, AS Rubiales, Hernansanz S. Hidratación por vía subcutánea en pacientes con cáncer avanzado. *Rev Med Univ Navarra* 2008; 52(3); 3-8

Centeno Cortés C, Galrica Neto I, Vara Hernando F. Estudio prospectivo de ceftriaxona subcutánea en pacientes con cáncer terminal. *Med Clin (Barc)*. 2008 Mar 29;130(11):439.

Larkin PJ, Sykes NP, Centeno C, Ellershaw C, Elsner F, Eugene B, Gootjes JRG, Nabal M, Noguera A, Ripamonti C. The management of constipation in palliative care: clinical practice recommendations. *Palliat Med* 2008; 22; 796

Lizarbe Chocarro M. Satisfacción y experiencia persona del uso de un acceso vascular subcutáneo en 50 pacientes con cáncer. *Enferm Clin*. 2008 Jul-Aug;18(4):197-200.

Martín-Carrasco M, Martín MF, Valero CP, Millán PR, García CI, Montalbán SR, Vázquez AL, Piris SP, Vilanova MB. Effectiveness of a psychoeducational intervention program in the reduction of caregiver burden in alzheimer's disease patients' caregivers. *Int J Geriatr Psychiatry*. 2008 Oct 23.

Mate J, González-Barboteo J, Ibáñez-Solaz M, Martínez-Urionabaretxea K, Limonero JT, Tuca A. Autolytic ideation at the end-of-life in palliative oncological patients: Case report. Ideación autolítica al final de la vida en pacientes oncológicos paliativos: A propósito de un caso. *Medicina Paliativa* 2008;5(2-3):339-58.

Monzón Marín J.L., Saralegui R I., Abizanda i Campos R., Cabré Pericas L., Iribarren Diarasari S., Martín Delgado M.C. et al. Recomendaciones de tratamiento al final de la vida del paciente crítico. *Med Intensiva* 2008; 32(3): 121-133.

San Martín Rodríguez L. [Evaluation of an intervention to improve nursing staff teamwork and engagement]. *Enferm Clin*. 2008 May-Jun;18(3):167-8.

San Martin-Rodriguez L, D'Amour D, Leduc N. Outcomes of interprofessional collaboration for hospitalized cancer patients. *Cancer Nurs* 2008 Mar-Apr;31(2):E18-27.

Spoon A, Centeno C, Rodriguez J, Ros W. What keeps a palliative medicine physician so busy with patients? Time expenditure in palliative care. *Palliat Med*. 2008 Oct 30

Arraras JI, Kuljanic-Vlasic K, Bjordal K, Yun YH, Efficace F, Holzner B, et al. EORTC QLQ-INFO26: A questionnaire to assess information given to cancer patients a preliminary analysis in eight countries. *Psycho-Oncology* 2007;16(3):249-54.

Barbero J, Díaz L. Diez cuestiones inquietantes en cuidados paliativos. *An Sist Sanit Navar*. 2007;30 Suppl 3:71-86.

Buisán R, Delgado JC. El cuidados del paciente terminal. *An Sist Sanit Navar*. 2007;30 Suppl 3:103-12.

Centeno C, Clark D, Lynch T, Racafort J, Prail D, De Lima L, Greenwood A, Flores LA, Brasch S, Giordano A; EAPC Task Force. Facts and indicators on palliative care development in 52 countries of the WHO European region: results of an EAPC Task Force. *Palliat Med*. 2007 Sep;21(6):463-71.

Centeno C, Noguera A, Lynch T, Clark D. Official certification of doctors working in palliative medicine in Europe: data from an EAPC study in 52 European countries. *Palliat Med*. 2007 Dec;21(8):683-7.

Loncán P, Gisbert A, Fernández C, Valentín R, Teixido A, Vidaurreta R. Cuidados paliativos y medicina intensiva en la atención al final de la vida del siglo XXI. *An Sist Sanit Navar*. 2007;30 Suppl 3:113-28

Masiá J. Dignidad humana y situaciones terminales. *An Sist Sanit Navar*. 2007;30 Suppl 3:39-55.

