

SIGNOS DE ALARMA Y CUIDADO AL FINAL DE LA VIDA

en Cuidados Paliativos

Acompañar es cuidar con amor, respeto y dignidad. 



SIGNOS DE ALARMA: ¿QUÉ PUEDE INDICAR QUE LA PERSONA SE ACERCA AL FINAL DE LA VIDA?



Más sueño y somnolencia:
duerme la mayor parte del tiempo y responde menos.



Disminución del apetito y de la ingesta de líquidos: come y bebe cada vez menos.



Cambios en la respiración:
respiración irregular, ruidosa, con pausas o más lenta.



Piel fría o moteada:
especialmente en manos y pies.



Disminución de la orina:
orina menos oscuro y en menor cantidad.



Confusión, desorientación o agitación:
pueden presentarse de forma intermitente.



Mirada perdida y menos comunicación.



Debilidad progresiva:
necesita más ayuda para todo.



Estos signos son parte del proceso natural.
No significan dolor necesariamente.

CUIDADOS AL FINAL DE LA VIDA

Lo más importante es la comodidad, el alivio del sufrimiento y el acompañamiento.



Aliviar el malestar

Controlar síntomas como dolor, falta de aire, náuseas, agitación o secreciones.



Hidratación de boca

Humectar labios y boca con frecuencia. Ofrecer pequeños sorbos si la persona lo desea.



Posición y confort

Mantener una posición cómoda. Cambios posturales para prevenir molestias.



Ambiente tranquilo

Reducir ruidos, luz intensa y visitas innecesarias.



Acompañamiento

Estar presentes, tomar su mano, hablarle, escucharlo. Su presencia es un gran alivio.



Respeto y dignidad

Respetar sus creencias, valores, decisiones y su intimidad.



Apoyo a la familia

Ofrecer información clara, contención emocional y acompañamiento en el duelo.



Seguir indicaciones del equipo de salud

Ante cualquier cambio o duda, consulte al equipo tratante.



No siempre podemos añadir más días a la vida, pero sí más vida a los días. ”



¿QUÉ HACER?

- ✓ Escuchar y validar sus emociones.
- ✓ Respetar sus deseos y decisiones.
- ✓ Ofrecer contacto físico si la persona lo desea.
- ✓ Cuidar los detalles que le dan bienestar.
- ✓ Pedir ayuda cuando lo necesite.



¿QUÉ EVITAR?


- ✗ Decir mentiras o falsas esperanzas.
- ✗ Forzar a comer o beber.
- ✗ Dejar a la persona sola innecesariamente.
- ✗ Hablar solo de su enfermedad.
- ✗ Tomar decisiones sin incluirla cuando pueda participar.



PARA LA FAMILIA Y CUIDADORES

- Permítanse sentir y expresar sus emociones.
- Busquen apoyo en su red y en el equipo de salud.
- Cuidarse también es parte del cuidado.



Cada historia es única.
Acompañemos con amor hasta el último momento.
Nadie debe morir solo. 

ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO

en Cuidados Paliativos

Escuchar, comprender y acompañar es cuidar con humanidad



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Una comunicación empática y un acompañamiento cercano mejoran la calidad de vida, fortalecen los vínculos y proporcionan seguridad y bienestar a la persona y su familia.



PRINCIPIOS DE LA COMUNICACIÓN EN CP



Respeto: reconocer la dignidad y los valores de cada persona.



Empatía: ponerse en el lugar del otro sin juzgar.



Escucha activa: prestar atención con interés y sin interrumpir.



Claridad y honestidad: brindar información comprensible y adecuada a cada situación.



Confidencialidad: proteger la intimidad y la información personal.

PAUTAS PARA UNA COMUNICACIÓN EFECTIVA

- ✓ Preséntese y use el nombre de la persona.
- ✓ Hable con un tono de voz cálido y tranquilo.
- ✓ Utilice palabras sencillas y adecuadas a su nivel de comprensión.
- ✓ Valide sus emociones: "Es comprensible que te sientas así".
- ✓ Permita silencios; a veces, el silencio también acompaña.
- ✓ Pregunte qué necesita y cómo podemos ayudar.



