



GIZARTE-LANA EUSKARAZ

TRABAJO SOCIAL EN EUSKERA



Argitaratzailea / Edita: Nafarroako Gobernua / Gobierno de Navarra

Egileak / Autores: Osasunbidea, Euskarabidea-Euskararen Nafar Institutua,
Elhuyar Aholkularitza.

Diseinua / Diseño: cobo-munarriz.com

DL NA 2305-2025

Edizioa / Edición: 2025

GIZARTE-LANA EUSKARAZ

TRABAJO SOCIAL EN EUSKERA

AURKIBIDEA

ÍNDICE

Sarrera	Introducción	5
Harrera euskaraz egitearen garrantzia	La importancia de la acogida en euskera	7
Telefonozko arreta	Atención telefónica	7
Historia sozial sanitarioa	Historia Social Sanitaria	8
Oinarrizko osasun-laguntza	Atención primaria	13
Osasun mentaleko arreta	Atención en salud mental	19
Ospitaleko gizarte-laneko arreta	Atención en trabajo social hospitalario	22
Euskaraz zuzen(ago) eta egoki(ago)	Uso (más) correcto y (más) adecuado del euskera	24
Ez erabili	No utilizar	28
Desgaitasunak	Discapacidades	28
Euskara ez-sexista	Euskera no sexista	29
Lanbide-taldeak eta lanbideak	Grupos profesionales y profesiones	30
Laburtzapen batzuk	Algunas siglas y abreviaturas	32
Laneko ohiko hiztegia	Vocabulario habitual de trabajo	35
Gizarte-langileen gidaliburuaren eranskina	Anexo a la guía de trabajadores/as sociales	43



SARRERA

Gidaliburu hau Nafarroako Osasun Departamentuaren Hizkuntza Planaren baitan landutako materiala da eta Departamentuko profesionalei euskaraz lan egiteko erraztasunak ematea du helburu.

Euskararen ezagutzak gora egin du Nafarroan azken hamarkada hauetan. Euskararen erabilerak ere gora egin du; ez, ordea, ezagutzaren neurri berean. Ezagutza eta erabilera ez dira gauza bera. Erabilerak nekez eginen du aurrera zerbitzuen eskaintza zabaldu ezean, eta baldintza horrek, gizarte osoari bezala, Osasun Departamentuari ere bete-betean eragiten dio. Hizkuntza-ohiturak aldatzea, ordea, ez da erraza.

Euskaraz jakinda ere, eta euskarazko titulazioa izanda ere, maiz erdaraz erantzuten zaio paziente edo erabiltzaile euskaldunari. Zergatik? Arrazoi anitz egon daitezke tartean, hala nola euskaraz aritzeko gaitasun nahikorik ez izatea, osasunari buruzko hiztegia ongi ez ezagutzea, ohiko elkarrizketak aurrera eramateko segurtasun falta, dokumenturen bat betetzerakoan okerren bat egiteko beldurra, lotsa, ohitura falta...

Gidaliburu honek gabezia horiek gainditzeko laguntza ematea du helburu; zalantzaren bat, galderaren bat edo hutsuneren bat dagoenean laguntza eskaintzea.

Gizarte-langileei zuzendutako liburuxka da.

Gidaliburu hau osatzeko erabili diren materialen artean, Osakidetza *Gizarte-lana euskaraz* gidaliburua dago, eta, beraz, hemen jasotzen diren egitura batzuk liburuxka horretatik hartu dira. Elhuyarrek, Euskarabideak eta Osasun Departamentuak egin dute gidaliburu hau.

Eskerrak eman nahi dizkiegu lan hau egiten lagundu duten Osasunbideko langile guztiei; bereziki, Historia

INTRODUCCIÓN

Esta guía es un material elaborado en el marco del Plan Lingüístico del Departamento de Salud de Navarra, y su objetivo es facilitar a los/las profesionales del Departamento el trabajo en euskera.

El conocimiento del euskera ha aumentado en Navarra en las últimas décadas. También su uso se ha incrementado, pero no en la misma medida que el conocimiento. No es lo mismo conocimiento que uso. El uso difícilmente avanzará si no se amplía la oferta de servicios, condición que afecta de lleno, al igual que al conjunto de la sociedad, al Departamento de Salud. Sin embargo, no es fácil cambiar los hábitos lingüísticos.

A pesar de saber euskera y poseer la titulación que lo acredita, a menudo se responde en castellano a pacientes o personas usuarias vascohablantes. ¿Por qué? Puede deberse a diversas razones, como la falta de competencia suficiente para expresarse en euskera, el conocimiento insuficiente del vocabulario de salud, la inseguridad para manejarse en conversaciones habituales, el miedo a equivocarse al completar algún documento, la vergüenza, la falta de costumbre...

El objetivo de la presente guía es ayudar a superar estas dificultades, ofreciendo ayuda cuando exista alguna duda, pregunta o carencia.

Es un folleto dirigido a los/las trabajadores/as sociales.

Entre los materiales utilizados para la elaboración de esta guía, se encuentra la guía *Gizarte-lana euskaraz* [Trabajo social en euskera], de Osakidetza. En consecuencia, algunas de las estructuras que aparecen en el presente documento han sido tomadas de dicha obra. La presente guía ha sido elaborada por Elhuyar, Euskarabidea y el Departamento de Salud.

Sozial Sanitarioko Lantalde Teknikoko kideei, zeinek materiala egokitzen eta berrikusten parte hartu baitute; izan ere, haien laguntzarik gabe ezin izanen genuen gidaliburu hau osatu. Hauek dira kideak:

- Eva Espatolero Ladrero (Osasun Laguntzaren Eraginkortasun eta Segurtasunerako Zerbitzuko Arreta Soziosanitarioaren Ataleko burua)
- Irma Iglesias Ordoño (Osasun Laguntzaren Eraginkortasun eta Segurtasunerako Zerbitzuko Arreta Soziosanitarioaren Ataleko gizarte-laneko teknikaria)
- Maika Blasco Pérez (Gizarte Lan Sanitarioko koordinatzailea, Lizarrako Osasun Barrutia)
- Juana Muro Aguado (Herritarren Arretarako eta Koordinazio Soziosanitarioaren Ataleko burua, Tuterako Osasun Barrutia)
- Gloria Elgorriaga Aranaz (Koordinazio Soziosanitarioaren Ataleko burua, Osasun Mentaleko Kudeatzailetza)
- María Jose Moreno Ochotorena (Arreta eta Zainketa Soziosanitarioen Unitateko burua, Oinarrizko Osasun-laguntzako Kudeatzailetza)
- María Lainez Zaragüeta (Kudeaketa Klinikoari Laguntzeko eta Laguntzaren Ebaluaziorako Zerbitzuko gizarte-laneko teknikaria, Oinarrizko Osasun-laguntzako Kudeatzailetza)
- Xabier Les Lacosta (Nafarroako Ospitale Unibertsitarioko Gizarte Lan Sanitarioko buru ohia)
- Olatz Villanueva Osés (Nafarroako Ospitale Unibertsitarioko Gizarte Lan Sanitarioko egungo burua)

Queremos agradecer a todas las personas trabajadoras de Osasunbidea que han colaborado en la realización de este trabajo, y especialmente a las personas integrantes del Grupo Técnico de Trabajo de Historia Social Sanitaria que han participado en la adecuación y revisión del material, sin cuya ayuda no podríamos haber completado esta guía:

- Eva Espatolero Ladrero (Jefa Sección At. Sociosanitaria del Servicio de Efectividad y Seguridad Asistencial)
- Irma Iglesias Ordoño (Técnica Trabajo Social Sección At. Sociosanitaria del Servicio de Efectividad y Seguridad Asistencial)
- Maika Blasco Pérez (Coordinadora Trabajo Social Sanitario Área de Salud de Estella)
- Juana Muro Aguado (Jefa Sección Atención a la Ciudadanía y Coordinación Sociosanitaria Área de Salud de Tudela)
- Gloria Elgorriaga Aranaz (Jefa Sección Coordinación Sociosanitaria Gerencia Salud Mental)
- María Jose Moreno Ochotorena (Jefa Unidad de Cuidados y At. Sociosanitaria Gerencia Atención Primaria)
- María Lainez Zaragüeta (Técnica Trabajo Social Servicio Apoyo a la Gestión Clínica y Evaluación Asistencial Gerencia Atención Primaria)
- Xabier Les Lacosta (anterior Jefe Unidad Trabajo Social Sanitario del Hospital Universitario de Navarra)
- Olatz Villanueva Osés (actual Jefa Trabajo Social Sanitario del Hospital Universitario de Navarra)

HARRERA EUSKARAZ EGITEAREN GARRANTZIA

"Hizkuntza kultura baten mapa da. Esaten dizu jendea nondik datorren, eta nora doan"

Rita Mae Brown

TELEFONOZKO ARRETA

- Telefono-deia jasotzen duzunean, euskaraz mintzatu beti, eta eman euskaldunari euskaraz jarraitzeko aukera.
- Zuk deitu baldin baduzu, agurtu euskaraz eta esan lehen hitzak euskaraz; solaskideak euskaraz ez baldin badaki, adieraziko dizu, eta orduan gaztelaniara pasatuko zara.
- Hitz garrantzitsuak nabarmendu edo errepikatu, polikiago esan, eta ziurtatu solaskideak ulertu dituela.
- Asko eta luze hitz egin behar baldin baduzu, tarteka aldatu intonazioa eta erritmoa; pausaldiak egin, arnasa hartzeko.
- Telefono-zenbakirik eman behar baldin baduzu, esan zenbakiak banan-banan, biko edo hiruko taldeetan: 943 00 79 99 (bederatzi-lau-hiru, zero-zero, zazpi-bederatzi, bederatzi-bederatzi).

LA IMPORTANCIA DE LA ACOGIDA EN EUSKERA

"La lengua es el mapa de una cultura. Te dice de dónde viene la gente y a dónde va"

Rita Mae Brown

ATENCIÓN TELEFÓNICA

- Al recibir una llamada, habla siempre en euskera; da a la persona vascohablante la opción de continuar en ese idioma.
- Si llamas tú, saluda en euskera y di las primeras palabras en dicho idioma. Si tu interlocutor/a no sabe hablar en euskera, te lo dirá y pasarás al castellano.
- Subraya o repite las palabras importantes; dilas más despacio y asegúrate de que han sido comprendidas por el/la interlocutor/a.
- Si tienes que hablar mucho rato, cambia de vez en cuando la entonación y el ritmo; haz pausas para respirar.
- Si vas a facilitar números de teléfono, di los dígitos uno a uno, o en grupos de dos o tres: 943 00 79 99 (nueve-cuatro-tres, cero-cero, siete-nueve, nueve-nueve).

HISTORIA SOZIAL SANITARIOA

Orrialde hauetan, galdera-multzo bat bildu da. Galdera horiek elkarrizketetan erabiltzeko dira, eta helburua da informazioa jasotzea Osasunbideko gizarte-lanean sor daitezkeen zenbait kasuistikari buruz. Ondorengo urratsa izanen da informazioa interpretatzea, diagnostiko sozial sanitarioa egitea eta tratamendu sozial sanitariorik hoberena eskaintzea, eriazen eta haren sare familiar eta sozialaren indargune eta ahulezietan oinarrituta, betiere errespetatuz bai haren erritmoa, bai erabakiak hartzeko duen autonomia.

Harrera-prozesua
Egun on, zure gizarte-langilea naiz. Esadazu, zertan lagun diezazuket?
Nahi baduzu, esadazu zure egoera zein den, eta zertan uste duzun lagun diezazukedala.
Ongi baderitsozu, zure zalantzei buruz ere galdetuko dizut, zure beharren eta egoera orokorraren berri izateko.
Ez kezkatu, zuk esaten didazuna isilpekoa izanen da.
Beste gizarte-langile batzuekin egon zara? Hori galdetzen dizut orain arte orientazio profesionalik jaso duzun jakiteko.
Ongi iruditzen bazaizu, hitzordua emanen dizut beste egun batean hitz egiten jarraitu ahal izateko.

