



# *Guía para cuidados*



*Hospice  
of Cincinnati*

*Experience. Compassionate. Caring.<sup>SM</sup>*

### Nuestra misión

*El Hospicio de Cincinnati crea la mejor experiencia posible al final de la vida y con más sentido para todos los que necesitan cuidado y apoyo en nuestra comunidad.*

### Nuestra visión

*A través del liderazgo del Hospicio de Cincinnati (HC), nuestra región adopta el valor del cuidado y la planificación para el final de la vida, y se apoya en el HC para alcanzar la más alta calidad en los servicios para los últimos días y para el duelo. Somos reconocidos por brindar cuidados compasivos físicos, emocionales y espirituales en un ambiente de sensibilidad y respeto.*

#### Valores

*Compasión*

*Protección*

*Respeto*

*Inclusión*

*Excelencia*

*Integridad*

*Trabajo en equipo*

*Centrados en el paciente/  
la familia*

Este manual se ha elaborado como guía para que le ayude a comprender que esperar a medida que la enfermedad progresa. Si tiene alguna pregunta sobre este manual, anótela y pregunte o llame a un(a) enfermero(a) del Hospicio de Cincinnati. Estaremos encantados de hablar de cualquier tema que pueda preocuparle a usted o a sus seres queridos.

## GUÍA PARA CUIDADOS

# Índice

**Visión general** ..... 4-5

### Cambios físicos

Dolor ..... 6

Líquidos y alimentos ..... 6

Intestino y vejiga ..... 7

Inquietud/Desorientación ..... 7

Congestión ..... 8

Somnolencia ..... 8

Frío ..... 8

Cambio del patrón respiratorio ..... 8

### Cambios emocionales/espirituales

Paciente retraído ..... 9

Experiencias de visiones ..... 9

Inquietud ..... 9

Reducción de la socialización ..... 10

Comunicación inusual ..... 10

Dando permiso ..... 10

Diciendo adiós ..... 10



*Hospice  
of Cincinnati*

*Experience. Compassionate. Caring.™*

Cuando una persona entra en la fase final del proceso de fallecimiento, se ponen en funcionamiento dos dinámicas diferentes que están muy relacionadas. Físicamente, el cuerpo inicia el proceso de apagado final. La muerte ocurre cuando todos los sistemas físicos dejan de funcionar. Usualmente, se trata de una serie ordenada y gradual de cambios físicos que puede resultar estresante observar, pero que no se consideran emergencias médicas. Estos cambios físicos son una forma normal y natural con la que el cuerpo se prepara para apagarse y el modo más adecuado de responder a este proceso es brindar comodidad física al paciente.

La segunda dinámica del proceso de la muerte es emocional y espiritual. El moribundo puede expresar la necesidad de completar asuntos no terminados. Empiezan a dejarse ir y también pueden retraerse de algunos de sus familiares. Estos eventos son normales y naturales. El modo más adecuado de responder a estos cambios es la aceptación, la comprensión y el apoyo para cumplir los deseos emocionales y espirituales del moribundo.

En ocasiones, el cuerpo de una persona está listo para pararse, pero la persona aún tiene algún asunto significativo pendiente o alguna relación importante que resolver. Algunas personas sienten que la persona puede esforzarse por completar lo que queda inacabado. Esto puede suceder incluso aunque estén muy incómodos o debilitados. Por otro lado, cuando una persona está resuelta emocional y espiritualmente y está lista para esta liberación, continuará viviendo hasta que se complete el apagado físico.

La experiencia que llamamos muerte tiene lugar cuando el cuerpo completa su proceso natural de apagado y se concilian los procesos emocional y espiritual. Lo deseable es que estos procesos se produzcan a la vez, de forma que sea adecuado para los valores, las creencias y el estilo de vida del moribundo, de forma que la muerte tenga lugar como una pacífica liberación.

Por lo tanto, para ayudarlo a prepararse para esta pérdida, los miembros de su equipo de cuidados del Hospicio de Cincinnati quieren que usted sepa lo que debe esperar. También queremos que sepa cómo responder en formas que ayuden a su ser querido a completar esta transición con su apoyo, su comprensión y su presencia. Estos son los grandes regalos de amor que puede ofrecerle cuando se aproxima el momento de la muerte.

Las siguientes señales físicas, emocionales y espirituales de una muerte inminente se incluyen para ayudarlo a comprender los sucesos naturales que pueden tener lugar y para que sepa cómo responder de forma adecuada. No todas estas señales y todos estos síntomas se presentarán con cada persona, ni sucederán en una secuencia concreta. Cada persona es única y todo aquello que haya caracterizado a su ser querido influirá en esta fase final. No es momento de intentar cambiar a la persona, sino que es el momento de ofrecer una aceptación total, apoyo y consuelo.

Nuestra meta es hacer que el paciente y su familia se sientan lo más cómodos posible. Trabajaremos como un equipo. No dude en llamarnos si tiene alguna pregunta o si le preocupa algo.

