

Cuidados paliativos para el paciente que se encuentra hospitalizado o en casa



Cuadernillo educativo

1. Cuidados en la alimentación

- Cepille su boca al menos 2 veces al día, incluyendo la lengua, usando un cepillo suave.
- Si siente dolor o incomodidad al comer, retire su prótesis dental.
- Enjuague la boca antes y después de las comidas.
- Consuma cubitos de hielo de zumos de frutas o si se puede, trozos de fruta fresca sin azúcar.
- Consuma pequeñas cantidades de helado, jugos o bebidas frescas.
- Hidrate sus labios con crema de cacao, aceite de oliva o una crema hidratante.



¿Cómo evitar náuseas o vómitos?



Consuma alimentos a una temperatura adecuada, sin picantes.



Sirva los alimentos de forma agradable, en pequeñas porciones y según las preferencias.



Elija alimentos frescos y de textura suave como flanes, natillas o yogures.



Consuma los alimentos que desee, cuando sienta apetito.



2. Recomendaciones en cuanto a la orina y las deposiciones

Manejo de la diarrea



Consuma una cantidad suficiente de líquidos para evitar la deshidratación.



Prefiera líquidos claros, como sopas o gelatinas y sueros de rehidratación oral.



Inicie la alimentación con comidas ligeras, como arroz, pollo, pan blanco o tostado.



Evite alimentos como leche, grasas, guisos, fritos o embutidos porque pueden alterar sus hábitos intestinales.

Manejo del estreñimiento



Consuma agua, jugos de frutas y alimentos ricos en fibra para favorecer la digestión.



Procure caminar, según la tolerancia, para mejorar el tránsito intestinal.

Manejo de la incontinencia urinaria



Realice una adecuada higiene de la zona genital con agua y jabón suave, asegurándose de secar bien la piel.



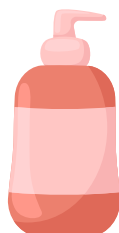
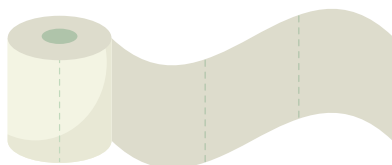
Use cremas hidratantes para proteger la piel.



Emplee pomada protectora en la zona genital.



Cambie el pañal o la toalla absorbente cada vez que se encuentre húmeda, manteniendo el área seca y cómoda.



3. Cuidados respiratorios

Dificultad para respirar



Afloje la ropa, suelte cinturones y cualquier otro elemento que limite la respiración.



Mejore la ventilación de la habitación, siéntese en la cama o eleve la cabecera para mejorar el flujo de aire.



Utilice humidificadores ambientales como el eucalipto o el mentol si está en casa.



Mantenga la boca húmeda y fresca (tomando líquidos en pequeñas cantidades frecuentemente).



Use los inhaladores que han sido indicados por su médico.

Tos



Realice ejercicios respiratorios (inhale 5 segundos, sostenga el aire y expúlselo en 5 segundos).



Tome sorbos de pequeños de líquidos, consuma caramelos que refresquen la garganta si el estado del paciente lo permite.



Mantenga la boca húmeda con cubos de hielo y sorbos pequeños de agua.

En caso de presencia de flemas con sangre



Coloque al paciente de lado semisentado.



Facilite paños o toallas de colores oscuros disminuyendo el impacto de la sangre.



Retire con frecuencia los pañuelos que se utilicen en una bolsa y deséchelos.

4. Cuidados de la piel

Prevención y manejo de lesiones de piel



Promueva que el paciente cambie de posición cada 2 horas, y emplee cojines en las siguientes zonas: cabeza, espalda superior, codos, cadera, cola y talones.



Procure que la sábana de la cama o ropa del paciente quede lisa, sin arrugas o dobleces.



En casa si le es posible, utilice colchonetas antiescaras que pueda ubicar sobre el colchón del paciente.