Familia / Sarea / Bizikidetzak
Familia eta laguntza sarea garrantzitsuak dira. Zure familia-egoeraren berri izatea lagungarri da guretzat, behar dituzun laguntzak baloratu ahal izateko.
Norekin bizi zara? Hemen datu batzuk agertzen dira. Esanen didazu zuzenak diren ala zure egoera aldatu den?

HISTORIA SOCIAL SANITARIA

En las presentes páginas se han recogido una serie de preguntas para recabar, en el contexto de una entrevista, información sobre diversas casuísticas que se pueden presentar en Trabajo Social en el Servicio Navarro de Salud, con el objetivo posterior de interpretar dicha información, elaborar un diagnóstico social sanitario y ofrecer el tratamiento social sanitario más adecuado, en base a las fortalezas y debilidades del/la paciente y de su red familiar y social, respetando sus tiempos y su autonomía en la toma de decisiones.

Proceso de acogida
Buenos días, soy su trabajador/a social. Dígame, ¿en qué puedo ayudarle?
Si lo desea, puede explicarme cuál es su situación y en qué cree usted que puedo ayudarle.
Si le parece bien, le preguntaré asimismo sobre las dudas que pueda usted tener, para así poder conocer sus necesidades y su situación general.
No se preocupe, lo que me diga será confidencial.
¿Ha estado con otros/as trabajadores/as sociales? Se lo pregunto para saber si previamente ha recibido alguna orientación profesional.
Si le parece bien, le voy a dar una cita para poder continuar hablando otro día.

Familia / Red / Convivencia
La familia y la red de apoyo son importantes. Conocer su situación familiar nos ayuda a la hora de valorar los apoyos que necesita.
¿Con quién vive? Aquí tenemos algunos datos, ¿me puede decir si son correctos o si su situación ha cambiado?



Bakarrik edo familian bizi zaren jakiteak zure beharretara egokitzen lagunduko digu.
Duzun elkarbizitza pozgarria da? Ongi sentitzen zara? Oso garrantzitsua da inguruan dituzun pertsonekin ongi sentitzea.
Zein da zure eguneroko errutina? Etxeko lanak banatzen dituzue?
Aipatzen ari zaren arazo horrek ba al du loturarik zure familiako kideren batekin?
Bakarrik sentitzen zara?
Baduzu konfiantzaz hitz egiteko lagun edo ahaiderik?
Arazoak dituzu seme-alabekin, gurasoekin, bikotearekin? Zer arazo?
Nola lagun diezazuket arazo horiek konpontzen?

Osasuna
Historia klinikoan ikus dezaket zer osasun-arazo dituzuen zuk edo zure ahaideek. Nahi duzu horri buruz hitz egin dezagun?
Tratamendu berezirik behar duzu? Tratamenduren bat hartzen ari zara? Nola eragiten dizu eguneroko bizitzan?
Gaixotasun horrek arazoak eragin dizkizu zure lanean?
Helburua da osasun-baliabideak zure beharretara egokitzen saiatzea.
Aurretiazko Erabakien Plangintza eta Aurretiazko Borondateen Agiria zer diren azaldu nahi nizuke. Pertsona bakoitzak erabaki dezake nolako zainketak nahi dituen, une hori heltzen denean erabakirik hartu ezin badu.

Saber si vive solo/a o en familia nos ayudará a adaptarnos a sus necesidades.
¿Su convivencia es satisfactoria para usted? ¿Se siente bien? Es muy importante que se sienta bien con las personas que le rodean.
¿Cuál es su rutina diaria? ¿Se reparten ustedes las tareas domésticas?
¿El problema al que se está usted refiriendo está relacionado con algún miembro de su familia?
¿Se siente solo/a?
¿Tiene amigos/as o familiares con los/las que pueda hablar en confianza?
¿Tiene problemas con sus hijos/as, padres o pareja? ¿Cuáles?
¿Cómo puedo ayudarle a resolver esos problemas?

Salud
En la historia clínica, veo los problemas de salud que tienen usted o sus familiares. ¿Quiere que hablemos de este tema?
¿Necesita algún tratamiento especial? ¿Está siguiendo un tratamiento? ¿Cómo le afecta en su vida diaria?
¿Le ha causado esta enfermedad problemas en su trabajo?
El objetivo es intentar adaptar los recursos relacionados con la salud a sus necesidades.
Me gustaría explicarle qué es la Planificación de Decisiones Anticipadas y el Documento de Voluntades Anticipadas. Cada persona puede decidir lo que desea en torno a sus cuidados, si cuando llega el momento no puede tomar decisiones.

Autonomia / Mendekotasuna / Desgaitasuna
Zure autonomia-maila ebaluatzen dugu, eguneroko jarduerak (etxeko lanak, zainketa pertsonala...) egiteko laguntzarik behar ote duzun jakiteko.
Eguneroko jardueretan, laguntzaren bat behar izaten duzu, etxeko lanak egiteko (garbiketa, erosketak, janaria prestatzea), zainketa pertsonala egiteko (higienea, janzteia...)? Laguntza hori baduzu?
Zer neurritan zaude beste pertsona baten mende, zure eguneroko oinarritzko zereginak egiteko?
Nork zaintzen zaitu? Familiako batek edo kontratatutako pertsona batek? Kontratatua izanez gero, zenbat orduz laguntzen dizu?
Zure ustez, zer behar duzu nahi duzun bizitza izateko?
Laguntza teknikorik, gailurik edo laguntzarik erabiltzen al duzu eguneroko zereginak egiteko?
Nola eragiten dio patologia zure lanari, ikasketei edo bizitza sozialari?

Hezkuntza eta lan-egoera
Zure prestakuntza mailaz eta lan munduarekin duzun harremanaz hitz egingen dugu jarraian, zu orientatzeko baliabide espezializatuak bilatzearen. Ikasketak amaitu zenituen? Zer mailataraino iritsi zinen? Lanean ari zara gaur egun? Eta hala bada, zailtasunak izan dituzu? Zer zailtasun izan dituzu lan mundura sartzeko?
Ba al duzu zure lana egiteko zailtasunik?
Nola eragiten dio zure osasun arazoak zure lanari? Lanean gustura ez zaudela sentitzen duzu?

Autonomía / Dependencia / Discapacidad
Evaluamos su grado de autonomía, a fin de saber si necesita ayuda para realizar las actividades cotidianas: tareas domésticas, cuidado personal...
¿Suele necesitar algún tipo de apoyo en las actividades cotidianas: realización de las tareas domésticas (limpieza, compras, preparación de la comida), cuidado personal (higiene, acción de vestirse...)? ¿Dispone de esa ayuda?
¿En qué grado depende de otra persona para llevar a cabo lo más básico de su vida diaria?
¿Quién es la persona que le cuida? ¿Pertenece a la familia o es una persona contratada? Si es contratada, ¿cuántas horas le ayuda?
¿Qué cree usted que necesita para tener la vida que desea?
¿Utiliza algún tipo de ayuda técnica, dispositivo o apoyo para realizar las tareas de la vida cotidiana?
¿Cómo afecta la patología a su trabajo, estudios o vida social?

Educación y situación laboral
Hablemos de su nivel de formación y de su relación actual con el mundo laboral, a fin de buscar recursos especializados para orientarle: ¿Finalizó sus estudios? ¿Hasta qué nivel? ¿Trabaja actualmente? Y si es así, ¿ha tenido dificultades? ¿Qué obstáculos ha encontrado para acceder al mundo laboral?
¿Tiene dificultades para realizar su trabajo?
¿Cómo afecta su problema de salud a su trabajo? ¿Considera que no está a gusto en el trabajo?



Egoera ekonomikoa
Zure diru-sarrerekin nahikoa duzu zure behar guztiak asetzeko? Hilabete bukaerara iristeko arazorik izan duzu noizbait? Laguntzarik jasotzen al duzu?
Diru-sarrera nahikoak dituzu zuretzat eta zure familiarentzat? Galdera hau egiten dizut, baliabiderik beharko bazenu modu egokian orientatu ahal izateko.
Arazoak dituzula esaten didazunean, jakin nahi nuke osasun-gastuengatik, etxebizitzagatik, familia-gastuengatik... diren.
Ongi baderitsozu, oraintxe azalduko dizut zer laguntza izan ditzakezun. Baldintza batzuk bete behar dira laguntza horiek jaso ahal izateko...

Etxebizitza eta ingurua
Bizilekuak eta inguruak eragin handia dute gure eguneroko bizimoduan.
Etxebizitza zure eta zure familiaren beharretara egokituta duzu?
Zurea al da etxebizitza? Etxebizitza partekatua da?
Ba al duzu etxearekin lotutako arazo edo kezkarik (alokairua, hipoteka, irisgarritasuna...)? Zure ingurua segurua eta irisgarria dela uste duzu?
Bisita bat egin nahiko genizuke, ongi iruditzen bazaizu, zure etxebizitza zure beharretara egokitzen laguntzeko.

Situación económica
¿Sus ingresos son suficientes para cubrir todas sus necesidades? ¿Ha tenido problemas para llegar a fin de mes? ¿Recibe ayudas?
¿Tiene ingresos suficientes para usted y su familia? Le hago esta pregunta, para poder orientarle adecuadamente en caso de que necesite recursos.
Quando me dice que tiene problemas, me gustaría saber si son por gastos de salud, vivienda, gastos familiares...
Si le parece bien, le voy a explicar las ayudas a las que puede acceder. Existen varios requisitos para poder obtener esas ayudas...

Vivienda y entorno
La casa y el entorno tienen un gran impacto en nuestro día a día.
¿Tiene la vivienda adaptada a sus necesidades y a las de su familia?
¿La vivienda es suya? ¿Es una vivienda compartida?
¿Tiene algún problema o preocupación relacionado con la vivienda (alquiler, hipoteca, accesibilidad...)? ¿Cree que su entorno es seguro y accesible?
Nos gustaría hacerle una visita, si le parece bien, para ayudarle a adecuar su vivienda a sus necesidades.

Eremu pertsonala eta bizi-dinamika

Eguneroko bizitzan aritzeko motibatuta sentitzen zara?

Zure egunerokoa kontatu beharko bazenit, zein izanen litzateke zure ekintzen segida?

Zure eguneroko bizitzaren zenbait alderdi aldatzea gustatuko litzazuke?

Osasunagatik ohiturak aldatu behar dituzula esan dizute, ezta? Ikus dezagun zertan lagun diezazukedan.

Ikusten dudanez, oso kezkatuta zaude zure familiaren egoeratik.

Ámbito personal y dinámica vital

¿Se siente motivado/a para llevar adelante su vida cotidiana?

Si tuviera que explicar su vida diaria, ¿cómo sería el desarrollo de un día?

¿Le gustaría cambiar aspectos de su día a día?

Le han dicho que tiene que cambiar sus hábitos debido a su salud, ¿verdad? Vamos a ver en qué puedo ayudarle.

Veo que está muy preocupado/a por la situación de su familia

Harreman eta kontaktu sozialak

Jendearekin harremanetan egotea gustatzen zaizu ala nahiago duzu bakarrik egon?

Zer maiztasunekin ateratzen zara lagunekin edo familiarekin aisialdian?

Familiarekin dituzun harremanak onak dira? Elkarbizitza konplikatu da batzuetan, eta arazoak sortzen direnean egoera ez da batere erraza izaten.

Relaciones y contactos sociales

¿Le gusta estar en contacto con la gente o prefiere estar solo/a?

¿Con qué frecuencia sale a disfrutar del tiempo libre con sus amigos/as o con su familia?

¿Las relaciones con su familia son buenas? La convivencia es a veces complicada y cuando existen problemas aumentan las dificultades.

Ba al duzu konfiantzazko pertsonarik?

Zure arazoak norbaiti kontatu nahi dizkiozunean, asko kostatzen al zaizu zure sentimenduak adieraztea?

