



ENTREVISTA A

NURIA GAGO ARSENAL

“Quizá lo más difícil para cualquier profesional que quiera dedicarse a esto es adquirir las competencias necesarias en ambos ámbitos: el sanitario y el técnico de la montaña”.

¿QUIÉN ES NURIA GAGO ARSENAL?

Una mujer entusiasta, apasionada de la naturaleza y comprometida, que desde pequeña deseó dedicarse a la medicina. En mi familia no había ningún sanitario, pero sí una gran afición por la montaña, que absorbí cual esponja. Y llegó un punto en mi vida en que descubrí que existía la posibilidad de aunar esos dos mundos. Así que me lancé a la aventura de compaginar mi profesión y mi mayor hobby.

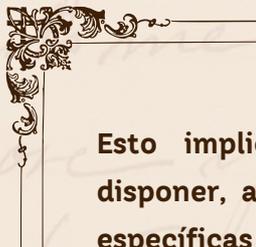
A nivel personal, además de la naturaleza y el deporte, me encanta pasar tiempo de calidad conmigo misma y con mi gente. Y, como buena valenciana, no puedo resistirme a una buena paella.

CUÉNTANOS A QUÉ TE DEDICAS PROFESIONALMENTE

Trabajo como médico en la Unidad de Rescate de Montaña del 061 Aragón, de la cual, además, soy la actual coordinadora.

Esta unidad actúa conjuntamente con los Grupos de Rescate Especial de Intervención en Montaña (GREIM) de Aragón y con la Unidad Aérea de Huesca del Servicio Aéreo de la Guardia Civil para llevar a cabo los rescates que se producen en la comunidad autónoma de Aragón. El equipo habitualmente consta de dos pilotos, dos especialistas del GREIM y un sanitario.

Cuando se produce cualquier incidente en el territorio (accidente, desaparición, extravío...) nos desplazamos al lugar del incidente y realizamos la actuación pertinente según el caso: búsqueda, asistencia sanitaria in situ, evacuación...

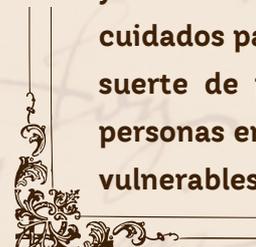


Esto implica que el sanitario debe disponer, además de las competencias específicas de su profesión, de una formación técnica en las diferentes disciplinas de los deportes de montaña para poder desenvolverse de manera autónoma en cualquier escenario, e incluso, en caso necesario, colaborar en las labores de rescate.

¿CÓMO LLEGASTE AL MUNDO DE LAS EMERGENCIAS EN MONTAÑA?

Como comentaba previamente, he practicado actividades de montaña desde pequeña, ya que era el modo en que a mis padres les gustaba disfrutar de sus vacaciones y tiempo libre. Así que esa parte me acompañaba desde siempre. Tras finalizar la carrera de medicina y hacer el examen MIR decidí especializarme en Medicina Interna, ya que me atraía la visión del ser humano de una forma global y holística.

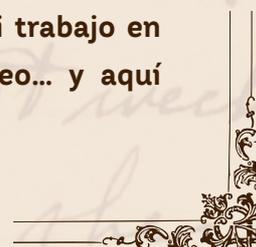
Estuve trabajando de internista un tiempo, pero también me ha interesado siempre todo lo que hay alrededor de la persona enferma; eso que va más allá de la propia patología y a lo que muchas veces no prestamos tanta atención, como son la esfera psicológica, emocional y espiritual. Así que me desarrollé profesionalmente en esa línea y me dediqué durante 7 años a los cuidados paliativos. En esa etapa tuve la suerte de poder acompañar a muchas personas en momentos muy complejos y vulnerables de sus vidas, y aprendí



mucho de mis pacientes y sus familiares. Una fase que recuerdo siempre con muchísimo cariño y cierta nostalgia, y que me aportó una perspectiva que considero imprescindible para dedicarme a esta profesión.

Simultáneamente, seguía dedicando mi tiempo libre a salir al monte y subir al Pirineo siempre que tenía ocasión, pero no me había planteado trasladarlo al ámbito profesional. En una de esas escapadas para hacer un curso de alpinismo, descubrí por casualidad que existía una formación específica de medicina de montaña y empecé a investigar al respecto. Tras informarme de las opciones y barajar posibilidades, decidí matricularme en el Máster de Medicina de Rescate y Urgencia en Montaña de la Universidad de Zaragoza. La verdad es que fue una fase compleja, porque nos coincidió de lleno con la pandemia COVID, y hubo que trabajar en condiciones desconocidas hasta entonces y con toda la incertidumbre que reinaba en aquel momento.

