

UN AMANECER....



TXOKO 1

RETO 4

Aitana Quintela, Anne Lopez, Ixchel Gonzalez y Asier Zabal

10 de enero 2026

ÍNDICE

¿QUÉ HACEMOS EN NUESTRO CENTRO PALIATIVO?.....	4
¿Que es un centro paliativo?.....	4
¿Qué hacemos nosotros?.....	4
ESTANCIAS.....	5
ESPACIOS PARA USUARIOS Y FAMILIAS:.....	5
- Habitación para los pacientes.....	5
- Baño de la habitación.....	5
- Sala de estar para familiares.....	6
- Cocina.....	6
- Pasillos.....	6
ÁREAS ASISTENCIALES.....	7
- Control de enfermería.....	7
- Consultas médicas.....	7
- Sala de curas y tratamientos.....	7
- Sala de fisioterapia.....	7
ESPACIOS DE BIENESTAR.....	7
- Jardín terapéutico.....	7
- Terraza accesible.....	8
- Sala de silencio / capilla.....	8
- Sala de relajación.....	8
ÁREAS DE APOYO PSICOSOCIAL.....	8
- Despacho de psicología.....	8
- Despachos de trabajadores.....	8
ÁREAS DE SERVICIOS GENERALES.....	8
- Lavandería.....	8
- Almacenes.....	8
- Vestuarios y descanso de trabajadores.....	8

- Recepción.....	9
ESPACIOS DE APOYO PROFESIONAL Y FORMACIÓN.....	9
- Sala de reuniones.....	9
- Zona de descanso.....	9
- Despachos.....	9
RECURSOS Y SERVICIOS ADICIONALES.....	9
- SERVICIOS EXTERNOS.....	9
- EQUIPAMIENTO ESPECÍFICO.....	9
- RECURSOS TERAPÉUTICOS.....	9
PRINCIPIOS DE DISEÑO CLAVE.....	10
- HUMANIZACIÓN:.....	10
- SENSORIAL:.....	10
- FUNCIONALIDAD:.....	10
- INCLUSIÓN:.....	10
NORMATIVA.....	11
ECONOMÍA CIRCULAR Y TECNOLOGÍAS HABILITADORAS.....	12
Economía Circular.....	12
Agua y Energía.....	12
Tecnología en el Centro.....	12
SERVICIOS.....	13
Servicios clave que proporcionan:.....	13
Equipo Multidisciplinar:.....	13
¿Cuándo se puede iniciar la estancia en el centro paliativo?.....	13

¿QUÉ HACEMOS EN NUESTRO CENTRO PALIATIVO?

¿Que es un centro paliativo?

Un centro de cuidados paliativos es un lugar donde se atiende a personas que tienen enfermedades graves o incurables. El objetivo principal es mejorar su calidad de vida y apoyar a sus familias.

En estos centros, los profesionales no solo se encargan de cuidar el cuerpo, por ejemplo controlando el dolor o ayudando con la alimentación y la higiene, sino que también ofrecen apoyo emocional, psicológico y social.

El trabajo se hace en equipo, con médicos, enfermeros, psicólogos, trabajadores sociales y otros profesionales, para que los pacientes se sientan cómodos, seguros y acompañados en todo momento. Además, los centros están diseñados para que los espacios sean tranquilos, accesibles y agradables.

¿Qué hacemos nosotros?

Somos un equipo de técnicos que intervenimos en el barrio amara con un servicio nuevo de cuidados paliativos que hemos inaugurado, nuestro objetivo con este centro es que las personas con enfermedad avanzada o incurable y que necesitan cuidados, mejorar la calidad de vida, aliviando el dolor, ayudándoles y dando cuidados integrales, tanto de los usuarios como los familiares por la situación dura y difícil que viven.



ESTANCIAS

En nuestro centro paliativo tenemos muy en cuenta el entorno físico, ya que favorece mucho en el bienestar de la familia y el usuario, no es solo el funcionamiento que utilizamos en el centro si no el confort y la calma.

