



Cuidar con dignidad y cercanía

Un movimiento hacia
el acompañamiento integral

**Y tú
¿cómo querrías
ser cuidado?**





Para ti, Paliativos

Impulsemos el cambio

Quiénes somos

Somos una plataforma social que surge para movilizar a toda la sociedad con el propósito de transformar la percepción sobre los cuidados paliativos en España, promoviendo su accesibilidad y eliminando el estigma al que están asociados.

Esta iniciativa nace para invitar a reflexionar y ver la vida con otra mirada. La mirada paliativa. Una mirada que pone en el centro la dignidad, el acompañamiento y el respeto por la persona ante momentos de dificultad y sufrimiento.

Nuestra misión

A través de esta plataforma, reclamamos la importancia a una atención paliativa integral para todos como derecho fundamental, y no como privilegio para unos pocos. Todos necesitamos ser cuidados y acompañados.

Nuestra ambición es impulsar un cambio en la cultura del cuidado en España, movilizandola conciencia social para que, entre todos, promovamos la necesidad de una atención paliativa para todos.

Los cuidados paliativos deben ser accesibles para cualquier persona, en cualquier etapa de su enfermedad y sin importar dónde viva. Y esta atención debe ser integral, donde se contemple no solo el sufrimiento físico, sino también el bienestar emocional, social y espiritual.

Queremos acercarnos a los enfermos y las familias desde la escucha y la empatía, para que, en este movimiento, encuentren un entorno de comprensión.



Metas específicas

Queremos una sociedad que valore el cuidado, la compañía y el respeto a las personas con una enfermedad grave, incurable o en final de vida... Y que se movilice hacia ese objetivo.

Sensibilizar a la sociedad

Es fundamental sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de tener acceso a los cuidados paliativos y sus beneficios para los enfermos y las familias.

Romper el tabú en torno a la muerte

La muerte es un asunto de todos no solo de la sanidad. Queremos generar una conversación que nos involucra a todos.

Promover la necesidad del acceso

Promover el derecho al acceso a los recursos y servicios necesarios para disponer de cuidados paliativos.

Eliminar las barreras geográficas

Eliminar las barreras geográficas que obstaculizan el acceso equitativo a los cuidados paliativos.



Los cuidados paliativos

Los cuidados paliativos ofrecen una atención que aborda el dolor físico, el sufrimiento emocional y el apoyo social y espiritual en personas que se enfrentan a enfermedades graves, avanzadas o incurables.

Su objetivo principal no es curar, sino asegurar que los pacientes reciban el acompañamiento profesional, personalizado y humanizado que necesitan desde el momento del diagnóstico. Se adaptan a las necesidades de cada paciente, protegen su calidad de vida y brindan también apoyo a su familia y seres queridos.

Permiten que las personas puedan vivir mejor en medio de la enfermedad, manteniendo su dignidad y su autonomía.

Beneficios en los enfermos

Ayudan a paliar el dolor que va más allá de lo físico

Los cuidados paliativos se encargan de tratar los malestares psicosociales derivados de la situación de la persona con una enfermedad avanzada.

Ayudan a reflexionar y a aceptar

Dan soporte psicológico para ayudar a las personas con una enfermedad grave a reflexionar y aceptar su situación, orientación sobre cómo adaptarse a ella y afrontar sus preocupaciones.

Ayudan a controlar las emociones

Las personas que sufren una enfermedad grave o incurable suelen sentir angustia, estrés, miedo, soledad, tristeza, incomprensión y otras emociones por las que requieren de profesionales que puedan guiarles y ayudarles a paliar ese dolor emocional.

Son compatibles con otros tratamientos

Se enfocan en prevenir y tratar el dolor causado por la enfermedad o los efectos secundarios del tratamiento, que pueden incluir dificultad para respirar, fatiga, estreñimiento, náuseas, falta de apetito, dificultad para dormir y ansiedad.



¿A qué retos nos enfrentamos?