Batzuetan, bakarrik bazaude, oso zaila izaten da erabakiak hartzea. Hori dela eta, konfiantzazko pertsonak behar izaten ditugu, laguntzeko. Zerbait behar baduzu, esadazu: ez izan inolako arazorik niri esateko.

¿Tiene personas de confianza?

Cuando quiere compartir sus problemas con alguien, ¿le cuesta mucho expresar sus sentimientos?

A veces es muy difícil tomar decisiones estando solos/as. Por eso necesitamos personas de confianza que nos ayuden. Si necesita algo, dígalo, no tenga problemas para decírmelo.

OINARRIZKO OSASUN-LAGUNTZA

Oinarrizko osasun-laguntza da herritarrek osasun-sistemarekin harremana izateko duten lehen maila. Bertan arreta integral, irisgarri, jarraitu eta koordinatua ematen da, talde-lanean oinarrituta eta herritarrek parte-hartze aktiboa izaten dutela. Horretarako, sustapen, prebentzio, sendaketa, errehabilitazio eta gizarteratzeko hainbat jarduera egiten dira, gizabanakoari, komunitateari edo haien inguruneari zuzenduak.

Prebentzioa, eta osasunaren zainketarekin lotutako bizimoduen sustapena

Osasun-ohitura osasuntsuak sustatzeko ekintzetan parte hartzea proposatu nahi dizugu. Interesatuko litzaizuke?

Osasun-ohituraren bat hobetu nahiko zenukeela uste duzu? Zer osasun-ohitura hobetu nahiko zenituzke?

Osasun-ohituretan eragiteko zenbait zerbitzu eskainiko dizkizut...

ATENCIÓN PRIMARIA

La Atención Primaria constituye el primer nivel de contacto de los/las ciudadanos/as con el sistema sanitario, prestándose en él una atención integral, accesible, continuada y coordinada sobre la base del trabajo en equipo y con la participación activa de la población, a través de actividades de promoción, prevención, curación, rehabilitación y reinserción social dirigidas al individuo, la comunidad y el medio en el que se desarrollan.

Prevención y promoción de estilos de vida relacionados con el cuidado de la salud

Le proponemos participar en acciones de promoción de hábitos saludables. ¿Le interesaría?

¿Cree que le gustaría mejorar algún hábito de salud? ¿Qué hábitos de salud le gustaría mejorar?

Le voy a ofrecer una serie de servicios que influyen en los hábitos de salud...



Arrisku faktoreak eta gaixotasun kronikoak dituzten pazienteekin esku-hartzea
Kronikoen Estrategiaren barruan, zure egoera baloratuko dugu, medikuekin eta erizainekin batera, zure beharretan oinarrituta dagoen arreta eskaintzeko.
Saiatzen ari gara zure gaixotasun kronikoa hobeki kudeatzeko laguntza ematen; besteak beste, zure autonomia handitzeko behar dituzun zainketak bermatzen. Zurekin eta zure familiarekin batera aztertu nahi dugu zer laguntza eskaini ditzakegun, gaixotasunaren mugek eragin txikiagoa izan dezaten zure eguneroko bizitzan.
Eskatzen dizugu gaixotasun prozesu honetan etor zaitezela beharrezkoa den guztietan. Zainketa batzuk oso zorrotzak dira, eta arreta eman behar dizuegu bai pertsona zainduari, bai zaintzaileei.
Eguneroko bizitzan, zer zailtasun nabaritzen dituzu?

Ospitaleko alta planifikatzeko programaren jarraipena egiten segitzea, Oinarrizko Osasun-laguntzan
Egun on, osasun-etxeko gizarte-langilea naiz eta, ospitaleko gizarte-laneko nire lankideak jakinarazi dizun bezala, zurekin harremanetan jartzen gara alta jaso ondoren behar dituzun zainketak bermatzeko.
Zer moduz zauden jakin nahi genuke, ea arazorik izanen duzuen etxera itzuli ondoren, zainketak ongi antolatuta dauden, pentsatu zenutena baliozkoa den edo beste aukera batzuk aztertu behar ote diren.
Etxean bakarrik bizi zara? Norbait arduratzen da zure zaintzaz etxean zaudenean?
Zure etxera joan nahiko genuke bisita bat egitera, zure beharrak baloratzeko.

Intervención con pacientes con factores de riesgo y enfermedades crónicas
Dentro de la Estrategia de Crónicos, vamos a valorar su situación, junto con personal médico y de enfermería, para poder ofrecerle una atención más centrada en sus necesidades.
Le intentamos ayudar a gestionar mejor su enfermedad crónica; garantizar los cuidados que necesita para mejorar su autonomía... Analizaremos –de acuerdo con usted y su familia– qué apoyos podemos ofrecer, para que las limitaciones de la enfermedad influyan menos en su día a día.
Le pedimos que en este proceso de enfermedad venga cuando sea necesario. Hay cuidados que son muy exigentes, y tenemos que cuidar tanto a la persona cuidada como a las personas cuidadoras.
En su vida cotidiana, ¿qué dificultades tiene?

Continuidad de seguimiento en Atención Primaria del Programa Planificación del Alta Hospitalaria
Buenos días, soy el/la trabajador/a social del centro de salud y, tal y como le informé mi compañera/o de Trabajo Social Hospitalario, nos ponemos en contacto con usted para garantizar los cuidados que necesita tras el alta.
Nos gustaría saber cómo se encuentra, si tienen problemas con la vuelta a casa, si los cuidados están organizados, si han visto que lo que habían pensado es válido o hay que considerar otras posibilidades.
¿Vive solo/a en casa? ¿Alguien se ocupa de su cuidado cuando está en casa?
Nos gustaría hacerle una visita a domicilio para valorar qué puede necesitar.

Zaintzaileentzako arreta
Zaintzak berak neke emozional eta fisikoa eragin dezake, eta hori aintzat hartu beharrekoa da. Nola sentitzen zara?
Estututa sentitzen zara ahaidearen zaintza eta beste ardura batzuk (adibidez, lana edo zeure familia) bateratzen saiatzeagatik?
Haserre eta/edo tentsioan sentitzen zara zure ahaidearengandik gertu zaudenean?
Zure ahaidearen zaintza utzi nahi zenuke?
Ba al duzu atsedena bermatzeko baliabiderik? Zenbat orduko atsedena hartzen duzu egunean?
Ohikoa da zainketengatik nekatuta edo akituta egotea. Nahi duzunean hitz egin dezakegu, oso lan gogorra egiten ari baitzara.
Dakizunez, beste norbait zaindu ahal izateko, bakoitzak bere burua zaindu behar du.

Haurren Osasun Plana
Egun on. Gizarte-langileokin hitzordua eman dizuete; izan ere, elkarrizketa bat egiten diegu jaioberrien gurasoei, elkar ezagutzeko; ikusteko ea zer moduz ari zareten haurra zaintzen lehen fase honetan, zainketa hori zaila izan baitaiteke; eta jakiteko babesik ba ote duzuen eta laguntza edo informaziorik behar ote duzuen.
Ongi al zaude erditzearen ondoren? Haurra bion artean zaintzen duzue? Horrela segituko duzue? Behar izanez gero, familiaren laguntzarik ba al duzue? Zer ahaideren laguntza?
Zaila egiten zaizue lana eta familia-bizitza uztartzea? Nola antolatuko duzue zaintza?

Atención a personas cuidadoras
El hecho del cuidado en sí puede llevar a un cansancio emocional y físico que es necesario tener en cuenta. ¿Cómo se siente?
¿Se siente agobiado/a por tener que compatibilizar el cuidado de su familiar con otras responsabilidades como el trabajo o familia propia?
¿Se siente enfadado/a y/o tenso/a cuando está cerca de su familiar?
¿Desearía poder dejar el cuidado de su familiar?
¿Dispone de medios para garantizar su descanso? ¿Cuántas horas descansa al día?
Es habitual estar cansado/a o agotado/a por los cuidados. Hablamos cuando usted quiera, porque es muy duro el trabajo que está haciendo.
Como bien sabe, para poder cuidar es necesario cuidarse.

Plan de Salud Infantil
Buenos días, les han dado una cita con Trabajo Social, porque hacemos una entrevista a los padres y las madres de los/las recién nacidos/as para conocernos, ver cómo están llevando la crianza en esta primera fase, que puede ser complicada, saber si cuentan con apoyos y si necesitan alguna ayuda o información.
¿Se encuentra bien después del parto? ¿Tienen compartida la crianza? ¿Se va a mantener así? Si les hace falta, ¿tienen apoyo familiar? ¿Quiénes les apoyan?
¿Les resulta complicado conciliar la vida laboral y la familiar? ¿Cómo van a organizar el cuidado?

Indarkeria guztiei arreta ematea
EMAKUMEA:
• Hautemate goiztiarra
Oro har, nola definituko zenuke zure bikote-harremana?
Nola konpontzen dituzue zuen eztabaidak? Zailtasunez ala arazorik gabe?
Inoiz tratu txar emozional, fisiko edo sexualik jasan al duzu zure bikotekidearen aldetik, edo zuretzat garrantzitsua den pertsona baten aldetik?
Eztabaidak amaitzean, goibel edo zeure buruarekin gaizki sentitzen zara?
Kolpeka, ostikoka edo bultzaka amaitzen dira eztabaidak?
Bikotekideak egiten edo esaten duenaren beldur zara?
Zure bikotekideak behartu al zaitu inoiz fisikoki?
Zure bikotekideak abusatu al du zutaz emozionalki?
Zure bikotekideak abusatu al du zutaz sexualki?
• Susmoa dagoenean, emakumearen aurrekariei eta ezaugarrii buruz lortutako informazioagatik
Beldurtuta zaudela ematen du, erne-erne eta alertan zaudela. Zeren beldur zara?
Zer moduz etxeko kontuak?
Emakume asko zu bezala egoten dira, bikotekidearekin zailtasunak edo harreman txarra dutelako. Hori al da zure kasua?
Zerbaitetan laguntzen ahal dizugu? Zer behar duzu?
Zuri entzuteko eta zure egoeraren berri jakiteko gaude hemen; inola ere ez, zu epaitzeko. Zure erritmoa errespetatuko dugu. Konfiantzaz hitz egiteko lekua eta laguntza behar baduzu, hemen gaude, beti laguntzeko prest.

Atención a todas las violencias
MUJER:
• Detección temprana
En general ¿cómo definiría su relación de pareja?
¿Cómo resuelven sus discusiones? ¿Con dificultad o sin problemas?
En alguna ocasión ¿ha sufrido maltrato emocional, físico o sexual por parte de su pareja o por una persona importante para usted?
Al terminar las discusiones, ¿se siente decaída o mal consigo misma?
¿Las discusiones terminan en golpes, patadas o empujones?
¿Siente miedo de lo que su pareja haga o diga?
¿Su pareja ha abusado de usted físicamente?
¿Su pareja ha abusado de usted emocionalmente?
¿Su pareja ha abusado de usted sexualmente?
• En caso de sospecha, por la información obtenida sobre los antecedentes y características de la mujer
Parece que estuviese asustada, en alerta. ¿De qué tiene miedo?
¿Cómo van las cosas en casa?
Muchas mujeres se sienten como usted debido a dificultades o malas relaciones con su pareja. ¿Es este su caso?
¿Cree que le podemos ayudar en algo? ¿Qué necesita?
Estamos aquí para escuchar y conocer su situación. Nunca para juzgarle. Respetamos sus tiempos. Si necesita espacio y ayuda para hablar en confianza, aquí estamos.