Muruamendiáraz A, Margall Coscojuela MA, Asiain Erro MC. [Care to the end-stage patient: help and obstacles perceived by Intensive Care nurses] *Enferm Intensiva*. 2007 Jan-Mar;18(1):3-14. Spanish.

Oroviogicoechea C, Elliott B, Watson R. Review: evaluating information systems in nursing. *J Clin Nurs*. 2008 Mar;17(5):567-75. Epub 2007 Dec 18. Review.

Osés I, Martínez K, Díaz A. Calidad de cuidados en el enfermo terminal en un hospital. *An Sist Sanit Navar*. 2007;30 Suppl 3:177-88. Spanish.

INVESTIGACIÓN EN CUIDADOS PALIATIVOS

Vivar CG, McQueen A, Whyte DA, Armayor NC. Getting started with qualitative research: developing a research proposal. *Nurse Res.* 2007;14(3):60-73.

Centeno C. Latest report from the EAPC Task Force on the Development of Palliative Care in Europe. *European Journal of Palliative Care* 2006;13(4):149-51.

Centeno C. Sanchez R. FV Hernando. Methadone for Pain Syndromes with Predominant Neuropathic Features in Cancer Patients. *Journal Of Cancer Pain & Symptom Palliation*, 2006

Chopitea A, Noguera A, Centeno C. Some evaluation tools used in Palliative Care (II): The Brief Pain Inventory (BPI). Algunos instrumentos de evaluación utilizados en Cuidados Paliativos (II): El Cuestionario Breve de Dolor (Brief Pain Inventory, BPI). *Medicina Paliativa* 2006;13(1):37-42.

Clark D, Centeno C. Palliative care in Europe: an emerging approach to comparative analysis. *Clin Med.* 2006; 6:197-201.

Escalada P, Griffiths P. Do people with cancer comply with oral chemotherapy treatments? *Br J Community Nurs* 2006 Dec;11(12):532-6.

Groenvold M, Petersen MA, Aaronson NK, Arraras JI, Blazeby JM, Bottomley A, et al. EORTC QLQ-C15-PAL: The new standard in the assessment of health-related quality of life in advanced cancer. *Palliative Medicine* 2006;20(2):51-6

Groenvold M, Petersen MA, Aaronson NK, Arraras JI, Blazeby JM, Bottomley A, et al. The development of the EORTC QLQ-C15-PAL: A shortened questionnaire for cancer patients in palliative care. *European Journal of Cancer* 2006;42(1):55-64.

Herranz G. Euthanasia: An Uncontrollable Power over Death. *The National Catholic Bioethics Quarterly* Volume 6, Number 2 / Summer 2006:263-270

Lizarraga Mansoa S, Ayarra Elía M, Cabodevilla Eraso I.[Communication as the cornerstone of the care of patients with advanced cancer. Starting points for improving our communication skills.] *Aten Primaria.* 2006 Nov 1;38 Suppl 2:7-13. Spanish.

Martínez García M, Porta Sales J, Espinosa Rojas J, Gómez Batiste-Alentorn X. Simple, and fast assessment of emotional distress in a palliative care outpatient clinic. Evaluación sencilla y rápida del distrés emocional en una consulta externa de cuidados paliativos. *Medicina Paliativa* 2006;13(3):144-8.

Seijo L, Campo A, Alcaide AB, Lacunza MM, Armendáriz AC, Zulueta JJ. Manejo ambulatorio del derrame pleural maligno mediante colocación de un catéter de drenaje tuzelizado Experiencia preliminar *Arch Bronconeumol.* 2006 Dec;42(12):660-2.

Centeno C, Vara F. Intermittent subcutaneous methadone administration in the management of cancer pain. *J Pain Palliat Care Pharmacother* 2005;19(2):7-12

Centeno Cortés C, Sanz Rubiales A, López-Lara Martín F. Course on palliative medicine research. Declaration of la Mota Castle. Desarrollo de un curso monográfico de investigación en medicina paliativa Declaración del Castillo de la Mota. *Medicina Paliativa* 2005;12(1):24-9.