Una sociedad que vive más y se expone a mayor vulnerabilidad

Una sociedad cada vez más longeva con enfermedades más complejas que precisa de una atención continuada que incorpore, además, la dimensión de la dignidad, la humanización y los cuidados.

Deficiencias sanitarias para el acompañamiento integral

El sistema sanitario español arrastra deficiencias que limitan el acceso de las personas a la atención que precisan, especialmente en los procesos complejos e incurables.

Una sociedad que evita hablar del final de la vida

Hay una lejanía con relación a la muerte en la vida cotidiana. La muerte se convierte en un tema tabú a nivel social y la concienciación pública sobre la importancia de los cuidados es muy reducida.

Cada vez más personas viven y mueren solas

En España hay 80.000 enfermos que cada año mueren con dolor intenso, tanto físico como psicológico, y que podría verse reducido si hubieran tenido acceso a un servicio de cuidados paliativos.

La falta de recursos dificulta el acceso a los cuidados

En España hay una media de 0,6 unidades de cuidados paliativos por cada 100.000 habitantes, siendo la recomendación de 2, una hospitalaria y otra domiciliaria. En torno al 35% de las personas que fallecen anualmente con necesidades paliativas no acceden a ellos.



La situación de los cuidados paliativos en España

Actualmente los cuidados paliativos no son accesibles para toda la población que podría beneficiarse de ellos y, generalmente, cuando se accede a esta atención suele ser en fases muy avanzadas de la enfermedad.

La disponibilidad para acceder a este tipo de cuidados es muy desigual y heterogéneo a nivel territorial, con una gran diferencia entre las zonas urbanas y las rurales.

En España hay
80.000

enfermos que cada año mueren con mucho sufrimiento que podría verse reducido si hubieran tenido acceso a un servicio de cuidados paliativos.

En España hay una media de
unidades de
cuidados paliativos
por cada
0,6

100.000

habitantes, siendo la recomendación de 2, una hospitalaria y otra domiciliaria.

España ocupa la posición
31 de los **51**

países europeos, según los datos del Atlas of Palliative Care in Europe.

En torno al
35%

de las personas que fallecen anualmente con necesidades de cuidados paliativos no tienen acceso a ellos.

85%

de los 1.370 niños que necesitan cuidados paliativos mueren anualmente sin tener acceso a ellos.



SECPAL. Geodirectorio de recursos de cuidados paliativos. Diciembre de 2017.
Accesible en: <https://arqg.is/OqTWzX>



Estudio sobre el Conocimiento y la Percepción de los Cuidados Paliativos en España 2024

La falta de concienciación sobre su importancia es uno de los grandes retos a los que se enfrentan los cuidados paliativos. Con el fin de comprender mejor las percepciones y la realidad actual en torno a esta atención, desde Para ti, Paliativos hemos realizado un estudio demoscópico a nivel nacional.

Más del
73%

de los españoles no tiene conocimiento sobre los cuidados paliativos.

El
30%

de los españoles cree que no existe información sobre los cuidados paliativos.

El
65%

de los españoles no sabe dónde solicitar los cuidados paliativos.

2 de **5**

españoles han necesitado cuidados paliativos o han tenido un familiar que los ha requerido.

Más del
20%

de personas que los han recibido o necesitado indican que no han sido suficientes para mejorar la calidad de vida.

3 de **4**

españoles consideran los cuidados paliativos como una parte vital del tratamiento en pacientes con enfermedades crónicas y avanzadas.

Según el
40,6%

de los españoles, el hogar es el lugar preferido para recibir cuidados paliativos, ya sea para ellos mismos o para un familiar.

El acceso a **profesionales especializados** (62,6%) y una **mayor inversión** en servicios (62,2%) mejorarían la calidad de los cuidados paliativos.

La **escasez de servicios** disponibles (24,6%) y la **falta de personal** (22,2%) son los principales obstáculos a la hora de acceder a los cuidados paliativos.