## Señales y síntomas físicos normales y respuestas adecuadas

**Dolor:** el paciente puede tener dolor. El manejo o control del dolor será una prioridad. Se llevarán a cabo evaluaciones continuas y su médico realizará los cambios pertinentes en la medicina. La medicina para el dolor puede cambiar en frecuencia, cantidad o en la forma de administración. Las personas al cuidado pueden contribuir significativamente, ya que pueden observar señales sutiles y detectar los cambios anticipadamente, cambios que pueden comunicarse a un(a) enfermero(a) del hospicio. Puede ponerse en contacto con un(a) enfermero(a) titulado(a), que atenderá sus preocupaciones las 24 horas del día llamando al 513-891-7700.

**Reducción en líquidos y alimentos:** es posible que a su ser querido le apetezca tomar poco o ningún alimento o líquido y, por lo general, no tendrá hambre ni sed. Esto significa que el cuerpo está ahorrando energía para otras funciones. No se recomienda suministrar líquidos por vía intravenosa ni alimentación por sonda, ya que el cuerpo se está apagando y agregar fluidos puede provocar más congestión e hinchazón. Su médico prescribirá la gestión adecuada. No intente forzar a los pacientes a tomar alimentos o líquidos, ni intente manipularlos para que coman o beban. Esto únicamente causará más incomodidad. En su lugar, ofrézcale pequeños trozos de hielo, bebidas suaves, zumo y paletas heladas. Procure darle a su ser querido lo que le guste o prefiera.

Puede aplicarle vaselina si tiene los labios secos. También puede humedecer y aliviar los labios y la boca con un algodón humedecido. Los labios y la boca pueden necesitar ser humectados cada una o dos horas especialmente si el paciente respira por la boca.

**Reducción de la orina e incontinencia:** el paciente puede perder el control de la orina cuando los músculos de la zona se relajan. Trate el tema con un(a) enfermero(a) del Hospicio de Cincinnati para determinar que se puede hacer para proteger la cama y mantener al paciente limpio y cómodo. La producción de orina suele bajar debido a la reducción de la toma de líquidos así como a la reducción de circulación por los riñones.

**Cuidado intestinal:** puede producirse una pérdida del control intestinal o estreñimiento. Su enfermero(a) le indicará los cuidados relacionados con estos problemas.

**Inquietud:** el paciente puede realizar movimientos inquietos o repetitivos. Esto suele suceder y se debe en parte a la reducción de la llegada de oxígeno al cerebro además de a cambios metabólicos. No interfiera con estos movimientos o intente reprimirlos. Trate de establecer un ambiente calmado; hable de forma tranquila y natural y evite las luces brillantes. Procure hacer cosas tranquilizantes. Frotar suavemente la espalda, acariciar los brazos o la frente, leer en alto o poner música relajante puede ayudar.

**Desorientación:** su ser querido puede parecer confuso sobre el momento en el que está, el lugar o la identidad de las personas. Esto se debe también, en parte, a cambios metabólicos. Identifíquese con su nombre antes de hablar. Hable suave, clara y sinceramente cuando necesite comunicarle algo. Por ejemplo: “Es la hora de tu medicina, para que no tengas dolor.” Sea sincero. No intente forzarlo o engañarlo para tome una medicina, incluso aunque crea que únicamente actúa en interés del paciente. La confianza entre el paciente y el proveedor del cuidado es demasiado importante para ponerla en peligro. Hable de ello con su enfermero(a) del hospicio.

## Señales y síntomas emocionales/espirituales normales y respuestas adecuadas

**Congestión:** es posible que su ser querido haga sonidos de borboteo, burbujeo o cascabeleo con el pecho o la garganta. Esto es algo normal y se debe a la pobre circulación de los fluidos corporales normales, la inmovilidad y la incapacidad de eliminar las secreciones mediante la tos. Eleve la cabeza del paciente y gírelo suavemente hacia un lado, permitiendo que se drenen las secreciones. Su enfermero(a) puede indicarle cómo hacerlo. Escuchar la congestión puede resultar estresante, pero no suele implicar incomodidad para su ser querido. Por lo general, la succión no se recomienda.

**Sueño:** es posible que su ser querido dedique más tiempo a dormir y que parezca poco comunicativo, abstraído y cerrado. Este cambio normal se debe en parte a cambios en el metabolismo corporal. Pase tiempo con su ser querido, tómelo de las manos. Háblele como lo haría normalmente, incluso aunque no haya respuesta. No diga nada que no querría que oyera.

**Frío:** las manos, los brazos, los pies y las piernas del paciente pueden estar más frías al tacto y el color de la piel puede variar. Es un cambio normal que indica que la circulación de la sangre hasta las extremidades está reduciéndose y se está reservando para los órganos más vitales. Mantenga caliente al paciente. Evite el uso de mantas eléctricas. Unas medias o calcetines pueden mantener el calor en los pies.

**Cambio del patrón respiratorio:** el patrón respiratorio normal del paciente puede cambiar. Puede haber periodos de varios segundos en los que no haya actividad respiratoria. Esto es algo común. Elevar la cabeza puede ayudar. Tómelo de las manos, háblele suavemente y sea asertivo.