E. Bruera, R. Sala, M. A. Rico, J. Moyano, C. Centeno, J. Willey, J. Lynn Palmer. The effects of parenteral hydration in terminally ill cancer patients: a preliminary study. *Journal of Clinical Oncology* 2005, 23:2366-2373.

Martínez-Urionabarrenetxea K. Sobre la moralidad de la eutanasia y del suicidio asistido. *Medicina Paliativa* 2005;20(7):400-7.

Vivar CG, McQueen A. Informational and emotional needs of long-term survivors of breast cancer. *J Adv Nurs* 2005 Sep;51(5):520-8.

Arantzamendi M, Kearney N. The psychological needs of patients receiving chemotherapy: an exploration of nurse perceptions. *Eur J Cancer Care (Engl)* 2004 Mar;13(1):23-31.

Araujo AM, Gómez M, Pascual J, Castañeda M, Pezonaga L, Borque JL. Tratamiento del dolor en el paciente oncológico. *An Sist Sanit Navar.* 2004;27 Suppl 3:63-75. Review.

Arraras JI, Wright S, Greimel E, Holzner B, Kuljanic-Vlasic K, Velikova G, Eisemann M, Visser A; EORTC Quality of Life Group. Development of a questionnaire to evaluate the information needs of cancer patients: the EORTC questionnaire. *Patient Educ Couns.* 2004 Aug;54(2):235-41.

Bjorner JB, Petersen MA, Groenvold M, Aaronson N, Ahlner-Elmqvist M, Arraras JI, et al. Use of item response theory to develop a shortened version of the EORTC QLQ-C30 emotional functioning scale. *Quality of Life Research* 2004;13(10):1683-97.

Blazeby JM, Conroy T, Bottomley A, Vickery C, Arraras J, Sezer O, et al. Clinical and psychometric validation of a questionnaire module, the EORTC QLQ-STO 22, to assess quality of life in patients with gastric cancer. *European Journal of Cancer* 2004;40(15):2260-8.

Carlos Centeno, Raúl Sánchez, Francisco Vara. Metadona en el tratamiento del dolor por cáncer: experiencia del hospital los Montalvos, Salamanca. *Medicina Paliativa* 2004, 11:157-163

Centeno C, Noguera A, López B, Carvajal A. Algunos instrumentos de evaluación utilizados en cuidados paliativos (I): El cuestionario de Evaluación de Síntomas de Edmonton (ESAS). *Medicina Paliativa* 2004;11(4):239-45.

INVESTIGACIÓN EN CUIDADOS PALIATIVOS

Centeno C, Sanz A, Bruera E. Delirium in advanced cancer patients. *Palliat Med.* 2004 Apr;18(3):184-94.

Fernández Fernández ME, Aguirán Clemente P, Amurrio López De Gastiain LM, Limonero García JT, Martínez García M, Urbano Salgado S. Standards of psychological training in Palliative Care. Estándares de formación psicológica en Cuidados Paliativos. *Medicina Paliativa* 2004;11(3):174-9.

Martínez E, Martínez M, Romero P, Manterola A, Michel J, Guelbenzu JJ, Vila E, Boldú J. Emergencias respiratorias. *An Sist Sanit Navar.* 2004;27 Suppl 3:87-97. Review.

Sánchez R, Varillas P, Centeno C. Metadona como opioide inicial en pacientes con tenesmo rectal. *Medicina Paliativa* 2004 11: 201-204

Vera R, Martínez M, Salgado E, Láinez N, Illarramendi JJ, Albístur JJ. Tratamiento de la émesis inducida por la quimioterapia. *An Sist Sanit Navar* 2004;27 Suppl 3:117-23.

