

Amaia Terradillos / ENFERMERA GESTORA DE LA UNIDAD DEL CORAZÓN DE POLICLÍNICA GIPUZKOA

“No hace falta esperar a encontrarse mal para empezar a cuidar el corazón”

Izaro Zubeldia

La salud cardiovascular requiere mucho más que un diagnóstico y un tratamiento: necesita coordinación, información y acompañamiento. La nueva Unidad del Corazón de Policlínica Gipuzkoa reúne en un mismo espacio a profesionales de distintas especialidades para ofrecer una atención más ágil, integral y personalizada. A través de la figura de la enfermera gestora de salud, los pacientes cuentan con una referencia que les orienta, resuelve sus dudas y les acompaña desde la primera consulta hasta la recuperación y la prevención.

► **Policlínica Gipuzkoa acaba de poner en marcha una Unidad del Corazón única en Gipuzkoa. ¿Qué supone para los pacientes contar con todos los servicios cardiovasculares integrados en un mismo espacio?**

► La Unidad del Corazón es mucho más que un espacio físico. Hemos integrado en una misma área a todos los profesionales y servicios relacionados con la salud cardiovascular para trabajar de forma conjunta y coordinada y, sobre todo, acompañar al paciente a lo largo de su proceso. Como enfermera, para mí supone un paso adelante en nuestra forma de cuidar: unir profesionales, conocimiento y capacidad asistencial, poniendo siempre al paciente en el centro de todo lo que hacemos.

► **Una de las grandes novedades de esta Unidad es la incorporación de la figura de la enfermera gestora de salud. ¿En qué consiste exactamente su trabajo y qué aporta al paciente?**

► Mi labor es coordinar y dar continuidad a la atención del paciente dentro de la Unidad. Tengo una visión global de su situación y actúo como enlace entre los diferentes profesionales y el paciente, asegurándome de que entienda la información que recibe y tenga claro cuál es el siguiente paso. Una parte fundamental de mi trabajo se desarrolla en la consulta de enfermería. En ella valoro el estado y la evolución del paciente, realizo su seguimiento y le oriento para que comprenda mejor su enfermedad y su tratamiento.

► **Muchas personas no saben por dónde empezar cuando tienen síntomas o les diagnostican una enfermedad cardiovascular. ¿Cómo puede ayudarles la Unidad desde ese primer momento?**

► Lo primero es escuchar al paciente y valorar su situación. Desde ese primer contacto podemos identificar qué tipo de asistencia requiere y con qué prioridad, y dirigirle al profesional o al servicio correspondiente. Si ya tiene un diagnóstico, estudiamos su caso, le guiamos desde el primer momento y organizamos su atención dentro de la Unidad del Corazón.

► **La Unidad cuenta con un teléfono de contacto directo. ¿Qué tipo de orientación pueden recibir los pacientes o sus familias cuando llaman?**

► Para nosotros es muy importante facilitar al paciente el acceso a la Unidad del Corazón. Por eso disponemos de un teléfono de contacto directo, atendido de 8.00 a 20.00 horas por personal de la propia Unidad, que conoce su funcionamiento y los servicios que la integran. El teléfono es 943 002 755. Los pacientes o sus familiares pueden llamar para solicitar una primera cita, modificar una cita ya programada, plantear una duda o comunicar una incidencia



Amaia Terradillos, enfermera gestora de la Unidad del Corazón de Policlínica Gipuzkoa. RUBEN PLAZA

o necesidad relacionada con su salud cardiovascular. Según el motivo de la llamada, el equipo puede atender directamente la petición o trasladarla al área o al profesional correspondiente.

► **A menudo los pacientes tienen que pasar por consultas, pruebas diagnósticas, intervenciones o programas de rehabilitación. ¿Cómo los acompaña la enfermera gestora a lo largo de todo este recorrido?**

► Mi labor consiste en informar y orientar al paciente y a su familia en cada etapa. Antes de una prueba o una intervención, les explico en qué va a consistir, qué deben hacer antes y qué cuidados pueden necesitar después. También compruebo que hayan entendido la información y resolvemos las dudas que puedan surgir. Intento anticiparme a las necesidades que pueden aparecer, especialmente después de una intervención: qué controles serán necesarios, cómo continuará la recuperación o cuándo podrá retomar sus actividades habituales. Esto nos permite planificar con tiempo y reducir la incertidumbre.