ADINEKOAK:
Ez izan beldurrik niri kontatzeko. Zuri laguntzeko eta nahi duzun arte laguntzeko nago hemen.
Ahaide, seme-alaba edo bilobaren baten beldur zara? Nolakoa da zaintzen zaituen pertsonarekiko harremana?
Zure ustez, zaintzaileak gaizki hitz egiten dizu, gaizki tratatzen zaitu? Denbora luzez uzten zaitu bakarrik? Diru gehiegi eskatzen dizu?
Esaten didazuna sinesten dut, bai. Badakit oso gogorra dela, zure ahaidea delako, baina gauza guztietan babestu nahi zaitugu.
Hemen gaude zure egoera ezagutzeko. Babesa eta baliabideak eskaintzen dizkizugu, zure segurtasuna bermatzeko. Konfiantzaz hitz egiteko lekua eta laguntza behar badituzu, hemen gaude, beti laguntzeko prest.
HAURRAK ETA NERABEAK
Esan nahi didazu zerk kezkatzen zaituen? Nik sinesten dizut. Saia zaitetz errudun ez sentitzen.
Bakarka kontatu nahi didazu? Ez izan beldurrik: zerbait egiten badugu, behar duzun horretan laguntzeko izanen da. Kontatzea erabaki duzu, eta hori aukera oso ausarta da.
Patxadaz hitz eginen dugu. Nahiago dut zuk hitz egitea, nik entzun eginen dizut.
Ulertzen dut zure sufrimendua, oso ongi azaldu didazu eta babestuko zaitugu.
Inork ez du merezi gaizki tratatua izatea.

MAYORES:
No tenga miedo a contarme, estoy para apoyarle y acompañarle hasta que usted lo decida.
¿Tiene miedo de algún/alguna familiar, de su hijo/a, de su nieto/a? ¿Cómo es la relación con la persona que le cuida?
¿Considera que su cuidador/a le habla o trata mal? ¿Le deja mucho tiempo solo/a? ¿Le pide dinero en exceso?
Creo lo que me está contando. Sé que es muy duro, porque es su familia, pero le vamos a apoyar en todo.
Queremos escucharle y conocer su situación. Le ofrecemos protección y recursos, para garantizar su seguridad. Si necesita espacio y ayuda para hablar en confianza, estamos aquí para usted.
INFANCIA Y ADOLESCENCIA
¿Quieres contarme qué te preocupa? Yo te creo, intenta no culpabilizarte.
¿Quieres contármelo a solas? No tengas miedo: si tenemos que intervenir y hacer algo, te acompañaremos en lo que necesites. Es muy valiente que hayas decidido contarlo.
Vamos a hablar con calma, prefiero que me hables, yo te escucho.
Entiendo tu sufrimiento, me lo has explicado muy bien y te vamos a proteger.
Nadie merece que se le trate mal.

Osasun-laguntzaren unibertsalizazioa

Egun on, hitzordua eman dizute Nafarroako osasun-laguntzarako sarbidea eskatzeko. Dokumentazio hau ekarri behar didazu.

Ba al duzu presazko hitzordua behar duen osasun-arazorik? Hala bada, lehentasunezko arreta eskatuko dizugu.

Egun gutxiren buruan izanen duzu arreta onartuta. Eta hitzordua hartu ahalko duzu osasun-etxean eta zure medikuaren bidez, Ospitalean, kardiologian, traumatologian...

Osasun-etxeko harrerari buruzko gidaliburua emanen dizut; bertan izanen dituzu ordutegiak eta jaso dezakezun arreta.

Zure egoera dela eta, ezin dizut osasun-txartela hemendik kudeatu, baina esanen dizut non eska dezakezun.

Universalización de la asistencia sanitaria

Buenos días, le han dado cita para solicitar el acceso a la asistencia sanitaria en Navarra. Esta es la documentación que me tiene que presentar.

¿Tiene algún problema de salud que necesite cita urgente? Si es así, le solicitaremos la asistencia de manera prioritaria.

En pocos días tendrá la asistencia reconocida, y podrá acceder a una cita en el centro de salud, con su médico/a, en Hospital, con cardiología, traumatología, etc.

Le doy la guía de acogida del centro de salud, con los horarios y la atención que puede recibir.

Por su situación no puedo gestionarle la tarjeta sanitaria desde aquí, pero le voy a indicar dónde la puede solicitar.



OSASUN MENTALEKO ARRETA

Oso garrantzitsua da osasun mentalaz ari garenean hitz egokiak erabiltzea eta osasun mentalaren zainketa bultzatzen duen informazioa ematea.

Ez da komeni gaixotasun mentalak desgaitasunarekin eta mendekotasunarekin sistematikoki lotzea. Gaixotasun mentala duten batzuek desgaitasuna edota mendekotasuna izaten ahal dute, baina ezin da orokortu. Beraz, ez da **mendeko** hitza erabili behar nahasmendu mentalak dituzten pertsonen erreferentzia egiteko.

Osasun mentaleko arazoak dituzten pertsonak eta antzeko esapideak erabiltzea gomendatzen da, **gaixo mentalak** erabili beharrean; beraz, hobe da **pertsonak** hitza jartzea beti. Izan ere, **gaixo mentalez** hitz egitean pertsonen ezaugarri bakar horretan jartzen da arreta guztia, ez pertsonengan.

Gure ikuspegitik, patologia mental bat duten pertsonak zailtasun psikosozialak dituzten pertsonak dira, edo desgaitasun psikosoziala duten pertsonak.

Gaixotasun mental terminoak neutroa dirudi, baina pertsonari leporatzen zaizkion estereotipo negatibo asko dakartza berekin. Hori dela eta, hobe da **osasun mentaleko arazoak** edo **nahasmendu mentalak** esapideak erabiltzea.

Hiztegian jasotako esanahiaz harago, hobe da gaixotasunaren izena substantibo gisa ez erabiltzea pertsonari erreferentzia egiteko, nahasmenduak ez baitu pertsona definitzen. Hau da, ez dira **eskizofreniko, anorexiko** edo **depresibo** hitzak erabili behar, pertsonak definitzeko: **Eskizofrenikoa oihuka atera zen gelatik → Eskizofrenia duen pazientea oihuka atera zen gelatik. Anorexikoarekin hitz egin zuten → Anorexia duen mutilarekin hitz egin zuten.**

Pertsona horiek osasun mentaleko zentroetara joaten dira, ospitale psikiatrikoetara, ospitaleko

ATENCIÓN EN SALUD MENTAL

Es muy importante utilizar las palabras adecuadas cuando hablamos de salud mental y proporcionar información que potencie el cuidado de la salud mental.

No es conveniente asociar sistemáticamente las enfermedades mentales con la discapacidad, ni con la dependencia. Algunas personas con enfermedad mental pueden tener discapacidad o dependencia, pero no se puede generalizar. Por lo tanto, no se debe utilizar el término **dependiente** para referirse a personas con trastornos mentales, de manera sistemática.

Se recomienda emplear expresiones como **personas con problemas de salud mental** en lugar de **enfermos/as mentales**, es decir, emplear siempre el término **personas**. De hecho, al hablar de **enfermos/as mentales** la atención se limita a esa única característica de la persona, y no a la totalidad de la persona.

Desde nuestra perspectiva las personas con patología mental son personas con dificultades psicosociales e incluso personas con discapacidad psicosocial.

El término **enfermedad mental** parece neutro, pero conlleva muchos estereotipos negativos que se le atribuyen a la persona. Por ello, es preferible utilizar **problemas de salud mental** o **trastornos mentales**.

Más allá del significado recogido en el diccionario, es preferible no utilizar el nombre de la enfermedad como sustantivo para referirse a la persona, ya que el trastorno no define a la persona. Es decir, no hay que utilizar palabras como **esquizofrénico/a, anoréxico/a** o **depresivo/a** para definir a las personas: **El esquizofrénico salió gritando de la habitación → El paciente con esquizofrenia salió gritando de la habitación. Hablaron con el anoréxico → Hablaron con el chico que tiene anorexia.**

psikiatria-zerbitzuetara, eguneko ospitaleetara edo errehabilitazio-zentroetara. Zentro horiek aipatzean, ez dira **eroetxe** eta **zoroetxe** hitzak erabili behar.

Bestalde, Osasunbideak zenbait esku-hartze egiten ditu Nafarroako Osasun Mentaleko Sarearen bidez (NOMS). NOMSek egiten dituen esku-hartzeen barruan, solasaldietan ager daitezkeen oinarritzko formula batzuk emanen ditugu jarraian:

Esku-hartze sozialerako plana

Elkarrekin plan bat prestatuko dugu zure egoera hobetzeko. Planak ibilbide-orri bat izanen du, eta hari jarraituko diogu urratsez urrats, ados?

Zure erritmoa eta nahiak kontuan hartuta, plana malgua izanen da, zure bilakaerara behar bezala egokitzeko.

Estas personas acuden a centros de salud mental, a hospitales psiquiátricos, a servicios de psiquiatría hospitalaria, a hospitales de día o a centros de rehabilitación. Para hablar de estos centros no se empleará la palabra **manicomio**.

Por otra parte, el Servicio Navarro de Salud realiza diversas intervenciones a través de la Red de Salud Mental de Navarra (RSMN). A continuación, se recogen fórmulas básicas de conversaciones que se pueden dar en las intervenciones del RSMN:

Plan de intervención social

Juntos/as prepararemos un plan para mejorar su situación. Habrá una hoja de ruta que desarrollaremos paso a paso, ¿de acuerdo?

El plan será flexible, tendrá en cuenta su ritmo y sus deseos, para adaptarse bien a su evolución.



Familiarekin/bizikidetzta-unitatearekin esku-hartzea

Familia osoari lagundu nahi diogu, ez bakarrik erabiltzaileari. Horretarako, zuen etxeko egoera aztertuko dugu, zuen eguneroko bizitza errazagoa izan dadin eta behar diren baliabideak egokitu ditzagun.

Badakigu familia bakoitza desberdina dela; horregatik, egoera estresagarriak kudeatzeko tresna egokiak eskainiko dizkizugu. Garrantzitsua da jakitea zer moduz moldatzen zareten etxean egoera hau kudeatzean eta nola sentitzen zareten familiakook prozesu honetan, zuen beharrei ahalik eta ongien erantzuteko.

Zer moduz kudeatzen duzue etxean dagoen egoera hori?

Nola sentitzen zarete familiakook prozesu honetan?

Konfidentziasuneko konpromiso bat dugu artatzen dugun pertsonarekin; alderdi hori beti izanen dugu kontuan gure topaketetan.

Laguntza psikosoziala

Zure alboan egonen gara behar duzun denbora guztian, laguntza eta babesa eskaintzeko, zu indarberritzeko prozesuan.

Zure autonomia eta konfiantza landuko ditugu, zure gaitasunak indartuz eta eguneroko erronkei aurre egiteko tresnak eskainiz. Azkenean, helburua zure ongizatea bermatzea da, baliabiderik egokienak emanez.

Zahartzaroaz

Batzuetan, gaztelaniazko **tercera edad** eufemismoa euskaratu nahian, **hirugarren adina** esaten zaio zahartzaroari euskaraz, baina hobe da hori baztertzea.

Intervención con la familia/unidad convivencial

Estamos para ayudar a toda la familia, no solo a la persona usuaria. Para ello, analizaremos la situación de su casa, a fin de facilitarles la vida cotidiana y adecuar los recursos necesarios.

Sabemos que cada familia es diferente, y le ofreceremos herramientas adecuadas para manejar situaciones estresantes. Es importante conocer cómo se las arreglan en casa con esta situación, y cómo se sienten como familia en este proceso, para responder de la mejor manera posible a sus necesidades.

¿Cómo se las arreglan en casa para gestionar esta situación?

¿Cómo se sienten como familia en este proceso?

Tenemos un compromiso de confidencialidad con la persona atendida, este aspecto estará presente en nuestros encuentros.

Apoyo psicossocial

Estaremos a su lado todo lo que necesite, para ofrecerle ayuda y apoyo en su proceso de recuperación.

Trabajaremos en su autonomía y confianza, fortaleciendo sus capacidades y ofreciendo herramientas para afrontar los retos del día a día. El objetivo es garantizar su bienestar, ofreciéndole los recursos más adecuados.