OTROS RECURSOS

sOs

19. LIBROS PARA PROFESIONALES

Manual de medicina paliativa

Autores: Centeno, C; Gómez, M; Nabal, M; Pascual, A

Edición: 1ª. **Editorial:** Eunsa

Lugar de publicación: Pamplona. **Fecha de publicación:** 2009

Precio orientativo: 29 €

Comentario: Se trata del primer libro de texto sobre Medicina Paliativa dirigido a estudiantes de medicina y enfermería que se publica en español. Los autores han reunido en treinta capítulos su experiencia impartiendo la asignatura “cuidados paliativos” en las Universidades de Navarra, Las Palmas, Lleida y Autónoma de Barcelona.

La espiritualidad en el final de la vida.

Una inmersión en las fronteras de la ciencia

Autor: Cabodevilla, J

Edición: 1ª. **Editorial:** Desclee de Brower

Fecha de publicación: 2007

Número de páginas: 192. **ISBN:** 978-84-33021-72-4

Precio orientativo: 12 €

Comentario: Novedad en el panorama de los libros de cuidados paliativos. Centrado en los aspectos relacionados con la espiritualidad al final de la vida, este libro de los Cabodevilla, psicólogo del Hospital San Juan de Dios, sorprende por su frescura, por su profundidad y por su viveza. No cabe duda de que está escrito desde la experiencia porque se suceden multitud de relatos que resultan un auténtico regalo para quien quiera profundizar. Entre sus páginas se descubren detalles biográficos del autor que ayudan incluso a comprender mejor el texto. Respeto, asombro, son palabras que casan bien con este libro. La muerte es el último regalo que nos da la vida, decía Cabodevilla presentando su libro.

Manual de control de síntomas en pacientes con cáncer avanzado y terminal

Autores: Porta, J; Gómez Batiste, X; Tuca, A

Edición: 2ª. **Editorial:** Aran Ediciones

Lugar de publicación: Madrid. **Fecha de publicación:** 2008

Número de páginas: 374. **ISBN:** 978-84-96881-48-8

Precio orientativo: 24 €

Comentario: Excelente libro de bolsillo (tamaño bata de médico), imprescindible para quien quiera tener a mano una guía práctica, actualizada y muy precisa de control sintomático en el paciente con cáncer avanzado. El equipo del ICO, Hospitalet, Barcelona, con Josep Porta a la cabeza vierte, su experiencia y su precisión científica en este libro. Cada capítulo va acompañado de texto esquemático, tablas y bibliografía actualizada. Varios anexos útiles contienen los cuestionarios de evaluación más importantes. Este libro está en prácticamente todas las Unidades de Cuidados Paliativos de nuestro medio y es de consulta obligada. Toda una aportación muy práctica.

Tratado de medicina paliativa y tratamiento de soporte del paciente con cáncer

Autor: González Barón, M

Edición: 2ª. **Editorial:** Panamericana

Lugar de publicación: Madrid. **Fecha de publicación:** 2007

Número de páginas: 900. **ISBN:** 978-84-9835-131-6

Precio orientativo: 120 €

Comentario: Compendio de Medicina Paliativa con capítulos de diversos autores orientado a especialistas de cuidados paliativos y a formación de postgrado. Se trata de una edición actualizada y más centrada en cuidados paliativos que la primera, sigue manteniendo capítulos que abordan aspectos oncológicos al tiempo que otros más enfocados a cuidados paliativos. El autor es profesor titular de Patología Médica de la Universidad Autónoma de Madrid, Jefe de Servicio de Oncología del Hospital La Paz y director de la Cátedra UAM-AMGEN de "Oncología Médica y Medicina Paliativa".

Guía de práctica clínica sobre cuidados paliativos

Autores: Grupo de Trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre Cuidados Paliativos. Plan Nacional para el SNS del MSC. Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias del País Vasco

Edición: 1ª. **Editorial:** Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Lugar de publicación: Madrid. **Fecha de publicación:** 2008