Procure cambiar la ropa del paciente y el pañal cada vez que se encuentren húmedos o sucios.



Utilice crema hidratante corporal con bajo contenido de zinc.



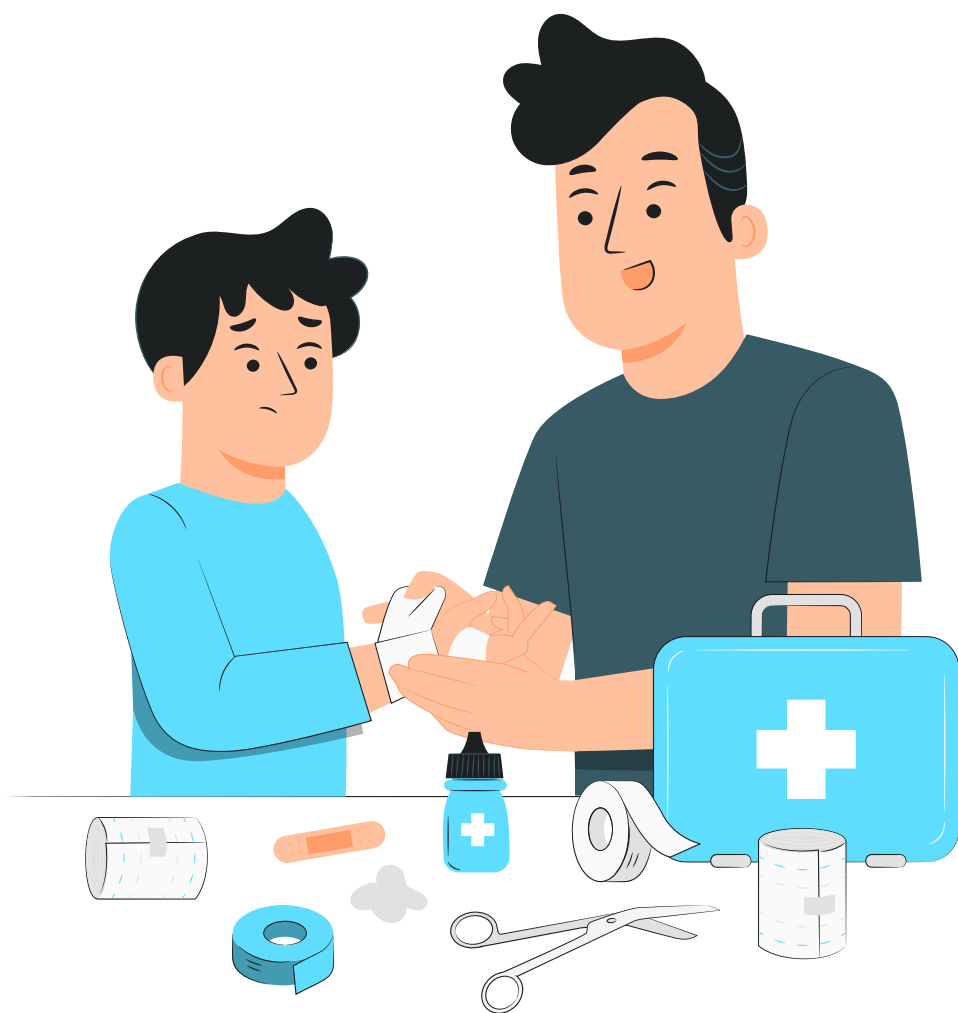
Luego del baño diario, seque la piel con toques suaves, empleando una toalla delicada.



En caso de tener cintas o adhesivos en la piel, humidézcalos y retírelos suavemente, en el sentido del crecimiento del vello corporal; nunca hacia arriba.



Antes de colocar nuevamente cintas o adhesivos humecte muy bien la piel, permita su secado y manténgala libre de humedad.