► **¿Qué ventajas tiene para el paciente disponer de un equipo multidisciplinar formado por cardiólogos, cirujanos cardiovasculares, electrofisiólogos, cardiólogos intervencionistas, fisioterapeutas expertos en rehabilitación cardíaca y personal de enfermería trabajando de forma coordinada?**

► En cardiología, esta forma de trabajo en equipo se conoce como Heart Team. Cuando un caso lo requiere, se valora entre distintos especialistas. Cada profesional aporta su experiencia y se analizan las diferentes opciones, teniendo en cuenta sus riesgos y beneficios. A partir de ese análisis, el equipo acuerda la opción más adecuada para cada paciente. Si su situación evo-

luciona o aparecen nuevas necesidades, se revisan las decisiones tomadas y adaptamos el abordaje. Para el paciente, esto supone que las decisiones importantes sobre su salud se apoyan en el criterio compartido de profesionales con experiencia en diferentes áreas de la atención cardiovascular.

► **Desde su experiencia, ¿cuáles son las dudas o preocupaciones más frecuentes que plantean las personas que sufren o sospechan tener una enfermedad cardiovascular?**

► Después de muchos años trabajando en cardiología, las primeras preguntas que suelo escuchar son muy directas: “¿Es grave?”, “¿Puede volver a ocurrir?” o “¿Qué tengo que hacer ahora?”. Quienes todavía no tienen un diagnóstico quieren saber si los síntomas que sienten pueden estar relacionados con el corazón y cuándo deben consultar. Cuando ya conocen su enfermedad, les preocupa el tratamiento, la medicación y cómo puede afectar a su vida diaria: si podrán hacer ejercicio, trabajar, viajar o mantener sus actividades habituales.

► **La prevención es un aspecto clave en la salud cardiovascular. ¿Qué papel desempeñan la educación sanitaria y el acompañamiento enfermero para ayudar a los pacientes a cuidar mejor su corazón?**

► La educación sanitaria permite que el paciente comprenda qué factores influyen en su salud cardiovascular y qué puede hacer para reducir su riesgo. Desde la consulta de enfermería abordamos aspectos como la alimentación, la actividad física, el tabaco, el manejo del estrés y la calidad del sueño. También trabajamos el control de la tensión arterial y el colesterol, así como el cumplimiento del tratamiento.

► **La Unidad apuesta por la alta resolución y la última tecnología. ¿Cómo se traduce esa inno-**

vación en una atención más ágil y cómoda para los pacientes?

► La principal ventaja es poder ofrecer una atención más resolutive. Siempre que sea posible, organizamos la consulta y las pruebas necesarias para realizarlas en una misma visita o para que sus resultados estén disponibles antes de la valoración médica. Esto permite reducir desplazamientos y tiempos de espera, agilizar el diagnóstico y establecer antes los siguientes pasos.

► **Si una persona llega preocupada por unos síntomas, tiene antecedentes familiares o simplemente quiere revisar la salud de su corazón, ¿qué mensaje le trasladaría desde esta Unidad del Corazón?**

► Le diría que no se quede con la duda y que consulte. No todos los síntomas significan que exista una enfermedad cardíaca, ni tener antecedentes familiares implica necesariamente que vaya a desarrollarla, pero es importante valorar cada situación. Tampoco hace falta esperar a encontrarse mal para empezar a cuidar el corazón. En la Unidad del Corazón valoramos cada caso de manera individual, teniendo en cuenta los síntomas, los antecedentes y los factores de riesgo de cada persona. A partir de ahí, determinamos si necesita alguna prueba y qué recomendaciones son las más adecuadas para su caso. Consultar no es alarmarse, sino ocuparse de la propia salud. Queremos que todas las personas sepan que tienen un teléfono directo con la Unidad del Corazón y una enfermera de referencia a la que pueden acudir de forma fácil y rápida siempre que lo necesiten. Porque queremos estar cerca de las personas y que llegar hasta nosotros sea siempre fácil. ■