Número de páginas: 308. **ISBN:** 978-84-457-2733-1

Precio orientativo: distribución gratuita

Comentario: El Ministerio de Sanidad y Consumo y el Departamento de Sanidad del País Vasco han publicado la Guía de Práctica Clínica sobre Cuidados Paliativos, un manual que, dado su rigor metodológico y su enfoque amplio e innovador, se presenta como una herramienta muy útil para la mejora de la calidad de vida de los pacientes y sus familiares. Se puede descargar en:

www9.euskadi.net/sanidad/osteba/datos/e_06_08_Cuidados_Paliat.pdf

Como dar las malas noticias en medicina

Autor: Gómez Sancho, M

Edición: 3ª. **Editorial:** Aran Ediciones

Lugar de publicación: Madrid. **Fecha de publicación:** 2006

Número de páginas: 224. **ISBN:** 978-84-95913-96-8

Precio orientativo: 23 €

Comentario: Todo un tratado práctico de comunicación con el paciente ofrecido por Marcos Gómez Sancho, uno de los pioneros de la Medicina Paliativa en España, que comenzó en Canarias en el Hospital El Sabinal una de las primeras Unidades de Cuidados Paliativos.

Cuidados del enfermo en el final de la vida y atención a su familia

Autores: Astudillo, W; Medinueta, C; Astudillo, E.

Edición: 5ª. **Editorial:** Eunsa

Lugar de publicación: Pamplona. **Fecha de publicación:** 2008

Número de páginas: 723. **ISBN:** 978-84-31325-42-8

Precio orientativo: 42 €

Comentario: Un auténtico tratado general de cuidados paliativos. En su quinta edición, el libro de Astudillo, neurólogo en el País Vasco, se amplía y actualiza, convirtiéndose en un clásico. Basado en extensas revisiones de la literatura que recoge, pone al alcance del lector español información que de otro modo podría resultar poco asequible. El hecho de que esté escrito originalmente en nuestro idioma facilita una lectura que resulta ligera y grata. Se trata de un libro exhaustivo: en sus casi cincuenta capítulos aborda todo lo relacionado con cuidados paliativos, desde temas generales a otros más de detalle, como por ejemplo las bases legales de los derechos de los enfermos terminales.

20. LIBROS PARA FAMILIARES

Martes con mi viejo profesor

Autores: Albom, M

Edición: 1º. **Editorial:** Maeva Ediciones

Lugar de publicación: Madrid. **Fecha de publicación:** 2005

Número de páginas: 215. **ISBN:** 978-84-96231-62-7

Comentario: Emocionante relato de los encuentros del periodista Mitch Albom con su antiguo profesor Morrie Schwartz, gravemente enfermo, todos los martes. Durante estos encuentros Albom tiene la oportunidad de hacer a su profesor las grandes preguntas que siguen inquietándole y hallar consejo, aliento y energías para empezar de nuevo. A pesar de que a Morrie Schwartz le queda poco tiempo de vida y de que la enfermedad le impone un doloroso calvario, el viejo profesor no ha perdido su ironía, ni tampoco las ganas y la capacidad de enseñar, de escuchar y de comprender, y se convierte en un muy valioso consejero y mentor de Mitch Albom. Un libro sencillo e intenso que encierra profundas verdades. Una historia real para un libro culto.

En tiempo de prodigios

Autora: Rivera de la Cruz, M

Edición: 1º. **Editorial:** Planeta

Lugar de publicación: Barcelona. **Fecha de publicación:** 2006

Número de páginas: 510. **ISBN:** 978-84-08-06901-0

Comentario: Cecilia está en crisis por la muerte de su madre seis meses antes cuando una amiga de siempre le pide que visite de vez en cuando a su abuelo Silvio mientras su familia está en Estados Unidos. Cecilia accede y Silvio le cuenta su vida.

Una pena en observación

Autor: C.S. Lewis. Traducción: Carmen Martin Gaité

Edición: 1º. **Editorial:** Anagrama

Lugar de publicación: Barcelona. **Fecha de publicación:** 2002

Número de páginas: 104. **ISBN:** 978-84-339-0653-3

Comentario: El autor, profesor en Oxford, católico y conocido hombre de letras narra sus sentimientos ante la muerte por cáncer de su esposa, una poetisa americana con la que acaba de casarse a los 50 años. La búsqueda del sentido al dolor y al sufrimiento.