5. Confort

Hipertermia (aumento de la temperatura corporal)



Mantenga una temperatura ambiental fresca, abra las ventanas o use ventiladores que refresquen la habitación.



Retire las ropas de vestir y de cama que sean calurosas, use ropa suave y fresca.



Ofrezca líquidos frescos según tolerancia.



Cambie las ropas, las sábanas y almohadas cada vez que se encuentren húmedas.

Hipotermia (disminución de la temperatura corporal)



Mantenga una temperatura ambiental cálida, apague ventiladores o aires acondicionados.



Use ropa de vestir y de cama de material cálido como algodón.



Ofrezca al paciente líquidos cálidos según tolerancia.

Manejo del dolor



Escuche música según el gusto del paciente, de preferencia tranquila.



Use ambientadores agradables en la habitación de lavanda, menta o canela, preferiblemente.



Use paños de agua fría y caliente en el sitio de dolor.



Adopte las posiciones que le sean más confortables para disminuir el dolor.



Realice masajes con cremas calientes o relajantes en las zonas donde se presente dolor.



6. Cuidados psicológicos

Trastorno del sueño



Aumente el nivel de actividad durante el día: camine, realice trabajos manuales, permanezca sentado fuera de la cama, etc.



Realice actividades antes de ir a la cama como ir al baño, cambiarse de ropa, realizar un masaje suave o leer un texto corto.



Evite la ingesta de sustancias estimulantes como café y otras bebidas oscuras.



Tome infusiones relajantes o leche tibia.



Antes de dormir, cree un ambiente de silencio, semioscuro, con temperatura adecuada.



Evite ruidos nocturnos y grandes cantidades de comida.

Prevención y manejo de la confusión



Recuerde al paciente, a lo largo del día, la hora, la fecha con día, mes, año y el día de la semana actual.



Llame al paciente por su nombre y recuérdale quién es el familiar o la persona que le está hablando.



Háblele al paciente con frases cortas y sencillas.



Mantenga un ambiente agradable, abra las ventanas y fomente actividades cotidianas durante el día.



En las noches proporcione un ambiente silencioso y una luz tenue que favorezca el descanso.



7. Cuidados espirituales



Fortalezca las relaciones de la familia y el paciente con sus creencias religiosas mediante la visita de guías espirituales, sacerdotes, religiosas, etc.



Participe con el paciente de ritos religiosos y otras prácticas propias de sus creencias que le brinden tranquilidad.



Manejo de la agonía



Favorezca las prácticas espirituales al final de la vida, como la aplicación de óleos, visitas de guías espirituales, congregaciones, entre otras, ayudando a preparar la despedida del paciente.



Cree un ambiente donde predomine la serenidad, la calidez y la compañía.

Prevención y manejo de la ansiedad y la depresión



Permita al paciente expresar sus sentimientos escuchando atentamente sus preocupaciones.



Genere un ambiente tranquilo y de privacidad en la habitación del paciente junto con su familia.



Promueva actividades recreativas y de ocio para realizar junto con la familia.



Mantenga un ambiente agradable, abra las ventanas y fomente actividades cotidianas durante el día.



Facilite las visitas de familiares y amigos.



Implemente técnicas de relajación como yoga, ejercicios de respiración, meditación guiada, etc.



Ayude al paciente a reencontrar una esperanza de vida.



Planifique la despedida, comunicando al paciente todos los sentimientos y agradecimientos, asimismo, brindando contacto físico, incluso si el paciente está en un estado de conciencia muy bajo.



Resuelva las situaciones pendientes del paciente brindando tranquilidad en el momento de la partida.



8. Cuidados de los dispositivos

Manejo de pacientes alimentados mediante gastrostomía



Lave la piel alrededor del estoma con agua y jabón neutro.



Vigile que la piel no se irrite debido al reflujo gástrico, ya que es ácido.



Si aparece irritación, aplique pasta o placas protectoras.



Brinde a través de la sonda dieta líquida o licuada al paciente y lave la sonda antes y después de cada ingesta con 50 cc de agua.