ACOMPAÑAR ES ESTAR PRESENTE

Presencia con sentido



Estar disponibles emocionalmente, sin necesidad de tener todas las respuestas.

Respeto por la historia y decisiones



Escuchar sus valores, creencias y preferencias para apoyar sus decisiones y autonomía.

Apoyo emocional y espiritual



Brindar contención, esperanza y sentido, según las recencias y necesidades de cada persona.

Acompañamiento a la familia



Orientar, escuchar y contener también a la familia, reconociendo su carga emocional.

Cuidado de quien cuida



El bienestar del equipo y de los cuidadores también es esencial para poder acompañar.

¿QUÉ DECIR? ¿QUÉ EVITAR?

Decir

- ✓ "Estoy aquí para acompañarte"
- ✓ "¿Cómo te sientes hoy?"
- ✓ "Cuéntame qué necesitas"
- ✓ "¿Qué es importante para ti ahora?"
- ✓ "Te escucho"



Evitar

- ✗ Dar falsas esperanzas.
- ✗ Decir "no llores" o minimizar emociones.
- ✗ Cambiar de tema.
- ✗ Dar opiniones no solicitadas.
- ✗ Usar tecnicismos sin explicación.



RECUERDE

- ♥ Cada persona vive su enfermedad de manera única.
- ♥ Comunicar con empatía alivia el sufrimiento.
- ♥ Pequeños gestos y palabras pueden tener un gran impacto.
- ♥ Acompañar hasta el final es un acto de amor y humanidad.

Acompañar no es cambiar el final, es hacer el camino más humano y digno.



CUIDADO DEL CATÉTER SUBCUTÁNEO

en Cuidados Paliativos

Pequeños cuidados, gran alivio. 



¿QUÉ ES?

El catéter subcutáneo es un Dispositivo fino y flexible que se coloca bajo la piel para administrar medicamentos y líquidos de forma continua o intermitente, de manera cómoda y segura.



ZONA DE COLOCACIÓN

Generalmente en brazo o abdomen (o zona indicada por el equipo de Salud)



¿PARA QUÉ SIRVE?

- ✓ Aliviar síntomas como dolor, disnea, náuseas, agitación.
- ✓ Evitar punciones repetidas.
- ✓ Aportar confort y mejorar la calidad de vida.



CUIDADOS ESENCIALES

1 HIGIENE DE MANOS



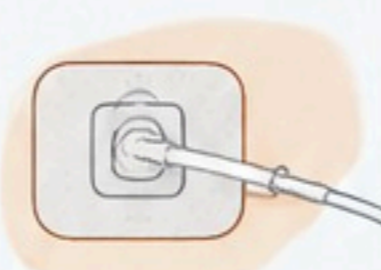
Lávese las manos antes y después de cualquier contacto con el catéter.

2 OBSERVE DIARIAMENTE



Revise el sitio de inserción: enrojecimiento, hinchazón, dolor, calor o secreción.

3 CUIDADO DEL SITIO



Mantenga el apósito limpio, seco y bien adherido. Cambie según indicación del equipo de salud o si está sucio, húmedo o despegado.

4 NO MANIPULAR



Evite tirar, doblar o ejercer tracción sobre el catéter.

5 ADMINISTRACIÓN SEGURA



Use solo material indicado por el equipo de salud y siga las indicaciones para la administración de medicamentos.

6 FIJACIÓN



Asegure bien el catéter según indicaciones para evitar movimientos.

¿CUÁNDO CONSULTAR?

Avise al equipo de salud si presenta:

- Enrojecimiento, hinchazón, calor o dolor en el sitio.
- Secreción o sangrado.
- Fiebre.
- Salida o desplazamiento del catéter.
- Obstrucción o dificultad para administrar medicamentos.



RECUERDE

- ♥ El catéter subcutáneo es seguro y cómodo cuando se cuida adecuadamente.
- ♥ Siga siempre las indicaciones del equipo de salud.
- ♥ Ante dudas, consulte. Estamos para acompañarle.

