

Enlace del reportaje: [L4 - Marta Tiago \(readymag.com\)](https://readymag.com/3644468/) | <https://readymag.com/3644468/>

## Una nueva vida

Marta Tiago Calzado  
Laboratorio 4

Cada año alrededor de 110.000 personas sufren un ictus en España, de las cuáles un 15% fallecen y un 30% queda en una situación de dependencia. A día de hoy, el ictus es la segunda causa de muerte en el mundo y la principal causa de discapacidad. En lo referido a España, según estudios de la Sociedad Española de Neurología (SEN), es la primera causa de mortalidad en las mujeres.

Aproximadamente, el 75% de todos los ictus son infartos cerebrales. Un infarto cerebral se produce por la obstrucción del flujo sanguíneo de una arteria, lo que comúnmente conocemos como trombosis o embolia. Esto origina una disminución del riego sanguíneo en esa parte del cerebro.

Hace dos años, concretamente el 16 de mayo de 2020, Rosario sufrió un ictus. Le diagnosticaron un ictus isquémico en el territorio de la arteria cerebral media izquierda de etiología indeterminada, oclusión en la M2 proximal izquierda y tromboectomía mecánica primaria. En otras palabras, las secuelas que le provocaron cambiaron por completo su forma de vida, perdiendo el habla y las capacidades motrices del lado derecho de su cuerpo.

Como consecuencia, su hija, Asunción, asumió sus cuidados. Desde entonces, compagina su trabajo en la hostelería con la atención a su madre.

La figura de Asunción, en representación del colectivo de mujeres cuidadoras de personas en estado de dependencia, resulta de vital relevancia en estas circunstancias. A pesar de ello, no obtienen el reconocimiento que se merecen, siendo relegadas a un segundo plano.



1: En países del sur de Europa, el apoyo y cuidado a las personas en situación de dependencia se fundamenta socialmente en la familia.

En la actualidad, desde las instituciones gubernamentales, están comenzando a ser conscientes de la necesidad externa que requieren, tanto cuidadores como las propias personas que se encuentran en esta situación. Es por ello que, desde la Consellería de Trabajo e Benestar de la Xunta de Galicia, se promulga el uso del Servicio de Ayuda a Domicilio (SAD), regulado por el Real Decreto 99/2012.



2: Los músculos del lado derecho de su cuerpo presentan espasticidad, es decir, rigidez y tirantez, lo que provoca inmovilidad en su mano derecha.



3 y 4: A pesar de que todavía conserva la fuerza en las articulaciones y músculos del lado izquierdo, Rosario pasa la mayor parte del tiempo en una cama articulada. Factores como el tiempo meteorológico le impiden realizar actividades físicas que estimulen sus músculos.



5: En España, el 84% de las personas que se dedican al cuidado de personas mayores en situación de dependencia son mujeres de mediana edad. Normalmente, las personas que asumen el cargo de cuidadoras suelen ser hijas o esposas.



6 y 7; A día de hoy, debido a las secuelas producidas por el ictus, Rosario necesita ayuda externa para realizar sus actividades cotidianas. Asunción diariamente se ocupa de su aseo, su alimentación y de sus cuidados básicos.



**“Uno de nuestros mayores objetivos es que las personas que acuden a nosotras interioricen que para cuidar bien, deben cuidarse bien”**

En el ayuntamiento de Boqueixón, Ana Anta, la trabajadora social, y Yolanda Neira, la psicóloga municipal hace seis años pusieron en marcha CoidarNós, un programa que pone foco en la persona cuidadora.

Marta Tiago Calzado | Santiago de Compostela

Seguramente, en numerosas ocasiones haya escuchado el tópico de: “la vida da muchas vueltas”. En efecto, si por algo se caracteriza nuestro paso por “el mundo terrenal” es porque está lleno de cambios, tanto para bien como para mal. Cabe la posibilidad de que tengamos que cuidar a algún familiar cuando ellas no puedan hacerlo por sí mismas. A pesar de que se trate de una verdad universal, en cuanto nos vemos envueltas en ello, no sabemos como gestionarlo emocionalmente. No nos han enseñado a familiarizarnos con la tristeza o con la duda, igual un poco más con la felicidad, pero tampoco mucho, no vayamos a ser egoístas.