Manifiesto por los Cuidados Paliativos

Para ti, Paliativos

Impulsemos el cambio

Todos necesitamos ser cuidados y acompañados. Ante una enfermedad grave o incurable, debemos enfrentarnos a momentos de gran dificultad y sufrimiento. Cuando esta se encuentra en fases avanzadas, el futuro se vuelve incierto.

Los cuidados paliativos son una respuesta humana ante estas situaciones. Ofrecen una atención integral al dolor físico, psicológico, social y espiritual ante un pronóstico vital limitado. Su propósito es asegurar la mayor calidad de vida con un acompañamiento profesional y humanizado durante la enfermedad y el final de la vida.

Por eso, hoy nos dirigimos a ti, porque muchos de nosotros no nos planteamos cómo querríamos vivir en esos momentos hasta que nos toca en primera persona. Es fundamental que nos movilicemos cuanto antes. Y tú, ¿cómo querrías ser cuidado?

Queremos invitarte a reflexionar y ver la vida con otra mirada, la mirada paliativa. Una mirada que impulse el cuidado, el acompañamiento, y un mayor respeto a la dignidad.





Y, para conseguirlo, reivindicamos una atención paliativa integral para todos. Una atención que no es un privilegio, sino un derecho que debemos exigir y que actualmente no está siendo completamente cubierto. Este derecho debe ser garantizado:

- **En nuestros hospitales, residencias y centros sanitarios**, donde se deben implementar y fortalecer programas de cuidados paliativos integrales.
- **Por nuestros profesionales sanitarios**, generando concienciación y formación sobre la cultura paliativa e integrando el enfoque humanista en su práctica diaria.
- **Por las administraciones públicas**, garantizando que todas las personas, en cualquier lugar de España, dispongan de un acceso equitativo a los cuidados paliativos y promoviendo estos cuidados como un derecho fundamental.
- **En nuestro entorno familiar y social**, donde debemos actuar como agentes activos y defensores del cuidado, fomentando una cultura de solidaridad y acompañamiento.
- **Por los medios de comunicación**, promoviendo la sensibilización sobre los cuidados paliativos, porque es una realidad que nos afecta a todos, y debemos conocerla.
- **Por todos y cada uno de nosotros**, convirtiéndonos en agentes del cambio, transformando nuestra percepción y eliminando el estigma que recae sobre los cuidados paliativos. Debemos **cultivar una sociedad que valore el cuidado, la compañía y el respeto por cada individuo**.

Es hora de actuar, de unirnos por una causa común. Hagamos de los cuidados paliativos una prioridad, y construyamos una sociedad donde vivir bien, vivir cuidado y vivir acompañado sea la realidad de cualquier persona con una enfermedad grave. Esta transformación sólo será posible si todos y cada uno de nosotros la exigimos.

Hazlo por tu familia. Por ti. Por todos.



¿Cómo afrontar una situación que requiere cuidados paliativos?

01

Escuchar

Escuchar activamente a la persona afectada y a sus familiares.

02

Respetar

Respetar sus preferencias y decisiones.

03

Apoyar

Ofrecer un apoyo psicosocial, emocional y espiritual que complemente el tratamiento médico.

04

Informar

Proporcionar información, asesoramiento y las herramientas adecuadas, permitiéndoles comprender sus condiciones de salud y tomar decisiones fundamentadas.





¿Tienes una historia que contar?

Queremos dar voz a las historias que merecen ser escuchadas, aquellas que pueden inspirar, concienciar y ayudar a otras personas a comprender la importancia de los cuidados paliativos.

Si tú, un familiar o alguien cercano ha vivido una experiencia relacionada con los cuidados paliativos, te invitamos a compartirla con nosotros: tu testimonio puede marcar la diferencia.

¿Cómo puedes compartir tu historia?

Solo tienes que escribirnos a nuestro correo electrónico contacto@paratipaliativos.org o escanear el siguiente QR para contactarnos a través de nuestras redes sociales.



Escanea el QR
y ¡súmate al movimiento!



PLATAFORMA
#para ti paliativos
IMPULSEMOS EL CAMBIO