Sobre la vejez

En ocasiones, al traducir el eufemismo castellano **tercera edad** al euskera, se utiliza el calco lingüístico **hirugarren adina** para denominar la vejez. Es mejor no usarlo.

OSPITALEKO GIZARTE-LANEKO ARRETA

Ospitalean, gizarte-langileen esku-hartzearen helburu nagusia da ospitaleko alta jaso ondorengo zainketak bermatzea.

Oinarritzko Osasun-laguntzan eta Osasun Mentaleko Sarean bezala, gerta daiteke pazienteak eta familiak/ingurukoek eskatzea lehen elkarrizketa bat izateko pazientearekin eta haren ingurukoekin, balorazioa egitearren.

Ospitalean, hainbat zerbitzutan, ohikoa da esku-hartzeak Gizarte-laneko Unitatearen ekimenez hastea, “proiektu edo protokolo” propioz. Hori dela eta, esku-hartzearen ikuspegia aldatu egiten da, eta pazienteari esku-hartzearen arrazoa jakinarazi behar diogu.

Bestalde, gaixotasunaren faserik larrienean esku hartzen dugunez, batzuetan egoera konplexuak sortzen dira: bizitzaren amaiera, bat-batean autonomia galtzea... Horregatik, gure lanaren eta esku-hartzearen muina da erabakiak hartzen laguntzea, sentimenduen adierazpena bideratzea eta, ororen gainera, alta hartzean izanen dituzten beharrei buruz kontzientziatzea, bai pazienteak, bai ahaideak.

Azkenik, denbora faktore garrantzitsua da. Askotan, ospitaleratzeak bat-batean gertatzen dira eta esku-hartzea “laburra” izaten da —ospitaleratze-egunek eta arrazoi ez-medikoengatik egonaldiak ez luzatzeko beharrak baldintzaturik—; beraz, azkar esku hartu behar izaten dugu, baina modu eraginkorrean, balorazioak eta esku-hartzea oso zuzenak izan daitezen eta, batez ere, helburu nagusira bidera daitezen.

ATENCIÓN EN TRABAJO SOCIAL HOSPITALARIO

El principal objetivo de la intervención de los/las trabajadores/as sociales desde el hospital es garantizar los cuidados al alta hospitalaria.

Al igual que en Atención Primaria y en la Red de Salud Mental, es posible que el/la paciente y la familia/entorno soliciten una primera entrevista con paciente y entorno, y una valoración.

Pero en el hospital, en varios servicios, es común que la intervención comience por iniciativa de la Unidad de Trabajo Social, por “proyecto o protocolo” propio. En ese caso, el encuadre de la intervención cambia, y debemos informar al paciente sobre el motivo de la intervención.

Por otro lado, intervenimos sobre la enfermedad en su fase más aguda, y a veces se presentan situaciones complejas, de final de vida, de pérdida de autonomía súbita..., por lo que nuestra labor e intervención se centra en acompañar en la toma de decisiones, en facilitar la expresión de sentimientos y, en gran parte, en concienciar al paciente y a la familia sobre las necesidades al alta.

Finalmente, jugamos con el factor tiempo. Los ingresos hospitalarios se producen muchas veces de forma súbita, y la intervención suele ser “breve”, condicionada por los días de ingreso y la necesidad de no alargar las estancias (por motivos no médicos). Por tanto, debemos intervenir de forma rápida, pero eficaz, de tal forma que las valoraciones y la intervención sean muy directas y dirigidas, sobre todo, al objetivo principal.

Horregatik guztiagatik, galdera/esaldi hauek proposatzen ditugu ospitaleko gizarte-langileok:
Egun on, ospitaleko gizarte-langilea naiz, eta zu bisitatzera etorri naiz, ospitaletik ateratzean zainketak antolatzen laguntzeko.
Alta jaso eta joaten zarenean, etengabeko zainketak beharko dituzu, edo ingesatu aurretik zenituenak baino zainketa gehiago; horregatik, irten baino lehen, zainketak antolatzen lagundu nahi dizut.
Oso garrantzitsua da behar duzun laguntza izatea; izan ere, hori adostuta ez badago, ezin izanen dizugu alta eman. Gainerako profesionalekin batera lan egiten dugu, eta nire lana da behar duzuna izan dezazun segurtatzea.
Elkarrekin lan egiten dugu, eta aukera guztien berri emanen dizut, zure ahaideekin batera aukeratu ahal izateko.
Non uste duzu egonen zarela gaixondoan? Non egon nahiko zenuke indarberritu bitartean?
Nola sentitzen zara medikuak eman digun informazioarekin? Erabakiak hartzen lagun diezazuket. Zer behar duzu? (Bai pazientearentzat, bai ahaideentzat).

Por todo ello, aquí están las preguntas/frases propuestas desde el ámbito hospitalario:
Buenos días, soy el/la trabajador/a social del hospital, y he venido a visitarle para ayudarle a organizar los cuidados para cuando salga del hospital.
Cuando le den de alta, necesitará cuidados continuos o más cuidados que antes de ingresar; por eso, quiero ayudarle a organizarlos antes de la salida.
Es muy importante que tenga los apoyos necesarios, puesto que, si esa necesidad no está cubierta, no podremos darle de alta. Trabajamos en equipo con el resto de profesionales, y mi labor es ocuparme de que tenga lo que necesite.
Trabajaremos juntos/as en esto, y le iré informando sobre las diferentes opciones, para que pueda elegir junto a sus familiares.
¿Dónde se ve durante su convalecencia? ¿Dónde preferiría estar mientras se recupera?
¿Cómo se siente con respecto a la información que nos ha proporcionado el médico? Puedo acompañarle en las decisiones que tenga y pueda tomar. ¿Qué necesita? (Tanto para paciente como para familiares.)

EUSKARAZ ZUZEN(AGO) ETA EGOKI(AGO)

USO (MÁS) CORRECTO Y (MÁS) ADECUADO DEL EUSKERA

Zenbait hitzen erabilera:

Uso de ciertas palabras:

Froga

Zerbait egia dela finkatzeko edo egiaztatzeko balio du: *delituaren frogak*, *frogaren argudioak*, etab.

Sirve para establecer o demostrar que algo es cierto: *delituaren frogak* (pruebas del delito), *frogaren argudioak* (argumentos de prueba).

Proba

Besteak *probak* dira: *liburuaren lehen probak*, *azterketa-probak*, *unibertsitatera sartzeko probak*, *idi-proba*, *DNA-proba*, *proba nuklearrak*, etab.

En otras acepciones se utiliza *proba*: *liburuaren lehen probak* (primeras pruebas del libro), *azterketa-probak* (pruebas de examen), *unibertsitatera sartzeko probak* (pruebas de acceso a la universidad), *idi-proba* (prueba de bueyes), *DNA-proba* (prueba de ADN), *proba nuklearrak* (pruebas nucleares).

Gorputz

Gizakien eta animalien materiako osagaia.

Cuerpo de un ser humano o animal.

Gorpu

Gorputz hila, bereziki gizakiarena. Hilotza.

Cadáver, cuerpo muerto, en especial de una persona. *Hilotz* es sinónimo de *gorpu*.

Mediku

Izena da, pertsona (sendagilea edo osagilea): *Medikuari deitu diot*.

Es un sustantivo (= médico/a, persona que ha estudiado Medicina): *Medikuari deitu diot* (He llamado al/a la médico/a).

Mediko

Izenondoa da eta izenarekin batera erabiltzen da: *Azterketa medikoa egin du*.

Es un adjetivo y va unido a un sustantivo: *Azterketa medikoa egin du* (Se ha hecho un reconocimiento médico).

Berreskuratu

Egokia da "galdu zena berriz eskuratu" esan nahi denean. Adibide batzuk: *aginpidea berreskuratu*, *galdutako euskara berreskuratu*.

Su uso es adecuado cuando significa "recuperar algo perdido". Ejemplos: *aginpidea berreskuratu* (recuperar el poder), *galdutako euskara berreskuratu* (recuperar el euskera perdido).

Osatu

"Bere onera etorri, sendatu" esanahiarekin, egoki da *oneratu* eta *osatu* erabiltzea. Adibidea: *Eria oneratu/osatu da*.

Con el significado de "restablecerse", se pueden utilizar: *osatu* (curarse), *oneratu* (*Oneratu al da eria?*: ¿Ha mejorado la persona enferma?)...

Gizarte(-)zerbitzu (servicio social)

Hitz elkartua da (izena+izena), eta marratxoa aukerakoa dugu.

Palabra compuesta (sustantivo+sustantivo) en la que el guión es opcional.

Zerbitzu sozial (servicio social)

Izena eta adjektiboa elkartzen dira hor; beraz, marratxorik gabe idazten da. *Sozial* adjektiboa izenaren eskuinaldean jarri behar da: **sozial arazo* → *arazo sozial*.

Sustantivo más adjetivo; por tanto, se escribe sin guión. El adjetivo *sozial* se ha de colocar a la derecha del sustantivo: **sozial arazo* → *arazo sozial* (problema social)

Gizarte (sociedad)

Euskaltzaindiak gomendatzen du *sozietate* hitza ez erabiltzeko "giza lagunartea, gizadia elkartetzat hartua" adieran; esanahi horrekin, *gizarte* bera da egokia.

La Real Academia de la Lengua Vasca-Euskaltzaindia recomienda no usar *sozietate* con el significado "sociedad, agrupación más o menos numerosa de personas que conviven". Se ha de utilizar *gizarte*.

Jendarte

Tradizioan ez da inoiz erabili "gizarte" adierazteko. Bestelako adiera bat du Euskaltzaindiaren Hiztegian: "*leku agerian dagoen jendea; jendea, jende-multzoa*".

Tradicionalmente nunca se ha utilizado para expresar "sociedad" (con el significado citado en la columna izquierda). Tiene otro significado en el Diccionario de Euskaltzaindia: "gente que está en un lugar abierto; gente, grupo de gente".

Anbulatorio

Osasun-etxea; edo osasun-zerbitzu eta tratamenduez mintzatuz, eria ospitalizatu gabe ematen dena: *kirurgia ambulatorioa*.

Centro de salud; o hablando de servicios sanitarios y tratamientos, aquel que se desarrolla sin hospitalización del o de la paciente: *kirurgia ambulatorioa* (cirugía ambulatoria)

***Anbulategi**

**Anbulategi* hitza ez dago ongi sortua, erdal hitz mozorrotua baita: euskaraz **anbula* hitzik ez dagoenez, horren gainean ezin da hitz eratorririk sortu.

**Anbulategi* es un neologismo creado incorrectamente a partir del término castellano *ambulatorio*; dado que la palabra **anbula* no existe en euskera, no se puede formar ninguna palabra derivada partiendo de ella (con el sufijo *-tegi*).

Deribatu

Hizkera sanitarioan, *deribazio* hitzak berezko esanahia du (*bideratu* hitzetik haragokoa): administrazio sanitarioan egiten den izapide bat da. Honela definitzen ahal da: paziente bat, kontsultarteko bolante baten bidez, beste profesional batengana bidaltzea, arreta osagarria eskaintzeko diagnostikoari, tratamenduari eta errehabilitazioari dagokienez. Esaterako, *Oinarrizko osasun-laguntzako familia-medikuak arreta espezializatura deribatzen ditu pazienteak*.

En el lenguaje sanitario, el término *deribazio* (derivación) tiene un significado propio, más allá del término *bideratu* ("encauzar; tramitar, sustanciar"): es un trámite que se realiza en la administración sanitaria. Se puede definir como "enviar un/una paciente a otro/otra profesional a través de un volante, para que reciba atención complementaria en cuanto a diagnóstico, tratamiento y rehabilitación". Por ejemplo, *Oinarrizko osasun-laguntzako familia-medikuak arreta espezializatura deribatzen ditu pazienteak* (El/la médico/a de atención primaria deriva pacientes a atención especializada).

Heziketa

Bi hitz hauen arteko aldea oso lausoa den arren, bada bien arteko desberdintasun bat. *Heziketa* orokorra da, jendea heztean datza, balioak transmititzean; *hezkuntza* baino praktikoagoa da.