En mayo de 2016, desde los servicios sociales del ayuntamiento de Boqueixón, se dieron cuenta de que existía una necesidad que no estaba cubierta: el apoyo a las personas cuidadoras. Es por ello que ese mismo año se crea CoidarNós, un grupo de apoyo a personas cuidadoras de familiares en situación de dependencia. “Este proyecto nace por querer ayudar a que las cuidadoras se liberen emocionalmente” comentaba Ana Anta, una de las dos personas que conforman el equipo técnico.



R: Ana Anta, trabajadora social del ayuntamiento de Boqueixón, una de las fundadoras del grupo de apoyo a personas cuidadoras, CoidarNós

**"Desde pequeña nos enseñan que la labor de cuidadoras es un rol asignado a las mujeres"**

Actualmente, coordinan dos grupos de apoyo, uno que se formó en 2016 y otro que lleva en funcionamiento desde el año pasado. Ana Anta relataba que los grupos eran un claro ejemplo de la sociedad en la que vivíamos, debido a que la gran mayoría de personas que formaban parte, eran mujeres, tan solo había un hombre. "Los cuidados están totalmente feminizados. Desde pequeña nos enseñan que la labor de cuidadoras es un rol asignado a las mujeres. Nuestra labor es necesaria por muchas razones: cuando tú te embarcas en una labor en la que tienes que dar tanto de ti, nacen muchas emociones, y no estamos educadas en la gestión de las mismas. "Uno de nuestros mayores objetivos es que las personas que acuden a nosotras interioricen que para cuidar bien, deben cuidarse bien" defendía.

A pesar de que esta iniciativa fuese tan bien acogida, no reciben ningún tipo de ayuda por parte de ninguna institución que no sea el propio ayuntamiento, del cual dependen totalmente. Anta incidía en que desde las administraciones se debe intervenir, se debe sensibilizar, no solo encargarse de gestionar recursos. "Se pone el acento sobre la persona que se encuentra en estado de dependencia, pero no en la persona que cuida. Todos vamos a estar en ambas situaciones" finalizaba ella.

## Datos técnicos de las fotografías

### 1. Foto de apertura sintética

- Modelo: Nikon D3500
- ISO: 400
- Tiempo de exposición: 1/15
- Apertura del diafragma: f/4,5
- Objetivo: 35 mm

### 2. Foto narrativa

- Modelo: Canon 1100 D
- ISO: 400
- Tiempo de exposición: 1/25
- Apertura del diafragma: f/5,6
- Objetivo: 60 mm

### 3. Foto narrativa

- Modelo: Nikon D3500
- ISO: 400
- Tiempo de exposición: 1/25
- Apertura del diafragma: f/6,3
- Objetivo: 55mm

### 4. Foto narrativa

- Modelo: Canon 1100 D
- ISO: 400
- Tiempo de exposición: 1/25
- Apertura del diafragma: f/5,6
- Objetivo: 32 mm

### 5. Foto narrativa

- Modelo: Nikon D3500
- ISO: 400
- Tiempo de exposición: 1/80
- Apertura del diafragma: f/4,5
- Objetivo: 70 mm

### 6. Foto narrativa

- Modelo: Nikon D3500
- ISO: 400
- Tiempo de exposición: 1/10
- Apertura del diafragma: f/6,3
- Objetivo: 45 mm

### 7. Foto narrativa

- Modelo: Nikon D3500
- ISO: 400
- Tiempo de exposición: 1/10
- Apertura del diafragma: f/6,3
- Objetivo: 45 mm

### 8. Retrato

- Modelo: Canon 1100D
- ISO: 100
- Tiempo de exposición: 2/5
- Apertura del diafragma: f/16
- Objetivo: 55 mm

## Bibliografía de fuentes consultadas:

*Ictus | Síntomas, Causas y Tipos de Ictus* | PortalCLÍNICA. (2018). Clínic Barcelona. <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/ictus>

Mora, A. C. (2020, 5 noviembre). *Ictus*. *CuidatePlus*. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/neurologicas/ictus.html>

IMERSO. (2008). *Cuidadoras y cuidadores: el efecto del género en el cuidado no profesional de los mayores* (N.º 35).