

PROYECTO DE REFORMA DE TERRAZA DE BLOQUE QUIRÚRGICO PARA LA HUMANIZACIÓN DE LA ATENCIÓN DE PACIENTES DE LA UNIDAD DE CRÍTICOS POSTQUIRÚRGICOS (UCP):

El ingreso en una unidad de cuidados críticos supone una ruptura brusca y total con la vida cotidiana. Esta incluye la pérdida del contacto con la naturaleza que diariamente nos proporciona la necesaria estimulación sensorial y otros beneficios que intervienen en la fisiología del ser humano¹:

Humanizar los Cuidados Intensivos es centrarnos en la persona a la que atendemos, entendiendo que es única, preservando su dignidad y valores, cuidándola en base a la mejor evidencia disponible, haciendo uso racional de recursos, incluyendo a los familiares y haciéndolos parte del proceso, recordando que la salud es un derecho fundamental de todo ser humano².

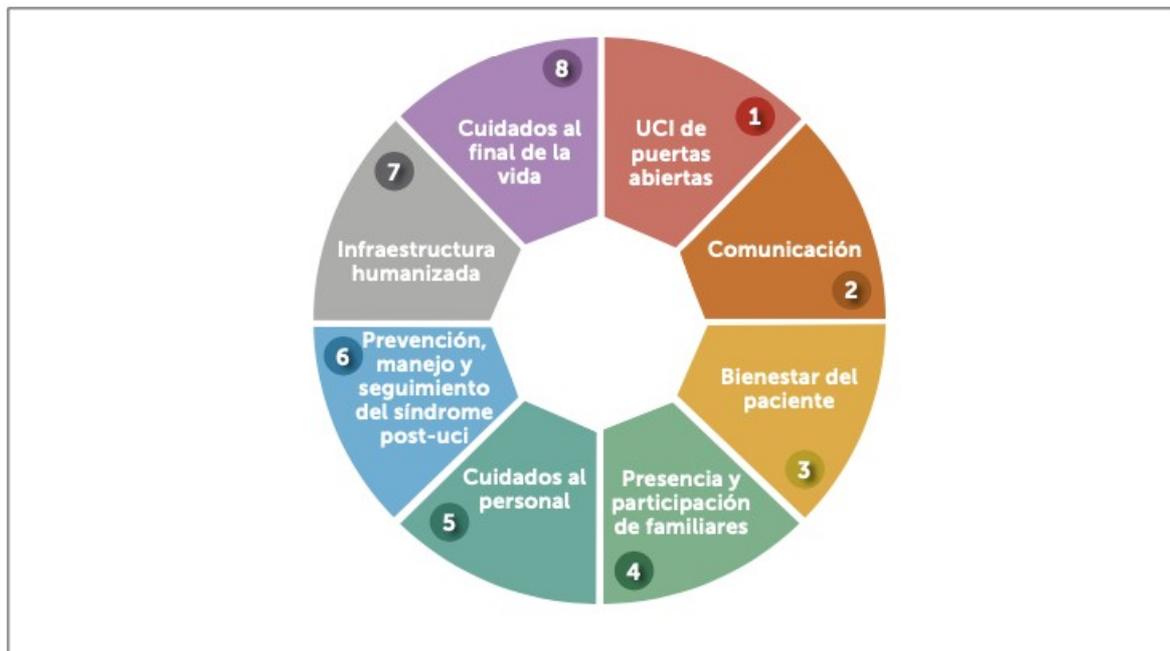
Esta necesidad sentida y expresada que muchos manifestaban de manera aislada originó en 2014 el nacimiento del Proyecto de Investigación Internacional “Humanizando los Cuidados Intensivos” (HU-CI)³.

Este proyecto pretende dar una visión integral de la situación actual en las UCIs, a través de un grupo multidisciplinar de profesionales que desarrollan su labor en la atención de unidades de pacientes críticos, poniendo a las personas en el centro de esa atención. De este modo, profesionales de la salud, familias, pacientes, psicólogos, arquitectos, técnicos de estructuras y espacios etc., aportan una visión integral, para entre todos, mejorar la atención de las UCIs. Este proyecto cuenta con el aval científico de numerosas sociedades científicas tanto nacionales como internacionales⁴.

Este Proyecto HU-CI tiene los siguientes objetivos:

- Humanizar los cuidados intensivos para mejorar el bienestar del paciente.
- Servir de foro y punto de encuentro entre pacientes, familiares y profesionales.
- Difundir los cuidados intensivos y acercarlos a la población general, poniendo énfasis en actividades relacionadas con la humanización de los cuidados.
- Fomentar la formación en habilidades de humanización: comunicación, relación de ayuda, etc.
- Orientar hacia la prestación de una atención humanizada mediante el establecimiento de estándares y acreditando su cumplimiento en aquellas unidades que lo soliciten.

Esta tarea se pone en marcha por el Proyecto HU-CI a través de la creación de 8 líneas estratégicas (Figura 1)⁵.