Aunque la diferencia entre estas palabras es muy difusa, hay una diferencia entre ellas. *Heziketa* es general, consiste en educar a la gente, en transmitir valores. Tiene un significado más práctico que *hezkuntza*.

Bideratu

Euskaltzaindiak esanahi orokorra ematen dio *bideratu* aditzari, eta *deribatu* hizkera espezifikotarako gordetzen du.

Euskaltzaindia da un significado más general al verbo *bideratu*, y reserva *deribatu* para usos más específicos.

Hezkuntza

Hezkuntza akademikoagoa da *heziketa* baino (*Lehen Hezkuntza, Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza...*). Nolanahi ere, egia da hezkuntza ematen duen pertsona batek heziketa ere ematen duela.

Hezkuntza es más académica que *heziketa* (ej. *Lehen Hezkuntza, Educación Primaria*). En cualquier caso, es cierto que una persona que imparte *hezkuntza* (educación) también imparte *heziketa* (educación).

Emergentzia

Emergentziak (*emergencias*, gaztelaniaz). Adibidez, *Anbulantzia emergentzia batera joan behar izan da, sutan zegoen etxe batera*.

Emergentziak (*emergencias*). Por ejemplo, *Anbulantzia emergentzia batera joan behar izan da, sutan zegoen etxe batera* (La ambulancia ha tenido que ir a una emergencia, a un edificio en llamas).

Larrialdi

Larrialdiak (*urgencias* edo *emergencias*, gaztelaniaz) Etengabeko Arreta Guneetan eta ospitaleetan dauden unitateak/zerbitzuak dira.

Zenbait kasutan gaztelaniazko *emergencia* hitzaren baliokidea da *larrialdi*:

Salida de emergencias → *Larrialdietako irteera*.

Dispositivo de emergencias → *Larrialdietako gailu*.

Larrialdiak (*urgencias* o *emergencias*) son unidades/ servicios ubicados en puntos de atención continuada y hospitales. En algunos casos, *larrialdi* corresponde a la palabra castellana *emergencia*: *Salida de emergencias* → *Larrialdietako irteera*. *Dispositivo de emergencias* → *Larrialdietako gailu*.

Farmazia

Botika edo *farmazia* "sendagaiak prestatzen edo saltzen diren etxea" da, eta Euskaltzaindiaren Hiztegiaren arabera bi hitzak sinonimotzat hartzen ahal dira.

Botika y *farmazia* significan "establecimiento donde se preparan y venden medicamentos" y se consideran palabras sinónimas en el Diccionario de Euskaltzaindia.

Botika

Medikamentu hitzaren sinonimo gisa erabiltzen da. Puede usarse con el significado de "medicamento".

Zaintza

Euskaltzaindiaren Hiztegiaren arabera *zaintza* eta *zainketa* sinonimoak dira.

Según el Diccionario de Euskaltzaindia, *zaintza* y *zainketa* son sinónimos ("acción de cuidar a alguien").

Zainketa

Hala ere, *zainketak* erizainek, mendekotasuna duten pertsonen zaintzaileek eta bestelakoek ematen dituzte (gaztelaniaz *cuidados* da pareko forma).

Sin embargo, *zainketak* (los cuidados) son proporcionados por enfermeros/as o cuidadores/as de personas con dependencia.

EZ ERABILI:

- Idatzien amaieran, ***agurrak** → *agur, agur t'erdi, agur bero bat...*
- Eskerrak emateko, ***eskerrik** → *eskerrik asko, mila esker, esker anitz...*
- Aurrean ez dagoenari beste pertsona baten bidez bidaltzen zaizkion diosalak ez dira ***agurrak** → *goraintziak / eskumuinak eman.*

DESGAITASUNAK

Desgaitasuna duten pertsonak esapidea erabiltzea gomendatzen da, **desgaitua** izen huts gisa erabili beharrean; hau da, beti *pertsonak* terminoa jartzea.

Desgaitasunari buruzko ikuspegi alternatibo bat azpimarratu nahi denean, beste termino batzuk erabiltzen ahal dira: **dibertsitate funtzionala**, **bestelakotasun funtzionala** edo **bestelako gaitasuna** (*diversidad funcional*, gaztelaniaz).

NO UTILIZAR:

- Al final de comunicaciones, ***agurrak** → *agur, agur t'erdi, agur bero bat...* (un cordial saludo)
- Para dar las gracias, ***eskerrik** → *eskerrik asko, mila esker, esker anitz...* (muchas gracias)
- El saludo que se envía a través de una persona a un tercero no presente, no es ***agurrak** → *goraintziak / eskumuinak eman* (dar recuerdos)

DISCAPACIDADES

Se recomienda utilizar la expresión **desgaitasuna duten pertsonak** (personas con discapacidad) en lugar de usar **desgaitu** (discapacitado/a) como nombre; es decir, poner siempre el sustantivo *pertsonak* (personas).

Cuando se quiere mostrar una visión alternativa sobre la discapacidad, se pueden utilizar otras expresiones: **dibertsitate funtzionala**, **bestelakotasun funtzionala** o **bestelako gaitasuna** (*diversidad funcional*).



EUSKARA EZ-SEXISTA

Hizkuntzak berez ez dira sexistak; hiztunek eragiten dute sexismoa, hizkuntza egoki edo behar bezala ez erabiltzean.

Euskaraz, badira zenbait alderdi bereziki zaindu beharrekoak, gure hizkera inklusiboagoa izan dadin:

1. **Generoa aditzean:** hitanoa erabiltzean, markatu egiten da nori zuzentzen ari gatzaizkion.
2. **Gizaki** da genero-markarik ez duena, eta ez *gizon*. Kontuz honelakoekin: ***gizon portatu, legegizon, plazagizon***, etab.
3. Euskaraz, hainbat **izenek generoa daukate: seme, alaba, aita, ama...** Batzuetan akatsa egiten da horien plurala edo generikoa erabiltzean: ***Zenbat seme dituzu? → Zenbat seme-alaba dituzu? Umearen aitek esan dute → Umearen gurasoek esan dute***. Beraz, kontuz ibili genero jakin bat duten hitzak erabiltzean.
4. Gaztelaniazko **maskulino generikoa saihesteko estrategia batzuk** ez dira beharrezkoak euskaraz: ***la persona interesada → pertsona interesduna / (hobe) interesduna***.

EUSKERA NO SEXISTA

Las lenguas en sí mismas no son sexistas. El sexismo lo producen los/las hablantes por el uso inadecuado del lenguaje.

En euskera, hay algunos aspectos que debemos cuidar especialmente para que nuestro lenguaje sea más inclusivo:

1. **Género en el verbo:** al usar el hitano, el verbo señala a quién nos dirigimos (si es a un hombre o a una mujer).
2. **Gizaki** (persona) es la palabra que no tiene marca de género; *gizon* (hombre) tiene esa marca. Cuidado con las palabras de este tipo: ***gizon portatu*** (portarse como un hombre), ***legegizon*** (abogado), ***plazagizon*** (hombre que se desenvuelve bien en público)...
3. En euskera, muchos **nombres tienen género: seme** (hijo), **alaba** (hija), **aita** (padre), **ama** (madre)... A veces se cae en el error al utilizar su plural o genérico: ***Zenbat seme dituzu? --> Zenbat seme-alaba dituzu?*** (¿Cuántos hijos varones tienes? → ¿Cuántos hijos e hijas tienes?). ***Umearen aitek esan dute → Umearen gurasoek esan dute*** ("Lo han dicho los padres del niño"; para mencionar el conjunto de padre y madre, en euskera se debe usar *gurasoak*, y no *aitak*). En todo caso, en tales contextos se debe intentar utilizar palabras sin género marcado.
4. Algunas estrategias castellanas para **evitar el masculino genérico** (como el añadido de *persona*) no son necesarias en euskera: ***la persona interesada = pertsona interesduna / interesduna*** (mejor sin *pertsona*).

LANBIDE-TALDEAK ETA LANBIDEAK

Oharra: Lanbide-taldeak pluralean agertzen dira

GRUPOS PROFESIONALES Y PROFESIONES

Nota: Los grupos profesionales aparecen en plural

Castellano	Euskara
diplomados/as sanitarios/as	diplomadun sanitarioak
facultativos/as médicos/as y técnicos/as	fakultatibo medikoak eta teknikoak
subalternos/as, operarios/as	mendekoak, langileak
técnicos/as auxiliares de administración	administrazioko teknikari laguntzaileak
técnicos/as auxiliares profesionales	teknikari laguntzaile profesionalak
técnicos/as auxiliares sanitarios/as	teknikari laguntzaile sanitarioak
técnicos/as especialistas de administración	administrazioko teknikari espezialistak
técnicos/as especialistas profesionales	teknikari espezialista profesionalak
técnicos/as especialistas sanitarios/as	teknikari espezialista sanitarioak
técnicos/as medios/as	erdi mailako teknikariak
técnicos/as superiores	goi mailako teknikariak



Oharrak: Zerrenda honetan ez dira Osasunbideko lanpostu funtzional guztiak azaltzen; esate baterako, bi hizkuntzetan errepikatzen direnak (**fisioterapeuta** modukoak) kendu egin dira. Bestalde, hitzak mugagabea agertzen dira.

Notas: En este listado no aparecen todos los puestos funcionales de Osasunbidea; se han eliminado, por ejemplo, los que tienen el mismo nombre en ambos idiomas (como **fisioterapeuta**). Por otro lado, en euskera las palabras aparecen en *mugagabea* o indefinido (sin el artículo).

Castellano	Euskara
administrativo/a	administrari
auxiliar administrativo/a	administrari laguntzaile
auxiliar de enfermería	erizaintzako laguntzaile
auxiliar de enfermería salud mental	osasun mentaleko erizaintzako laguntzaile
celador/a	zeladore
cocinero/a	sukaldari
enfermero/a	erizain
enfermero/a salud mental	osasun mentaleko erizain
farmacéutico/a	farmazialari
informático/a	informatikari
ingeniero/a	ingeniari
letrado/a	letradu
matrón/matrona	emagin
médico/a	mediku
médico/a psiquiatría	psikiatriako mediku
médico/a urgencias hospitalarias	ospitaleko larrialdietako mediku
monitor/a salud mental	osasun mentaleko monitore
oficial/a	ofizial
operario/a de servicios	zerbitzuetako langile
psicólogo/a	psikologo
secretario/a	idazkari
técnico/a especialista de laboratorio	laborategiko teknikari espezialista
técnico/a especialista en anatomía patológica	anatomia patologikoko teknikari espezialista
técnico/a especialista en psicología clínica	psikologia klinikoko teknikari espezialista
terapeuta ocupacional	terapeuta okupazional
trabajador/a social	gizarte-langile

LABURTZAPEN BATZUK

Siglak erabiltzean, ahal baldin bada hartu euskarazkoak erabiltzeko ohitura, are arrazoi gehiagorekin irakurtzen/esaten errazagoak baldin badira.

- Siglak maiuskulaz eta punturik gabe idazten dira, eta atzikia zuzenean gehitzen zaie gehienetan, marrazorik gabe.
- Laburdurek amaieran puntua daramate, eta deklinatu behar baldin badira, ez erabiltzea eta hitza osorik idaztea gomendatzen da.
- Siglak eta laburdurak bereizteko: sigletan idatzita dagoena irakurtzen da (adibidez, **SA** "ese a"); laburduretan, berriz, atzealdean dagoena (adibidez, **S.A.** "sozietate anonimoa").

ALGUNAS SIGLAS Y ABREVIATURAS

En el uso de las siglas, si es posible, hay que adquirir la costumbre de utilizar las de euskera; incluso con más razón, si son más fáciles de leer/decir.