Las cinco personas que encontrarás en el cielo

Autor: Albom, M

Edición: 1º. **Editorial:** Maeva Ediciones

Lugar de publicación: Madrid. **Fecha de publicación:** 2004

Número de páginas: 200. **ISBN:** 978-84-96231-14-6

Comentario: Un libro muy original con toques de espiritualidad, nos cuenta la historia de Eddie un hombre de 83 años que trabaja en el parque de atracciones de una pequeña ciudad de provincias norteamericana. Su vida acaba de forma trágica. Eddie se encuentra ahora....en el Cielo. El paraíso aparece como un lugar donde, por fin, entendemos el sentido de nuestra vida en la tierra. Así se encuentra con las cinco personas que más han influido en su vida de forma directa, pero también indirecta, sin que él, en muchas ocasiones se diera cuenta.

La muerte íntima

Autora: Hennezel, M

Edición: 1º. **Editorial:** Plaza Janes

Lugar de publicación: Barcelona. **Fecha de publicación:** 2002

Número de páginas: 104. **ISBN:** 978-84-01-37562-2

Comentario: Cuando la muerte está próxima, cuando reina la tristeza y el sufrimiento, todavía es posible encontrar vida, todavía puede haber alegría, sentimientos y cambios del alma de una profundidad y de una intensidad tales como no se habían vivido antes.

Sin miedo

Autor: Monge, MA

Edición: 1º. **Editorial:** Eunsa

Lugar de publicación: España. **Fecha de publicación:** 2006

Número de páginas: 173. **ISBN:** 978-84-313-2444-5

Comentario: Este libro se propone reflexionar sin miedo sobre la enfermedad y la muerte y sus cuestiones colaterales: la enfermedad terminal, la humanización de la medicina, los cuidados paliativos, la eutanasia, el sentido del sufrimiento, la esperanza y también, ¿por qué no?, el más allá.

La muerte de Ivan Ilich

Autor: Tolstoi, L

Editorial: Jorge A. Mestas. Ediciones Escolares

Lugar de publicación: Algete. **Fecha de publicación:** 2002

Número de páginas: 124. **ISBN:** 978-84-95311-99-3

Comentario: Ivan Ilich se está muriendo y lo sabe, pero eso no quiere decir que lo entienda: por mas que lo intenta, el sentido de lo que le ocurre se le escabulle. ¿Qué significa eso que llaman muerte?... le era imposible comprenderlo.

[Ir al Índice](#)

21. PELÍCULAS RECOMENDADAS

Se exponen a continuación una serie de películas relacionadas con la enfermedad avanzada y se pueden utilizar para formación en cuidados paliativos.



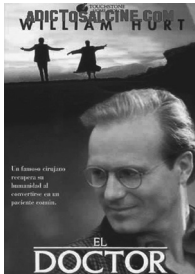
Las confesiones del Dr. Sachs
(La maladie de Sachs)
(Francia 1999). 107'

Director: Michel Deville

Tema: Profesión médica, sufrimiento por otros...

Sinopsis: El Dr. Sachs es un médico general que trabaja en una zona rural de Francia. Sus pensamientos, relatados en forma de diario, expresan lo que siente en la atención diaria a personas que sufren, algunas por nimiedades, otras por estar cercanas a la muerte.

PELÍCULAS RECOMENDADAS



El Doctor **(The Doctor)** **(EEUU 1991). 117´**

Director: Randa Hai-nes

Tema: Médico enfermo, malas noticias, profesión médica...

Sinopsis: El Dr. Mc Kee es un afamado cirujano al que la vida le sonríe. Sin embargo, cuando él se convierte en paciente muchos de los cimientos en los que basa su éxito se desmoronar n.



Las Alas de la Vida **(2006). 90´** **Largometraje documental**

Director: Antoni P. Canet, a partir de una idea de Carlos Cristos

Tema: Sufrimiento, sentido de la vida...

Sinopsis: Carlos Cristos es un médico de familia de origen gallego que en el momento de realizarse este documental vive en la isla de Mallorca. Sufre una enfermedad degenerativa y en este testimonio expresa cómo afronta él su proceso y cómo quiere que sea su final. Es un documento impresionantemente bello...