Heras G. My Favorite Slide: The ICU and the Human Care Bundle. NEJM Catal (2018).
Facilitado y Traducido por Heras G.
HU-CI: Humanizando los Cuidados Intensivos.

Figura 1.- Líneas de investigación Proyecto HU-CI.

Una de la líneas estratégicas del Proyecto HU-CI es crear una estructura humanizada, realizando modificaciones en el entorno físico de las unidades de Cuidados Críticos, ya que éstas pueden influir positivamente en los sentimientos y en las emociones favoreciendo espacios humanos adaptados a la funcionalidad de las unidades. Espacios acordes a los procesos que ocurren en ellos, con la máxima funcionalidad posible, teniendo en cuenta las necesidades de todos los usuarios implicados⁶.

Este concepto es aplicable también a la habilitación de espacios como jardines o terrazas para pacientes en los que esté indicado, con garantía de acceso a los mismos (sillas de ruedas, camas, etc.).

Existen varias publicaciones científicas⁷⁻⁹ que muestran el impacto de la naturaleza en la salud tanto a nivel psicológico (mejora de las funciones cognitivas, disminución de las tasas de ansiedad, depresión y estrés,) como físico (regulación del sistema simpático y parasimpático, disminución de cortisol y citocinas, secreción aumentada de endorfinas, mejora de la respuesta inmune, con aumento en las cifras de linfocitos NK y aceleración de la recuperación del organismo tras cirugía).

Por estos motivos, presentamos nuestra candidatura al área temática 3 (Arquitectura Humanizada), ya que con esta terraza se mejoraría de forma sustancial la atención a nuestros paciente críticos postquirúrgicos, incrementando su bienestar y ayudándolos a enfrentar el síndrome post-UCI, acompañados de sus familiares.

Anexo 1.-

- 1.- Modificación de entrada para que sea accesible a sillas de ruedas y camas hospitalarias.
- 2.- Colocación de pérgola recubierta de plantas trepadoras que permitan entorno fresco y natural.
- 3.- Valorar posibilidad arquitectónica de unir las 2 plataformas (techo de Entrada F del H. General) a modo de una única terraza.
- 4.- Mejora del suelo para que tenga pavimento de fácil limpieza y alta durabilidad.
- 5.- Posibilidad de cerramiento con elevación de altura de barandilla para evitar riesgo de caídas.
- 5.-Reubicación de máquinas de aire acondicionado o en su defecto, ocultarlo con verja de madera.
- 6.- Bancos para descanso de acompañantes.
- 7.- Jardineras con plantas de temporada que den color y variedad.

Foto 1.- Aspecto actual de la terraza.



Foto 2.- Propuesta de terraza terminada.



Bibliografía:

- 1.- Igeño-Cano JC. Beneficios de los paseos por jardines exteriores del hospital en el paciente crítico, familia y profesionales. J.C. Igeño-Cano, Med Intensiva. 2020; 44 (7): 446-448.
<https://doi.org/10.1016/j.medin.2019.09.007>.
- 2.- Committee on Economic, Social and Cultural Rights, General comment No. 20, Nondiscrimination in economic, social and cultural rights; 2009.
- 3.- Heras G. Tenemos un plan [Internet]. Proyecto HU-CI. 2014 [cited 23 December 2014]. Available from: [https:// humanizandoloscuidadosintensivos.com/es/tenemos-un-plan/](https://humanizandoloscuidadosintensivos.com/es/tenemos-un-plan/)
- 4.- Grupo de trabajo de certificación de Proyecto HU-CI. Manual de buenas prácticas de humanización en Unidades de Cuidados Intensivos. Madrid: Proyecto HU-CI; 2019 [acceso 22 de mayo de 2019]. Disponible en: <http://humanizandoloscuidadosintensivos.com/es/buenas-practicas/>
- 5.- Rojas V. Humanización de los cuidados intensivos. REV. MED. CLIN. CONDES - 2019; 30(2) 120-125] <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2019.03.005>
- 6.- Baeza Gómez Ignacio, Quispe Hoxsas Linda Cynthia. Proyecto "Humanizando los Cuidados Intensivos", nuevo paradigma de orientación de los Cuidados Intensivos. Rev. Bioética y Derecho [Internet]. 2020 [citado 2021 Jul 05]; (48): 111-126. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1886-58872020000100008&lng=es. Epub 11-Mayo-2020.
- 7.- Song C, Ikei H, Miyazaki Y. Physiological effects of nature therapy: A review of the research in Japan. Int J Environ Res Public Health. 2016;13:781, <https://doi.org/10.3390/ijerph13080781>.
- 8.- Kuo M. How might contact with nature promote human health? Promising mechanisms and a possible central pathway. Front Psychol. 2015;6:1093, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01093>.
- 9.- Mao GX. Therapeutic effect of forest bathing on human hypertension in the elderly. J Cardiol. 2012;60:495-502, <https://doi.org/10.1016/j.jjcc.2012.08.003>.