Simultanear esta situación laboral con la formación del máster, no fue sencillo. Pero finalmente dio sus frutos y, tras acabar el segundo año del máster y estar acreditada por la Guardia Civil, tuve la oportunidad de entrar a formar parte del equipo de rescate de Aragón. Así que tomé la decisión de dejar mi trabajo en Valencia, me mudé al Pirineo... y aquí estoy!



¿CREES QUE ES MÁS DIFÍCIL PARA UNA MUJER LLEGAR A TU PUESTO?

Desde mi experiencia no. Considero que actualmente las oportunidades de acceso son exactamente iguales para mujeres que para hombres. Es cierto que durante mucho tiempo el mundo de los deportes de montaña ha sido mayoritariamente masculino, pero afortunadamente, desde hace años, gracias a las pioneras en este campo, el aumento de las mujeres que practicamos estas disciplinas ha sido espectacular (y sigue creciendo), aunque aún quede camino por recorrer.

Quizá lo más difícil para cualquier profesional que quiera dedicarse a esto es adquirir las competencias necesarias en ambos ámbitos: el sanitario y el técnico de montaña. Pero, incluso en esto, hemos apreciado un crecimiento los últimos años. Cada vez hay más sanitarios interesados en formarse y formar parte de los equipos de rescates, y con gran capacidad en ambas esferas.

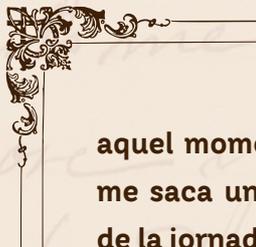
UNA ANÉCDOTA QUE QUIERAS COMPARTIR

Con diferencia lo que más me marcó y recuerdo fue mi primer turno en la unidad hace dos años. Le había dado muchas vueltas a cuál sería el primer rescate que me tocaría atender...pero desde luego no se me había pasado por la cabeza la opción de que fuera un accidente de avioneta. Fue un rescate

intenso, tras el cual no tuve casi ni tiempo para pensar, porque salieron otros dos prácticamente simultáneos. Recuerdo tener la sensación de no parar en todo el día.

Y, como colofón, acabamos teniendo que pasar la noche fuera porque a última hora salió otro rescate grave en Teruel y ya no tuvimos luz suficiente para regresar a la base de Benasque.

Cuando entré en la unidad sabía que podía tener que hacer noche en la montaña a causa de algún rescate, pero la alternativa de acabar durmiendo en otra zona "urbana" de la comunidad por no poder regresar con el helicóptero no la había contemplado!! Eso sí que fue completamente inesperado. Hubo que buscar dónde dejar el helicóptero durante la noche, la Guardia Civil de la zona nos encontró un lugar donde nos dieran algo de cenar (aún cerraban pronto los bares y restaurantes a causa de la pandemia) y donde dormir. Llegábamos al alojamiento a las 2 de la mañana, agotados de toda la jornada, y yo sin nada de ropa para cambiarme y menos aún gel o desodorante...porque, como buena novata, no pensaba que eso pudiera hacerme falta! Así que nos dimos una ducha...me prestó desodorante un compañero...y nos fuimos a la cama. Pero entre la adrenalina de todas las experiencias vividas el primer día...y el olor a desodorante de hombre, no había forma de pegar ojo! Tengo grabado a fuego



aque! momento en mi mente, y siempre me saca una sonrisa a pesar de lo duro de la jornada.

El compañerismo, el buen humor de todo el equipo en todo momento, las risas cuando se podía y la profesionalidad cuando correspondía...y el olor a aquel desodorante! es algo que siempre recordaré.

¿UN LEMA O FRASE QUE TE MUEVA EN LA VIDA?

“Si te hace feliz, aumente la dosis”.

Un lema que me acompaña desde hace mucho y que ha sido el motor que me ha impulsado a seguir adelante incluso cuando el miedo y las dudas han aparecido. Definir mi propio concepto de felicidad y serle fiel, ese es mi motor de vida.

Nuria Lago Arsenal

Médico y coordinadora de la Unidad de Rescate de Montaña del 061 en Aragón.