En nuestro centro utilizamos colores que transmiten calma y calidez para crear un ambiente acogedor para los usuarios y sus familiares, teniendo en cuenta que se trata de la etapa final de la vida. Utilizamos los tonos neutros, los verdes suaves y los azules cálidos, mientras que evitamos colores como el rojo, el negro o el gris oscuro, resultan más agresivos y creemos que no son las mas adecuadas para la situacion

ESPACIOS PARA USUARIOS Y FAMILIAS:

- Habitación para los pacientes

Las habitaciones son el espacio más importante del centro. Tienen que ser unas habitaciones donde se sientan tranquilas, cálidas y parecidas a una casa, no a un hospital.

- Habitaciones individuales
- Tamaño aproximado: 18 a 22 m²
- Cama clínica centrada, con espacio libre alrededor
- Sillón o sofá cama para un familiar
- Mesa pequeña y armario para objetos personales
- Ventana grande con vista al jardín o al exterior
- Cortinas dobles: una ligera y otra oscura
- Iluminación cálida y regulable

- Baño de la habitación

Cada habitación tiene su propio baño, pensado para seguridad y comodidad.

- Tamaño: 4.5 a 5.5 m²
- Ducha a nivel del suelo (sin escalón)
- Barras de apoyo
- Váter elevado
- Lavabo accesible
- Piso antideslizante

- Sala de estar para familiares

Espacio cercano a las habitaciones para que la familia pueda descansar.

- Sofás cómodos
- Mesas pequeñas
- Iluminación suave
- Ambiente silencioso
- Vista al exterior o jardín
- Colores suaves

- Cocina

Espacio diseñado para que los usuarios disfruten de comidas nutritivas y cómodas.

- Cocina equipada: con nevera, horno, microondas y utensilios necesarios para preparar alimentos frescos y variados.
- Comedor acogedor: mesas y sillas cómodas para que las comidas sean un momento agradable y social.
- Atención personalizada: el personal adapta los menús según las necesidades y preferencias de cada usuario.

- Pasillos

- Anchos y rectos
- Luz natural si es posible
- Pequeños descansos con bancos
- Colores claros
- Señalización simple



ÁREAS ASISTENCIALES

- Control de enfermería

Lugar desde donde el personal de enfermería vigila y atiende a los pacientes.

- Consultas médicas

Despachos donde los médicos valoran al paciente y hablan con la familia.

- Sala de curas y tratamientos

Espacio para realizar curas, poner medicación o hacer cuidados específicos.

- Sala de fisioterapia

Espacio para ejercicios suaves y tratamientos físicos que ayudan al confort del paciente.

ESPACIOS DE BIENESTAR

- Jardín terapéutico

Espacio exterior conectado visualmente con las habitaciones.

- Caminos accesibles
- Bancos
- Plantas naturales
- Árboles que den sombra
- Ambiente natural

- **Terraza accesible**

Espacios al aire libre adaptados para sillas de ruedas y camas.

- **Sala de silencio / capilla**

Lugar tranquilo para rezar, pensar o estar en silencio, según las creencias de cada persona.

- **Sala de relajación**

Espacio con luces suaves, música y estímulos calmantes para reducir ansiedad.

ÁREAS DE APOYO PSICOSOCIAL

- **Despacho de psicología**

Sala donde el psicólogo ayuda al usuario y a la familia a nivel emocional

- **Despachos de trabajadores**

Espacios para informar y ayudar con recursos, ayudas y organización familiar

ÁREAS DE SERVICIOS GENERALES

- **Lavandería**

Sitio donde se lava y cuida la ropa del centro

- **Almacenes**

Espacios para guardar material

- **Vestuarios y descanso de trabajadores**

Espacios para que los trabajadores se cambien y puedan descansar

- **Recepción**

Gestión del centro y zona de entrada

ESPACIOS DE APOYO PROFESIONAL Y FORMACIÓN

- **Sala de reuniones**

Para formación del equipo interdisciplinar y la "Escuela de Cuidadores" para familias.

- **Zona de descanso**

Mobiliario básico, nevera y juegos para el personal.

- **Despachos**

Para atención psicológica, trabajo social y entrevistas.

RECURSOS Y SERVICIOS ADICIONALES

- **SERVICIOS EXTERNOS**

Peluquería, podología, gimnasio

- **EQUIPAMIENTO ESPECÍFICO**

Grúas, colchones especiales.