**Paciente Retraído:** su ser querido puede parecer retraído o en un estado parecido al comatoso. Esto puede indicar una preparación para la liberación: apartándose de lo que lo rodea y de las relaciones y empezando a dejarse ir. Como el oído permanece hasta el final, hable a su ser querido con un tono de voz normal, identifíquese por su nombre y hable, tómelo de las manos y diga lo que necesite decir.

**Experiencias de visiones:** su ser querido puede hablar a personas que ya han muerto, o afirmar que esas personas le hablan, o ver o haber visto cosas que usted no puede ver. Si no consigue reorientarlo con suavidad, puede significar que está comenzando a apartarse de esta vida y preparándose para la transición. No lo contradiga, no le dé explicaciones ni discuta sobre lo que afirma haber visto u oído. Que usted no pueda ver u oír lo que dice que ha visto u oído no significa que no sea real para su ser querido. Es algo común. Si estas experiencias resultan aterradoras para su ser querido, explíquele que son normales.

**Inquietud:** su ser querido puede realizar tareas repetitivas o inquietantes. Los miembros de su equipo del hospicio lo ayudarán a identificar qué puede estar sucediendo y lo asistirán para que encuentre formas de ayudar al paciente a liberarse de la tensión o el miedo. Otras cosas que pueden ayudarlo a calmar a su ser querido es recordar un lugar o una experiencia favoritos, leer algo reconfortante, poner música o asegurarle que está bien que se deje ir.

**Reducción de la socialización:** es posible que su ser querido quiera estar acompañado de poca gente o incluso de una sola persona. El moribundo tiene poca energía para utilizarla para la socialización. Este retraimiento y apartamiento tiene lugar a medida que se adentran en la transición, este es un viaje que debe hacerse solo. No lo interprete como un rechazo o como falta de amor, sino como parte natural del proceso de la muerte por el que todos habremos de pasar. Necesita apoyo y permiso. Puede que llegado este momento usted pueda necesitar a su enfermero(a) del equipo del hospicio.

**Comunicación inusual:** es posible que su ser querido realice afirmaciones, gestos o solicitudes aparentemente nada típicos en él o en ella. Esto puede indicar que está listo para decir adiós y está probando para ver si usted está listo para dejarlo ir. Acepte el momento como un hermoso regalo cuando se lo ofrezca. Béselo, abrácelo, lllore y diga lo que necesite decir.

**Dando permiso:** dar permiso a su ser querido para dejarlo ir es algo muy difícil. Una persona moribunda puede intentar aguantar más para asegurarse de que los que va a dejar atrás estarán bien. Intente asegurarle a su ser querido que está bien que se deje ir cuando esté listo.

**Diciendo adiós:** decir adiós es un proceso que parece promover el final. Puede que desee tocarlo o abrazarlo, o hacer lo que quiera que les resulte reconfortante a los dos. El momento puede incluir recordar memorias, lugares o actividades favoritos que hayan compartido. Puede incluir: “lo siento por...”, “gracias por...” o alguna otra frase que tenga significado para ambos. La persona moribunda puede desear saber que ha sido importante y que será recordada. Las lágrimas son una parte normal y natural de una despedida. No hace falta esconder las lágrimas y no es necesario pedir disculpas por derramarlas.

## Finalmente

Aunque la muerte inminente es algo difícil para usted, no es una emergencia médica y no requiere tratamiento de urgencia. Usted y su equipo del Hospicio de Cincinnati han trabajado juntos para conseguir que su ser querido muera sin dolor y/o sin tratamientos extraordinarios. Es importante echar mano de sus sistemas de apoyo en estos momentos.

Las señales de muerte pueden incluir cosas como falta de respiración, ausencia de latido, posible liberación del contenido intestinal o de la vejiga, ausencia de respuesta, ojos fijos en un punto concreto, boca levemente abierta. Cuando observe estas señales, llame a un(a) enfermero(a) del hospicio al 513-891-7700, sea la hora que sea. El/la enfermero(a) acudirá y verificará que se ha producido la muerte. El/la enfermero(a) realizará todas las llamadas oficiales necesarias por usted, incluyendo la llamada a la funeraria.

*Aquello que se ha disfrutado y amado  
profundamente nunca se puede perder,  
pues todo lo que amamos profundamente  
pasa a ser parte de nosotros.  
— Helen Keller*

***E**n el Hospicio de Cincinnati lo admiramos por ayudar a su ser amado. Nuestra esperanza es poder serle de ayuda durante estos momentos tan difíciles. La información de este manual puede aliviar parte de la ansiedad que puede sentir. Recuerde, el personal y los voluntarios del Hospicio de Cincinnati estamos a su disposición. Llámenos si tiene alguna pregunta o si le preocupa algo.*

*Hospicio de Cincinnati tiene el patrocinio de Bethesda Inc.  
en una asociación comunitaria en colaboración con  
TriHealth y Mercy Health Partners.*

*\*Hospicio de Hamilton es una afiliada  
de Hospicio de Cincinnati*

**513-891-7700 y 1-800-691-7255**  
**[HospiceofCincinnati.org](http://HospiceofCincinnati.org)**



*Hospice  
of Cincinnati*

*Experience. Compassionate. Caring.<sup>SM</sup>*