Mi vida sin mí
(My Life Without Me)
(España-Canadá 2003). 108'

Directora: Isabel Coixet

Tema: Autonomía, soledad...

Sinopsis: Tras el diagnóstico médico de que padece cáncer y que, ya avanzado como estaba, tiene poco tiempo de vida, Ann descubre el placer de vivir, guiada por un impulso vital: completar una lista de "cosas por hacer antes de morir".



La habitación de Marvin
(Marvin's Room)
(EE.UU., 1996). 95'

Director: Jerry Zacks

Tema: Cuidadores, amor incondicional

Sinopsis: La enfermedad de Marvin, que le obliga a permanecer en cama, con oxígeno, incapaz de pronunciar palabra, provocó la ruptura entre sus dos hijas. Bessie ha cuidado abnegadamente de su padre, dedicándole lo mejor de su tiempo y cariño. Lee prefirió alejarse de lo que parecía una vida inútil, con la excusa de atender a su propia familia... Después de 20 años sin contacto, Bessie debe acudir a su hermana: le han detectado una leucemia, y la única esperanza de curación pasa por el trasplante de médula de un pariente próximo.

PELÍCULAS RECOMENDADAS

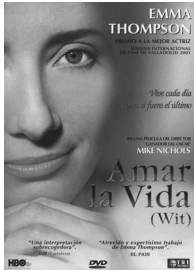


La habitación del hijo **(La stanza del figlio)** **(Italia-Francia, 2000). 95'**

Director: Nanni Moretti

Tema: Duelo, luto. Muerte y paternidad-maternidad...

Sinopsis: Una familia unida que vive en una pequeña ciudad al norte de Italia. Un padre psicoanalista, Giovanni; la madre, Paola, y sus dos hijos adolescentes: Irene y Andrea. Andrea sale a bucear con sus amigos, pero no volverá... Un fatal accidente cambiará la vida de toda la familia.



Amar la Vida **(Wit)** **(Gran Bretaña - EE.UU., 2001). 94'**

Director: Mike Nichols

Tema: Profesión médica, sentido de la vida...

Sinopsis: La película centra su relato en la experiencia de una profesora universitaria de literatura, Vivian Bearing, interpretada magistralmente por Emma Thompson, desde el momento en el que se le diagnostica un cáncer ovárico hasta su muerte



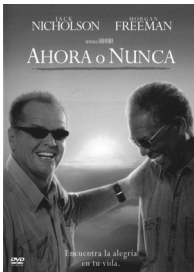
Million Dollar Baby
(*Million Dollar Baby*)

(EE.UU. 2004). 132'

Director: Clint Eastwood

Tema: Sufrimiento, sentido de la vida, eutanasia...

Sinopsis: La película cuenta la historia de Maggie Fitzgerald (Hilary Swank), una camarera de 31 años, que desea ser boxeadora profesional. Diariamente se entrena en el gimnasio de Frankie Dunn (Clint Eastwood), un entrenador cuyo deseo es que su protegido, Willie (Mike Colter), sea campeón. Maggie consigue ser una campeona hasta que un fatal combate la deja tetrapléjica.



Ahora o Nunca
(*The Bucket List*)

(E.E.U.U. 2007)

Director: Rob Reiner

Tema: Enfermedad. Sentido de la vida.

Sinopsis: La vida de Carter Chambers ha resultado estar muy lejos de la lista de deseos que elaboró cuando estaba en la universidad: se casó, tuvo hijos y terminó trabajando como mecánico. Por el contrario, el multimillonario Edward Cole nunca ha pensado en sus necesidades reales, ya que el dinero siempre le ha dado todo. Cuando la enfermedad une a estos dos hombres tan distintos en la habitación de un hospital, deciden escapar para recuperar el tiempo perdido y vivir la última gran aventura de sus vidas.



La fuente de la vida

The Fountain

(E.E.U.U. 2006)

Director: Darren Aronofski

Tema: Sentido de la vida y de la muerte. Amor redentor...