No suministre ningún alimento al paciente por la boca.



Si la sonda se desaloja, informe de inmediato al médico.

Manejo de pacientes alimentados por sonda nasogástrica



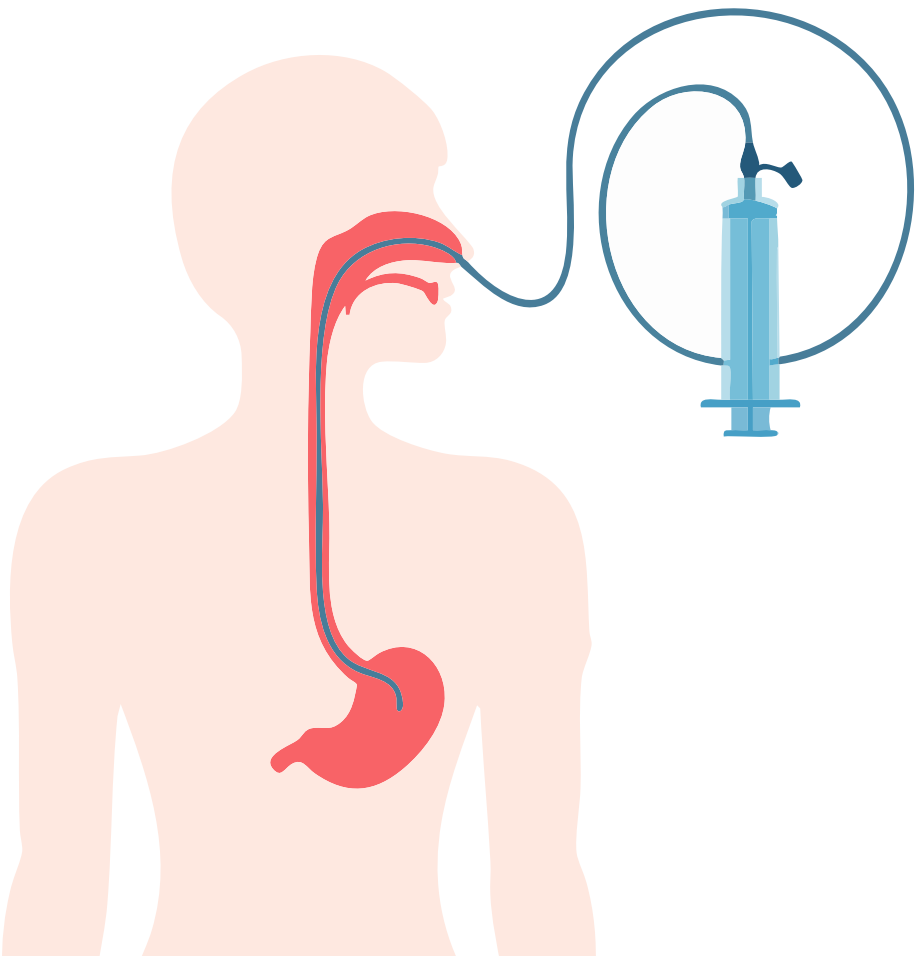
Después de las comidas, coloque al paciente en posición sentada o semisentada, y manténgalo en esta posición de 30 a 60 minutos.



Brinde a través de la sonda dieta licuada o líquida equilibrada y lave la sonda antes y después de cada ingesta con 50 cc de agua.



Si la sonda se desaloja, informe de inmediato al médico.



**Para mayor información
comuníquese con
el personal de salud
del servicio:**

FOSCAL Internacional
607 7000300

**Por favor, haga clic aquí
para evaluar su entendimiento**



Subdirección de Apoyo Asistencial
División de Enfermería

<https://edufoscal.com/comunidad/hospitalizacionFI.html>



R N A O
BEST PRACTICE
SPOTLIGHT
ORGANIZATION
COLOMBIA