- En euskera, las siglas se escriben en mayúscula y sin punto, añadiendo, en la mayoría de los casos, el sufijo directamente (sin guión).
- Las abreviaturas llevan punto final, y si hay que declinarlas, se recomienda no usarlas y escribir la palabra entera.
- Modo de distinguir entre siglas y abreviaturas: en las siglas, se lee lo que está escrito (por ejemplo, **SA** «ese a»); en las abreviaturas, en cambio, lo que subyace (por ejemplo, **S.A.** "sociedad anónima").

Esanahia Significado	Laburdura Abreviatura
adibidez	adib.
eta abar	etab.
faktura	fra.
idem	id.
kontu korrontea	k.k.
orrialdea(k)	or.
telefonoa	tel.
zenbakirik gabe	z.g.

Esanahia Significado	Laburdura Abreviatura
astelehena	al.
asteartea	ar.
asteazkena	az.
osteguna	og.
ostirala	or.
larunbata	lr.
igandea	ig.

Esanahia Significado	Laburdura Abreviatura
urtarrila	urt.
otsaila	ots.
martxoa	mar.
apirila	api.
maiatza	mai.
ekaina	eka.
uztaila	uzt.
abuztua	abu.
iraila	ira.
urria	urr.
azaroa	aza.
abendua	abe.

Castellano	Euskara
AA (Alcohólicos Anónimos)	AA (Alkoholiko Anonimoak)
ADD (Prestación económica para cuidados en el entorno familiar)	FZPE (Familia ingurunean zainketak egiteko prestazio ekonomiko)
AES (Ayudas de Emergencia Social)	GLL (Gizarte-larrialdietarako laguntzak)
APC (Apoyo Psicoeducativo Comunitario)	LPK (Laguntza psikoedukatio komunitario)
APE (Prestación económica de asistencia personal)	LPPE (Laguntza pertsonalerako prestazio ekonomiko)
AT (Ayudas Técnicas)	LT (Laguntza teknikoak)
BVD (Solicitud de valoración de dependencia)	MBB (Mendekotasuna baloratzeko eskaera)
CFN (Comunidad Foral de Navarra)	NFK (Nafarroako Foru Komunitatea)
CRPS (Centro de rehabilitación psicosocial)	EPZ (Errehabilitazio psikosozialeko zentro)
DNI (Documento nacional de identidad)	NAN (Nortasun-agiri nazional)
EPI (Equipo de psiquiatría infanto-juvenil)	HGPT (Haur eta gazteen psikiatriako talde)
EVAT (Equipo de valoración de atención temprana)	AGBT (Arreta goiztiarraren balorazioko talde)
HDOM (Hospitalización a domicilio)	ETXOSP (Etxeko ospitalizazio)
IRPF (Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas)	PFEZ (Pertsona fisikoen errentaren gaineko zerga)
IVD (Informe de valoración de la dependencia)	MBT (Mendekotasuna baloratzeko txosten)
NIE (Número de identidad de extranjero)	AIZ (Atzerritarren identifikazio-zenbaki)
ONG (Organización no gubernamental)	GKE (Gobernuz kanpoko erakunde)
PAC (Punto de atención continuada)	EAG (Etengabeko arretako gune)
PH (Proyecto Hombre)	GH (Gizakia Helburu)
PIA (Programa individual de atención)	BAP (Banakako arreta programa)
PNC (Pensión No Contributiva)	PNC (Kotizazio gabeko pentsio / laguntzako pentsio / pentsio ez-kontributibo)
PVS (Prestación económica vinculada al servicio)	PVS (Zerbitzua kontratatzeko prestazio ekonomiko / zerbitzuari lotutako prestazio ekonomiko)
RAEM (Residencia hogar para personas con enfermedad mental grave)	GMLE (Gaixotasun mental larria duten pertsonentzako egoitza-etxe)
RAI (Resident Assessment Instrument)	RAI (Resident Assessment Instrument)
RG (Renta Garantizada)	EB (Errenta bermatu)
SACyP (Servicio de Atención a Ciudadanos y Pacientes)	HEAZ (Herritarren eta Erien Arretarako Zerbitzu)

Castellano	Euskara
SAD (Servicio de ayuda a domicilio)	ELZ (Etxez etxeko laguntza zerbitzu)
SSB (Servicios sociales de base)	OGZ (Oinarrizko gizarte-zerbitzuak)
TIS (Tarjeta Individual Sanitaria)	OTI (Osasun-txartel indibidual)



LANEKO OHIKO HIZTEGIA

Oharrak:

- Termino bat zerrenda honetan ez azaltzeak ez du esan nahi erabili ezin denik; hori da sinonimoen edo euskalkietako ordainen kasua.
- Hitzak mugagabeen daude, eta mugatu egin behar dira erabiltzean.
- Gaztelaniatzko termino batzuek esanahi bat baino gehiago dituzte, eta esanahi bakoitzari euskal baliokide bat dagokio: **cura** euskaraz **sendaketa** da, baina **apaiz** ere bai; **dirección** izan daiteke **helbide**, baina baita **zuzendaritza** ere; **instrucción** euskaraz **jarraibide** da, baina baita **eskolatze** ere...

Castellano	Euskara
acceso	sarbide
acceso a la vivienda	etxebizitzarako sarbide
adjunto/a	atxiki / erantsi
ahorro	aurrezki
albergue	aterpetxe
alojamiento en hospedaje	ostatu hartze
alquiler	alokairu
alta voluntaria del/la paciente	pazientearen borondatezko alta
andador	eskorga

VOCABULARIO HABITUAL DE TRABAJO

Notas:

- El hecho de que un término no aparezca en el listado (caso de los sinónimos, equivalentes dialectales, etc.) no significa que no se pueda utilizar.
- Las palabras están en *mugagabea* o indefinido, pero, obviamente, llevan artículo cuando se usan en oraciones.
- Hay palabras que tienen más de una acepción en castellano y, en euskera, tienen diferentes equivalentes: **cura** es **sendaketa** (acción de curar) y **apaiz** (sacerdote); **dirección** es **helbide** (domicilio) y **zuzendaritza** (persona o personas que dirigen; nombre de ciertas secciones principales); **instrucción** es **jarraibide** (explicación orientadora para hacer algo) y **eskolatze** (adquisición de conocimientos en la escuela).

Castellano	Euskara
anuncio	iragarki
aparición	agerraldi
apoderado/a	ahaldun
aportación económica	ekarpen ekonomiko
apoyo	laguntza
ascensor	igogailu
asuntos propios	norberaren aferak / norberaren gauzak
atención centrada en la persona	pertsona ardatz duen arreta
atención temprana	arreta goiztiar

Castellano	Euskara
autocuidado	autozainketa
autonomía	autonomia
autorización	baimen
autorización judicial	epailearen baimen / baimen judicial
autorizado/a	baimendu
ayuda económica	laguntza ekonomiko
ayuda social	gizarte-laguntza
ayuda técnica	laguntza tekniko
barrera	eragozpen
barrera arquitectónica	oztopo arkitektoniko
barrera y ayuda técnica	muga eta laguntza tekniko
bastón	bastoi
bien inmueble	ondasun higiezin
buena condición	egoera on
capacidad de apoyo	laguntzeko gaitasun
capital mobiliario	kapital higigarri
carta	gutun
centro de atención diurna / centro de día	eguneko zentro
centro de noche	gaueko zentro
centro ocupacional	zentro okupazional
centro residencial	egoitza-zentro

Castellano	Euskara
certificado de empadronamiento	errollda-ziurtagiri
cita previa	aurretiko hitzordu
cobertura sanitaria	osasun-estaldura
comunidad autónoma	autonomia-erkidego
comunidad foral	foru komunitate
confidencialidad	konfidentzialtasun
conflicto familiar	familia-gatazka
consentimiento informado	baimen informatu
contrato administrativo	administrazio-kontratu
conviviente	bizikide
cuantía	zenbateko
cuantía mensual	hileko zenbateko
cuarto de baño	bainugela
cuestionario	galdetegi
cuestionario sanitario para valoración	baloraziorako osasun-galdetegi
cuidados	zainketak
cuidado y recomendación	zainketa eta gomendio
curador/a representativo/a	ordezkaritzako kuradore
curador/a sustitutivo/a	ordezko kuradore
curso de formación	prestakuntza ikastaro
dato identificativo	identifikazio-datu

Castellano	Euskara
dato personal	datu pertsonal
declaración responsable	erantzukizunpeko adierazpen
dependencia	mendekotasun
dependencia leve	mendekotasun arin
dependencia moderada	mendekotasun moderatu
derivar	deribatu
desajuste	desdoikuntza
desamparo	babesgabetasun
desarraigo	deserrotze
descuento en transporte	deskontua garraioan
desestabilización	ezegonkortze
desgravación fiscal	zerga-arinketa
deterioro progresivo	narriadura progresiboa
determinantes sociales	gizarte-determinatzaileak
día de descanso	atseden-egun
día festivo	jaiegun / festa-egun
día hábil	egun baliodun
día inhábil	egun baliogabe
día laborable	lanegun
día natural	egun natural
diagnóstico social sanitario	diagnostiko sozial sanitario

Castellano	Euskara
dieta por comida	otordu-dieta
dieta por kilometraje	kilometraje-dieta
dirección	helbide / zuzendaritza ¹
dirección electrónica	helbide elektronikoa
discapacidad	desgaitasun
discapacidad auditiva	entzuteko desgaitasun
discapacidad intelectual	desgaitasun intelektual / adimen-desgaitasun
discapacidad motora	mugitzeko desgaitasun
discapacidad permanente	desgaitasun iraunkor
discapacidad psicosocial	desgaitasun psikosozial
discapacidad psíquica	desgaitasun psikikoa
discapacidad puntual	desgaitasun puntual
diversidad funcional	dibertsitate funtzional
domiciliación bancaria	banku-helbideratze
ejercicio	ariketa
elección de menú	menu-aukeraketa
empadronamiento	erroldatze
empadronar	erroldatu
enfermedad poco frecuente	ohikoa ez den gaixotasun
entidad derivante	deribazioa egiten duen erakunde

¹ Helbide (‘‘egoitza’’ adiera) / zuzendaritza (‘‘kargudunen multzoa; zenbait atal edo sail nagusiren izena’’).

Castellano	Euskara
estable	egonkor
estancia temporal	aldi baterako egonaldi
eutanasia	eutanasia
evaluar	ebalatu
exclusión	bazterketa
familia desestructurada	familia desegituratu
familiar	ahaide
fecha de alta	alta-data
fecha de nacimiento	jaiotegun
ficha de domiciliación bancaria	banku-helbideratzearen fitxa
gestión/organización de los cuidados	zaintzen kudeaketa/ antolaketa
grado de discapacidad	desgaitasun-gradu
gran dependencia	mendekotasun handi
gran invalidez	baliaezintasun handi
grave	larri
grave problema	arazo larri
guardador/a de hecho	egitatezko zaintzaile
habilidad social	trebetasun sozial
habitabilidad	bizigarritasun
hoja de reclamaciones y sugerencias	erreklamazio- eta iradokizun-orri
hoja de solicitud	eskabide / eskaera-orri

Castellano	Euskara
hoja o tique de cita previa	hitzordu-orri edo -tiket
hospitalización	ospitalizazio
incapacidad	ezintasun
incapacidad laboral	lanerako ezintasun
incapacidad legal	legezko ezintasun
incapacidad permanente absoluta	ezintasun iraunkor absolutu
incapacidad permanente total	ezintasun iraunkor oso
indomiciliado/a	etxerik gabeko
información y consejos sobre enfermedad	gaixotasunari buruzko informazioa eta aholkuak
información y preparación para la realización de prueba médica	proba medikoa egiteko informazio eta prestaketa
informe de accidente o agresión	istripu edo erasoei buruzko txosten
informe de prueba médica	proba medikoari buruzko txosten
informe de salud	osasun-txosten
informe de valoración de la dependencia (IVD)	mendekotasuna baloratzeko txosten (MBT)
informe médico	mediku-txosten / txosten mediko
informe médico de alta	alta-txosten mediko

Castellano	Euskara
informe médico de salud para valoración de dependencia	mendekotasuna baloratzeko osasun-txosten mediko
informe psicológico	txosten psikologiko
informe social	gizarte-txosten / txosten sozial
informe social sociosanitario	txosten sozial soziosanitario
ingreso económico	diru-sarrera
ingreso regular	diru-sarrera erregular
instrucción	jarraibide / instrukzio ²
interesado/a	interesdun
jornada completa	lanaldi oso
jornada reducida	lanaldi murriztu
justificante cuenta bancaria	banku-kontuko egiaztagiri
justificante de asistencia	bertaratze-agiri
justificante de presentación	aurkezte-agiri
leve	arin
libro de familia	familia-liburu
limitación grave	muga larri
limitación leve	muga arin
limitación media	muga ertain
limitación total	erabateko muga
limitado/a	mugatu

² *Instrukzio* (dokumentu juridikoa adierazteko).