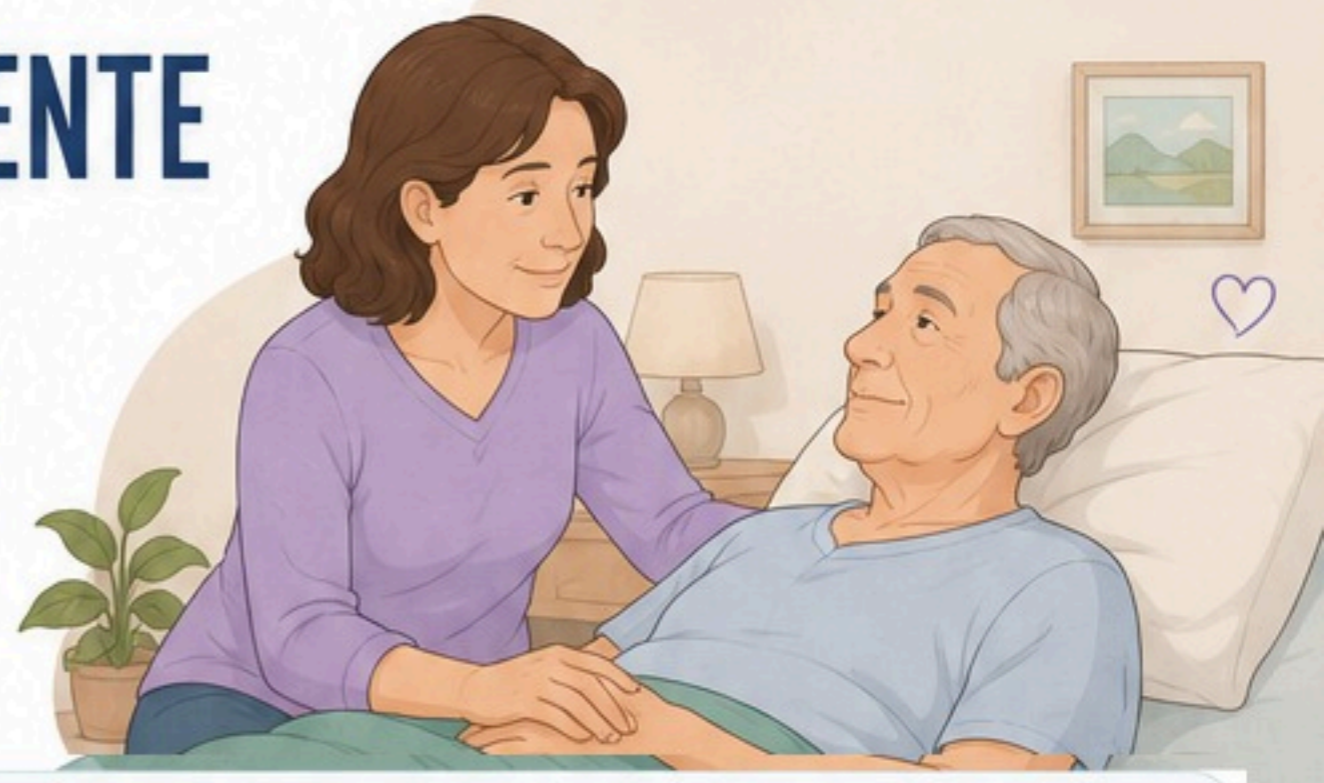


“ Nuestro objetivo es su bienestar y calidad de vida. ”

MANEJO BÁSICO DEL PACIENTE EN CASA

en Cuidados Paliativos

Cuidar en casa es acompañar con amor, dignidad y respeto.



¿QUÉ SON LOS CUIDADOS PALIATIVOS?

Son cuidados que mejoran la calidad de vida de la persona con una enfermedad avanzada, aliviando síntomas físicos, emocionales, sociales y espirituales.

Pueden brindarse en casa.

OBJETIVOS DEL CUIDADO EN CASA

- ✓ Aliviar síntomas y molestias.
- ✓ Mantener la mayor independencia posible.
- ✓ Favorecer el bienestar emocional y espiritual.
- ✓ Apoyar a la familia y cuidadores.
- ✓ Respetar los deseos y decisiones del paciente.