- **RECURSOS TERAPÉUTICOS**

Musicoterapia, atención espiritual.

PRINCIPIOS DE DISEÑO CLAVE

- HUMANIZACIÓN:

Entorno cálido, que se perciba como hogar, no como hospital.

- SENSORIAL:

Uso de luz natural, vistas, texturas y sonidos relajantes.

- FUNCIONALIDAD:

Espacios compartimentados y adaptables.

- INCLUSIÓN:

Accesibilidad total, incluyendo niños y mascotas (en algunos casos).



NORMATIVA

NORMATIVA DEL CENTRO



- Acompañamiento a la familia
- Respetar la intimidad y privacidad de los usuarios
- Alivio del dolor y control de síntomas
- Respeto a la autonomía del paciente
- Uso seguro de la medicación
- Dedicar tiempo a los usuarios
- Tratar a todos los usuarios con respeto
- Confidencialidad de la información
- Respetar al usuario en todo momento

[CANVA](#)

ECONOMÍA CIRCULAR Y TECNOLOGÍAS HABILITADORAS

El diseño del centro aplica principios de economía circular, buscando cuidar a las personas y también al medio ambiente.

Economía Circular

Esto significa usar mejor los materiales y no desperdiciar.

- Materiales resistentes que duren bastantes años
- Materiales que se puedan reciclar o reutilizar
- Muebles simples que se puedan reparar
- Uso de luz natural para no gastar tanta energía
- Ventanas que permitan ventilar sin usar siempre aire acondicionado

Agua y Energía

- Regaderas y lavabos que usan menos agua
- Reutilización del agua para regar el jardín
- Uso de focos LED que gastan menos electricidad
- Paneles solares para ayudar con la energía del centro

Tecnología en el Centro

La tecnología se usa solo para ayudar, sin que el lugar se sienta frío o complicado.

- Luces que se prenden solas en pasillos y baños
- Control de temperatura para que no haga frío ni calor
- Botón de llamado a enfermería en las habitaciones
- Camas que ayudan a vigilar al paciente
- Sistemas digitales para organizar citas y reuniones
- Sensores que revisan la calidad del aire

SERVICIOS

Un centro paliativo ofrece atención integral y multidisciplinar para mejorar la calidad de vida de pacientes con enfermedades graves, centrándose en aliviar el dolor y otros síntomas físicos, así como en el apoyo emocional, social y espiritual para el paciente y su familia, sin buscar la curación sino el bienestar total en cualquier etapa de la enfermedad.

Servicios clave que proporcionan:

- ***Control del dolor y síntomas:*** Manejo experto de dolor, náuseas, fatiga y otros síntomas físicos relacionados con la enfermedad y sus tratamientos.
- ***Apoyo psicológico:*** Asistencia para pacientes y familiares que enfrentan el estrés, la ansiedad y la depresión asociados a una enfermedad grave.
- ***SopORTE social:*** Ayuda con problemas prácticos, financieros o de seguro, así como apoyo para manejar el impacto social de la enfermedad.
- ***Asistencia espiritual:*** Ofrecen consejería pastoral o capellanía para quienes buscan apoyo espiritual, respetando sus creencias.
- ***Cuidados holísticos:*** Abordan a la persona de forma integral (cuerpo, mente y espíritu) y extienden el apoyo a los cuidadores y seres queridos.
- ***Planificación anticipada:*** Ayudan a tomar decisiones sobre el futuro cuidado y expresan deseos, permitiendo mayor control al paciente.

Equipo Multidisciplinar:

Estos servicios son brindados por un equipo de profesionales que trabajan juntos, incluyendo médicos, enfermeras, psicólogos, trabajadores sociales, terapeutas ocupacionales, dietistas y capellanes, según las necesidades del paciente.

¿Cuándo se puede iniciar la estancia en el centro paliativo?

Los cuidados paliativos pueden iniciarse al momento del diagnóstico de una enfermedad grave (como cáncer, enfermedades cardíacas, ELA, insuficiencia renal, demencia) y se pueden dar al mismo tiempo que tratamientos curativos, no sólo al final de la vida, para mejorar la calidad de vida en cualquier fase.