Sinopsis: La fuente de la vida es una odisea sobre la eterna lucha de un hombre por salvar a la mujer que ama. Su peripecia épica empieza en la España del siglo XVI, donde el conquistador Tomas (Hugh Jackman) comienza su búsqueda de la Fuente de la Eterna Juventud, la legendaria quimera que se cree concede la inmortalidad. Un científico de hoy en día, Tommy Creo, lucha desesperadamente por encontrar una cura para el cáncer que está matando a su adorada mujer, Isabel (Rachel Weisz). Viajando a través del espacio como un astronauta del siglo XXVI, Tom empieza a comprender los misterios que le han atormentado durante un milenio. Las tres historias convergen en una verdad, cuando los Thomas de todas las épocas –el guerrero, el científico y el explorador– aceptan la vida, el amor, la muerte y el renacimiento.

22. RECURSOS DE CUIDADOS PALIATIVOS EN INTERNET

Se enumeran a continuación una selección de enlaces de internet de páginas relacionadas con los cuidados paliativos.

Sociedad Española de Cuidados Paliativos

Ofrece una exhaustiva información de páginas Web relacionadas con los cuidados paliativos así como documentos e información de relevante interés para los profesionales.

<http://www.secpal.com>

Sociedad Española de Medicina de Familia

El Grupo de Trabajo de Cuidados Paliativos pone a disposición de los asociados documentos y material formativo.

http://www.semfyec.es/es/grupos_trabajo/paliativos

Asociación Española contra el Cáncer

Acceso a links de interés en cáncer y a la biblioteca de la asociación que cuenta con una amplia selección de revistas sobre cáncer.

<http://www.todocancer.com/esp>

Sociedad Española de Oncología Radioterápica

Acceso a la página de la asociación. Enlace a sus programas, información para profesionales y pacientes y otros documentos de interés.

<http://www.aero.es>

Sociedad Española de Oncología Médica

Página de la Sociedad. Información sobre cursos, congresos, grupos de trabajo y documentación diversa de interés.

<http://www.seom.org>

Asociación Europea de Cuidados Paliativos

Acceso a acciones desarrolladas en Europa, documentos, reuniones, investigación, etc.

<http://www.eapcnet.org/>

Página de la Organización Mundial de la Salud sobre Cuidados Paliativos

Acceso a las estrategias de la OMS contra el cáncer y documentos relacionados. Recomendaciones de la OMS en Cuidados Paliativos y enlaces con estrategias en cuidados paliativos en diferentes países.

<http://www.who.int/cancer/palliative/en/>

Instituto Nacional del Cáncer de Estados Unidos

Acceso a una amplia información sobre diferentes tipos de cáncer y documentos relacionados. Incluye información en español.

<http://www.cancer.gov/>

Programa de Cuidados Paliativos de Edmonton Alberta Canada

Acceso a la descripción del Programa de cuidados paliativos de Alberta en Canadá. Ofrece enlaces a diferentes recursos de interés.

<http://www.palliative.org>

Guía de Tratamientos en Cuidados Paliativos del Reino Unido

Servicio de información de cáncer con información actualizada para el profesional y pacientes. Presenta interesantes recursos formativos.

<http://www.cancerbacup.org.uk/Home>

Bmc-Palliative Care

Revista de acceso libre con artículos sobre cuidados paliativos.

<http://www.biomedcentral.com/bmcpalliatcare/>

Fisterra

Página que ofrece documentos con información para pacientes y familiares elaborados por profesionales de la salud basándose en fuentes fiables.

<http://www.fisterra.com/Salud/index.asp>

Asociación Española contra el Cáncer

Página con información útil para pacientes y familiares sobre el cáncer.

<http://www.todocancer.com/esp>

Palliative Drugs

Guía Farmacológica con los medicamentos más utilizados en Cuidados Paliativos. Dr. Robert Twycross, Dr. Andrew Wilcock.

<http://www.palliativedrugs.com/>

Ir al Índice



9 788423 531868