Castellano	Euskara
liquidación de gastos de viaje	bidaia-gastuen kitapen
lugar de nacimiento	jaioterri
mayor dependiente	mendekotasuna duen adineko
medida de apoyo	sostengu-neurri
medio de comunicación	komunikabide / hedabide
medio de transporte	garraioibide
medio/a	ertain
menor de edad	adingabe
mensaje de correo electrónico	mezu elektronikoa
modelo biopsicosocial	eredu biopsikosozial
muleta	makulu
municipio	udalerrri
normas de funcionamiento	funtzionamendu-arauak
nota de prensa	prentsa-ohar
notificación	jakinarazpen
número de afiliación	afiliazio-zenbaki
número de colegiación	elkargokide-zenbaki
paga	ordainsari
página web	webgune
parentesco	ahaidetasun
parte de lesiones	lesioei buruzko parte

Castellano	Euskara
participación social	parte-hartze sozial
pedido	eskaera
pensión	pentsio
persona de referencia	erreferentziazko pertsona
pésima condición	oso egoera txar
piso tutelado	tutoretzapeko etxebizitza
plan de decisiones anticipadas	erabaki aurreratuen plan
portal	atari
prescripción médica	preskripzio mediko
prestación	prestazio
prestación económica	prestazio ekonomiko
prestación económica de dependencia	mendekotasuneko prestazio ekonomiko
prestación social	gizarte-prestazio
presupuesto	aurrekontu
pre-terminal	aurre-terminal
producto de apoyo	laguntza-produktu
programa de vacaciones, ocio y tiempo libre	oporren, aisialdiaren eta denbora librearen programa
propiedad	jabetza
propuesta	proposamen
protección de datos	datuen babes

Castellano	Euskara
pupilaje	apopilotza
recurso básico de zona	zonako oinarrizko baliabide
recurso sociosanitario	baliabide soziosanitario
registro de parejas de hecho	izatezko bikoteen erregistro
renta de empleo	enplegu-errenta
renta de trabajo	lan-errenta
representación voluntaria	borondatezko ordezkari
representante	ordezkari
representante legal	legezko ordezkari
representante voluntario/a	borondatezko ordezkari
residencia legal	legezko egoitza
resolución	ebazpen
revisar	berrikusi
revisión	berrikuspen
revisión de valoración	balorazioaren berrikuspen
riesgo de exclusión	bazterketa-arrisku
salud mental	osasun mental
sede electrónica	egoitza elektronikoko
Seguridad Social	Gizarte Segurantzza
servicio	zerbitzu
servicio de apoyo en domicilio	etxean laguntzeko zerbitzu

Castellano	Euskara
servicio de ayuda a domicilio	etxeko laguntza-zerbitzu
servicio ocupacional	zerbitzu okupazional
servicio residencial	egoitzako zerbitzu
silla de ruedas	gurpil-aulki
sin techo	etxegabe
situación convivencial	bizikidetza-egoera
situación de dependencia	mendekotasun-egoera
situación de exclusión	bazterketa-arrisku
situación económica	ekonomia-egoera / egoera ekonomiko
situación formativa	prestakuntza-egoera
situación laboral	lan-egoera
solicitante	eskatazile
solicitud	eskabide / eskaera
solicitud de atención temprana	arreta goiztiarraren eskaera
solicitud de documentación clínica	dokumentazio klinikoaren eskaera
solicitud de elección de médico	medikua aukeratzeko eskaera
solicitud de facturación a terceros	hirugarrenei fakturatzeko eskaera
solicitud de gastos por prestación sanitaria	prestazio sanitarioen gastuen eskaera
solicitud de intervención quirúrgica	ebakuntza kirurgikoa egiteko eskaera

Castellano	Euskara
solicitud de pago de congresos, jornadas y cursos	kongresu, jardunaldi eta ikastaroak ordaintzeko eskaera
solicitud de plaza en centros sociales y sanitarios	gizarte- eta osasun-zentroetan plaza eskatze
solicitud de prueba médica	proba medikoa egiteko eskaera
solicitud de recurso residencial socio sanitario	egoitza-baliabide soziosanitarioaren eskaera
solicitud de segunda opinión médica	bigarren iritzi medikoaren eskaera
solicitud de vacaciones	opor-eskaera
solicitud de valoración de dependencia (BVD)	mendekotasuna baloratzeko eskaera (MBB)
solicitud de valoración de la discapacidad	desgaitasuna baloratzeko eskaera
solicitud para la valoración, revisión o traslado dependencia	mendekotasuna ebaluatu, berrikusi edo lekualdatzeko eskaera
subvención	dirulaguntza
suficiente	nahiko
tarea	eginkizun
tarjeta de aparcamiento	aparkatzeko txartel
teleasistencia	telelaguntza
terminal	terminal
test de valoración	balorazio-test
tipo de ingreso	sarrera-mota

Castellano	Euskara
titularidad	titulartasun
total	erabateko/oso
trabajador/a social	gizarte-langile
trabajo protegido	lan babestu
trabajo social	gizarte-lan
trasladar	lekuz aldatu
traslado	lekualdaketa
traslado de expediente	espedientearen lekualdaketa
tratamiento	tratamendu
tratamiento de datos personales	datu pertsonalen tratamendu
unidad de convivencia	bizikidetzta-unitate
usufructo	gozamen
valoración	balorazio
valoración inicial	hasierako balorazio
valoración urgente	presako balorazio

Castellano	Euskara
vínculo	lotura
vínculo familiar	familia-lotura
violencia contra las mujeres	emakumeen aurkako indarkeria
violencia filiofamiliar	gurasoen aurkako indarkeria
violencia intrafamiliar	familia barneko indarkeria
vivienda	etxebizitza
vivienda colectiva	etxebizitza kolektibo
vivienda en alquiler	etxebizitza alokatu
vivienda en usufructo	gozameneko etxebizitza
vivienda propia	norberaren etxebizitza
vivienda social	gizarte-etxebizitza / etxebizitza sozial
volante médico de interconsulta	kontsultarteko bolante mediko
voluntades anticipadas	aurretiazko borondateak

GIZARTE-LANGILEEN GIDALIBURUAREN ERANSKINA

HIZKUNTZA-HARRERAREN GARRANTZIA

Arreta oso bat eskaini ahal izateko, garrantzitsua da Nafarroan hizkuntza-harreraz hitz egitea, foru komunitateak berezko bi hizkuntza baititu: gaztelania eta euskara.

Garrantzitsua da erabiltzaileei Nafarroako hizkuntza-aniztasunaren berri ematea, eta euskara gizarte-kohesiorako eta aukera-berdintasunerako elementu gisa aipatzea. Hori dela eta, gidaliburu honetan informazio pixka bat emanen dugu jarraian, euskara ikasteko dauden aukerei buruz.

HEZKUNTZA SISTEMA

Nafarroako hezkuntza sistemak zenbait hizkuntza eredu eskaintzen ditu, haurrak euskaraz eta/edo gaztelaniaz eskolatu ahal izateko.

• A eredua

Gaztelaniaz irakasten da, eta euskara irakasgai bat izaten da maila, etapa eta modalitate guztietan.

• B eredua

Irakasgai batzuk euskaraz irakasten dira; gaztelania irakasgaia izaten da, eta irakasgai batean edo gehiagotan ere gaztelaniaz irakasten da, ikasketaren, zikloaren edo etaparen arabera.

• D eredua

Irakaskuntza osorik euskaraz izaten da, gaztelaniako irakasgaia izan ezik.

• G eredua

Eredu honetan ez da euskara erabiltzen, ez irakasgai bezala, ezta irakas-hizkuntza bezala ere. **Hizkuntza eremuen arabera** ezartzen da.

ANEXO A LA GUÍA DE TRABAJADORES/AS SOCIALES

PLAN DE ACOGIDA LINGÜÍSTICA

Para poder llevar a cabo una atención global, es importante hablar de acogida lingüística en Navarra, ya que es una comunidad con dos lenguas propias: el castellano y el euskera.

Es importante informar a los y las usuarias sobre la diversidad lingüística de Navarra y señalar el euskera como un elemento de cohesión social e igualdad de oportunidades. Es por ello que en esta guía se incluye información sobre las diferentes opciones existentes para acercarse al euskera.

SISTEMA EDUCATIVO

El sistema educativo de Navarra oferta diferentes modelos lingüísticos creados para posibilitar la escolarización de los niños y niñas en enseñanza impartida en castellano y/o euskera.

• El modelo A

Proporciona enseñanza en castellano, con el euskera como asignatura, en todos los niveles, etapas y modalidades.

• El modelo B

Presenta enseñanza en euskera, con el castellano como asignatura y como lengua de uso en una o varias materias según la enseñanza, ciclo o etapa.

• El modelo D

Consiste en enseñanza totalmente en euskera, salvo la asignatura de lengua castellana.

• El modelo G

Se trata de un modelo que no incorpora la enseñanza en euskera o del euskera. Se implanta **según la zona lingüística**.

Ikasteredu guztietan atzerriko hizkuntza bat bederen irakasten da (ingeleza).

Informazio gehiago hemen: <https://www.educacion.navarra.es/eu/web/dpto/modelos-linguisticos>

HELDUEN PRESTAKUNTZA

Nafarroan bizi diren eta euskara ikasi edo hobetu nahi duten pertsonak aukera ugari dituzte eskura. Sare publikoan, Zubiarte euskaltegi publikoa eta Iruñeko eta Tuterako Hizkuntza Eskola Ofizialak dituzte. Gainera, AEK eta IKA sareetako eta bai&by Fundazioko euskaltegiak dituzte: zentro homologatuak dira eta Euskarabidea-Euskararen Nafar Institutuarekin lankidetzan aritzen dira; 30 ikastegi baino gehiago daude Nafarroa osoan. Horietan ikasten dutenek Nafarroako Gobernuaren dirulaguntzak jasotzeko aukera dute.

Informazio gehiago hemen: <https://euskarabidea.es/euskara/nafarroako-euskaltegiak>

Baliabide gehiago:

<https://eranafarroa.eus/es/recursos/educacion/>

<https://elaide.eus/>

En todos los modelos educativos se garantiza la enseñanza de, al menos, una lengua extranjera (el inglés).

Más información en: <https://www.educacion.navarra.es/web/dpto/modelos-linguisticos>

FORMACIÓN DE PERSONAS ADULTAS

Las personas residentes en Navarra que quieran aprender o mejorar sus conocimientos de euskera tienen a su disposición un amplio abanico de oportunidades. En la red pública, cuentan con el euskaltegi público Zubiarte y las Escuelas Oficiales de Idiomas de Pamplona y Tudela. Además, los euskaltegis de las redes AEK e IKA y de la Fundación bai&by son centros homologados que colaboran con Euskarabidea-Instituto Navarro del Euskera; existen más de 30 centros repartidos por toda la geografía navarra. Las personas que estudian en ellos pueden optar a las ayudas económicas del Gobierno de Navarra.

Más información en: <https://euskarabidea.es/castellano/euskaltegis-de-navarra>

Más recursos:

<https://eranafarroa.eus/es/recursos/educacion/>

<https://elaide.eus/>