CUIDADOS BÁSICOS EN CASA

CONTROL DE SÍNTOMAS



- Administre los medicamentos según indicación.
- No suspenda tratamientos sin consultar.
- Informe al equipo de salud si los síntomas aumentan.

ALIMENTACIÓN E HIDRATACIÓN



- Ofrezca pequeñas cantidades de alimentos y líquidos.
- Respete sus preferencias y tolerancia.
- No forzar la alimentación.

HIGIENE Y CONFORT



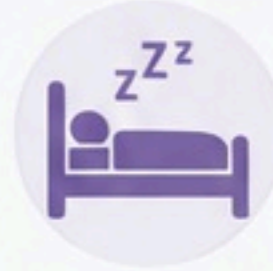
- Realice higiene diaria con suavidad.
- Mantenga la piel limpia e hidratada.
- Cambie de posición cada 2-3 horas para prevenir úlceras por presión.

MOVILIDAD Y SEGURIDAD



- Ayude a moverse de forma segura.
- Use barandas, sillas o apoyos si es necesario.
- Prevenga caídas y accidentes.

DESCANSO Y AMBIENTE



- Favorezca un ambiente tranquilo, ventilado y con buena iluminación.
- Respete sus horas de sueño y descanso.
- Música suave o elementos que le generen bienestar.

APOYO EMOCIONAL Y ESPIRITUAL



- ✓ Escuche, acompañe y valide sus emociones.
- ✓ Permita que exprese sus miedos, preocupaciones y deseos.
- ✓ Respete sus creencias y prácticas espirituales.
- ✓ Su presencia y cariño son el mejor alivio.

CUIDADO DEL CUIDADOR



- ✓ Pida ayuda cuando la necesite.
- ✓ Descanse y alimente su cuerpo y mente.
- ✓ Comparta lo que siente.
- ✓ Usted también es importante.
- ✓ Un cuidador que se cuida, puede cuidar mejor.

¿CUÁNDO CONSULTAR AL EQUIPO DE SALUD?



Aumento de dolor o malestar.



Falta de aire, ronquera o tos persistente.



No ingiere alimentos ni líquidos por más de 24-48 horas.



Confusión, agitación o cambios en el estado de ánimo.



Fiebre, escalofríos o sudoración excesiva.



Vómitos persistentes, estreñimiento severo o sangrado.

RECUERDE



Cada persona es única, sus necesidades también.



Pequeños cuidados diarios hacen una gran diferencia.



No están solos, el equipo de salud está para acompañarlos.



Ante cualquier duda, consulte siempre.

PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN EL DOMICILIO

en Cuidados Paliativos

Pequeños cambios hoy,
más seguridad y bienestar siempre.



La prevención es cuidado, la seguridad es bienestar.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Las caídas pueden causar lesiones, dolor, pérdida de independencia y aumentar el sufrimiento.

Prevenir las caídas mejora la calidad de vida y brinda tranquilidad a la persona y su familia.



FACTORES DE RIESGO MÁS COMUNES

- Debilidad, fatiga o pérdida de fuerza.
- Problemas de equilibrio o mareos.
- Efectos de medicamentos.
- Mala iluminación.
- Obstáculos y superficies resbaladizas.
- Calzado inadecuado.
- Necesidad frecuente de ir al baño.



RECOMENDACIONES PARA UN HOGAR SEGURO

ILUMINACIÓN



- Use buena iluminación natural y artificial.
- Coloque luces nocturnas en pasillos, baño y habitación.

PISOS Y PASILLOS



- Mantenga los pisos limpios, secos y libres de obstáculos.
- Asegure alfombras con cinta antideslizante o retrelas.
- Evite cables sueltos.

BAÑO SEGURO



- Instale barras de apoyo en la ducha y junto al inodoro.
- Use tapetes antideslizantes.
- Mantenga los accesorios al alcance.

HABITACIÓN



- La cama a una altura adecuada.
- Tener a mano teléfono, agua, pañuelos y medicamentos.

CALZADO Y ROPA



- Use calzado cerrado, cómodo y antideslizante.
- Evite ropa larga que pueda causar tropiezos.

AYUDAS TÉCNICAS



- Use bastón, andador u otros dispositivos según indicación.
- Revise que estén en buen estado.

ANTES DE LEVANTARSE



- ✓ Siéntese unos minutos al borde de la cama.
- ✓ Mueva lentamente pies y tobillos.
- ✓ Levántese despacio, pida ayuda si lo necesita.
- ✓ Si siente mareo, vuelva a sentarse.

REVISIÓN DE MEDICAMENTOS



Algunos medicamentos pueden causar mareos, somnolencia o baja presión. Revise con el equipo de salud:

- ✓ Efectos secundarios.
- ✓ Horarios de toma.
- ✓ Posibles interacciones.

¿CUÁNDO PEDIR AYUDA AL EQUIPO DE SALUD?



Mareos frecuentes o sensación de inestabilidad.



Caídas recientes o casi caídas.



Somnolencia excesiva.



Dificultad para caminar o moverse.



Cambios en la visión.



Confusión o desorientación repentina.



No espere a que ocurra una caída. La prevención es el mejor cuidado.

RECUERDE



Acompañe y apoye siempre, sin invadir su independencia.



Fomente la actividad física segura según sus posibilidades.



Revise el entorno regularmente y adapte según sus necesidades.



La seguridad también es una forma de amor y dignidad.

USO ADECUADO DE LOS MEDICAMENTOS

en Cuidados Paliativos

El medicamento correcto, en el momento adecuado, mejora la calidad de vida.



Usar bien los medicamentos es parte del cuidado y del bienestar.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?



Alivian síntomas como dolor, falta de aire, náuseas, ansiedad, estreñimiento, entre otros.



Mejoran la calidad de vida permiten mayor confort y bienestar.



Previenen complicaciones cuando se usan de forma adecuada.



Evitan efectos no deseados y reacciones por interacciones entre medicamentos.



RECOMENDACIONES PARA UN USO ADECUADO

- ✓ **Siga siempre la indicación del equipo de salud.** Respete la dosis, el horario y la forma de administración.
- ✓ **No suspenda ni cambie los medicamentos** sin consultar, aunque se sienta mejor.
- ✓ **Informe todos los medicamentos que usa,** incluyendo los de venta libre, fitoterapéuticos o suplementos.
- ✓ **Use una lista actualizada de sus medicamentos** y compártala en cada consulta.
- ✓ **Guarde los medicamentos en su empaque original,** en un lugar fresco, seco y fuera del alcance de los niños.
- ✓ **Revise la fecha de vencimiento** y deseche los medicamentos vencidos o que ya no usa.



MEDICAMENTOS MÁS UTILIZADOS EN CUIDADOS PALIATIVOS Y SU FUNCIÓN

Analgésicos



Alivian el dolor.

Antiinflamatorios



Disminuyen inflamación, dolor y náuseas.

Antieméticos



Previenen y alivian náuseas y vómitos.

Ansiolíticos



Disminuyen la ansiedad y la agitación.

Laxantes



Previenen y alivian el estreñimiento.

Broncodilatadores



Facilitan la respiración en casos de disnea.

i Cada persona es única. Su equipo de salud indicará los medicamentos más adecuados para sus síntomas y necesidades.

¿QUÉ EVITAR?

- ✗ Automedicarse o usar medicamentos de otras personas.
- ✗ Duplicar dosis si olvidó la toma; consulte qué hacer.
- ✗ Mezclar alcohol con medicamentos sin indicación médica.
- ✗ Usar medicamentos vencidos o guardados por mucho tiempo.
- ✗ Compartir medicamentos con otros familiares.



ESTÉ ATENTO A ESTOS SIGNOS Y CONSULTE

- Aumento de somnolencia o confusión.
- Náuseas, vómitos o mareos persistentes.
- Erupciones, picazón o dificultad para respirar.
- Estreñimiento severo o diarrea persistente.
- Dolor o síntomas que no mejoran con el tratamiento.



ORGANÍCESE MEJOR



Use un pastillero o un organizador de medicamentos.



Establezca horarios y recordatorios para las tomas.



Pida apoyo a un familiar o cuidador de confianza.



Lleve un registro de los medicamentos y los síntomas.



Ante cualquier duda, comuníquese con su equipo de salud.