

Pacientes y familiares

Guía de capacitación sobre
los centros de cuidados paliativos



Hospice of Palm Beach County
Hospice by the Sea
trustbridge



“Conción”

Si el espacio y el tiempo, según dicen los
sabios,

Son cosas que no pueden ser,

La mosca que vive un solo día

Ha vivido tanto como nosotros.

Pero vivamos mientras podamos

Mientras el amor y la vida sean libres,

Porque el tiempo, tiempo es, y se nos
escapa.

Aunque los sabios estén en desacuerdo.

Las flores que te envié cuando el rocío

Temblaba sobre la vid,

Fueron marchitadas antes de que la abeja
silvestre volara

para succionar la eglantina rosa

Pero apresurémonos para arrancarlas de
nuevo

Ni lloren al verlas languidecer,

Aunque las flores del amor sean pocas



Su vida. Nuestra pasión. *Mi promesa.*

Una carta de Kristine Stovall, presidenta interina



Sé que este es un momento difícil para usted y su familia. Una enfermedad que limita la vida sacude los cimientos de todo lo que nos ha servido de apoyo a lo largo de nuestras vidas, dejándonos descolocados en un territorio desconocido. Pero tenga la certeza de que si usted o alguien a quien usted ama se ha incorporado a la atención de cuidados paliativos, puede confiar en que los profesionales experimentados y compasivos de Trustbridge le ayudarán. Estamos aquí para usted. No está solo.

Es posible que no sepa cómo hacer frente a las incertidumbres que le esperan, y sus emociones pueden ir desde el shock y la incredulidad hasta la confusión, la ira y la desesperación. También es probable que tenga muchas preguntas. Todo esto es normal y esperable. Nuestro personal responderá sus preguntas, le brindará apoyo práctico y emocional, le ayudará a aliviar el dolor y les guiará a usted y a sus seres queridos hacia la claridad, la aceptación y la paz. Aunque este es un momento difícil, la experiencia en un centro de cuidados paliativos también puede ser una experiencia positiva. Nuestro objetivo es ayudarles a todos a aprovechar al máximo su tiempo juntos, para que cada día pueda vivirse al máximo.

A lo largo de las últimas décadas, hemos ayudado a 200,000 familias de los condados de Palm Beach y Broward a transitar enfermedades graves. Es un honor incluirle en la familia Trustbridge, y apreciamos su confianza en nosotros. En los próximos días y semanas conocerá a muchos de nuestros empleados, y le animo a que los vea no como extraños, sino como personas que realmente se preocupan por usted y su bienestar.

El personal de Trustbridge se compromete a proporcionar a todos los pacientes, sus cuidadores y sus familias la mejor atención. Dado que su vida es nuestra pasión, tiene mi promesa más sincera de que haremos todo lo posible por ayudarlos a todos en esta transición del final de la vida. Mi más sincera esperanza es que, durante esta travesía, encuentren mucho amor, paz y, sí, incluso alegría en sus momentos juntos.

Kristine Stovall

Kristine Stovall, presidenta interina

Acerca de Trustbridge

Desde 1978, Hospice of Palm Beach County, Hospice of Broward County y Hospice by the Sea han cuidado de 200,000 familias en el sur de Florida. Estos tres centros de cuidados paliativos son ahora Trustbridge, una organización comunitaria sin fines de lucro que proporciona un apoyo sin igual a las familias que se enfrentan a enfermedades graves.

Los servicios de Trustbridge incluyen cuidados paliativos, medicina paliativa, apoyo al cuidador y apoyo para el duelo a niños y adultos.

Reconocimiento nacional



Los niveles incomparables de los cuidados paliativos de Trustbridge han sido reconocidos a nivel nacional por su excelencia y han obtenido el sello de aprobación de calidad nacional de The Joint Commission tanto para el condado de Palm Beach como el de Broward. Somos el único centro de cuidados paliativos con esta distinción en ambos condados. Estamos autorizados por la Agencia de Administración de Salud para beneficios de Medicare y Medicaid para los habitantes de Florida, y acreditados por la Junta de Rabinos del Condado de Palm Beach. Somos miembros de la Organización Nacional de Hospicios y Cuidados Paliativos, de Florida Hospices and Palliative Care, Inc. y de la Asociación Nacional de Cuidados Domiciliarios.

Sus comentarios son importantes...

Trustbridge ha contratado a SHP, un proveedor externo aprobado por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (Centers for Medicare and Medicaid Services, CMS) para llevar a cabo la encuesta obligatoria de Evaluación del consumidor de proveedores y sistemas de atención médica (Consumer Assessment of Healthcare Providers and Systems, CAHPS). SHP puede ponerse en contacto con su cuidador o familiar por correo postal después de que su ser querido ya no esté bajo nuestra atención, para evaluar la calidad de los servicios y la atención que usted y sus seres queridos reciben de Trustbridge.

La encuesta llegará en un sobre similar al que se muestra a continuación.



Como cuidador principal, usted supervisa la atención de su ser querido y puede hacernos saber si sus necesidades fueron atendidas completando la encuesta que se envía a su casa. Trustbridge respalda el proceso de encuesta porque nos ayuda a alinear nuestra atención de la mejor forma para atender a nuestros pacientes y familias, y ayuda a futuros pacientes a tomar decisiones informadas al elegir un proveedor del final de la vida.

Comparta sus experiencias y ayude a otras personas completando y devolviendo esta encuesta en un plazo de 30 días desde su recepción. Gracias por confiarnos su atención y ayudarnos a garantizar que cada paciente y familia reciba el nivel de cuidado que se merecen al final de la vida.

Contenido

Comienzo de la travesía en un centro de cuidados paliativos

■ Bienvenido/a a Trustbridge.....	8
Lo que necesita saber	9
La primera semana: qué esperar	11
Después de la primera semana.....	13
Los niveles de cuidados paliativos.....	14
Conozca al equipo de Trustbridge	15
Apoyo emocional y espiritual.....	17
■ Preguntas frecuentes sobre los cuidados paliativos.....	18

Capacitación en cuidados paliativos y recursos para pacientes y familias

■ Información importante sobre sus derechos y planificación de atención anticipada	
Información sobre seguros y facturación	20
El beneficio de cuidados paliativos de Medicare/Medicaid	20
Seguro privado y HMO.....	20
Declaración de derechos y responsabilidades del paciente de Florida.....	20
Privacidad médica en virtud de la Ley de Transferibilidad y Responsabilidad de los Seguros Médicos (HIPAA)	22
Autorización.....	22
Directorio de instalaciones	22
Aviso de prácticas de privacidad de Trustbridge.....	22
Toma de decisiones anticipadas.....	26
Resumen de la política de directivas anticipadas	26
Notificación de inquietudes/quejas de clientes.....	28
Agencias de notificación.....	29

continúa en la próxima página ->

Capacitación sobre cuidados paliativos: manejo de síntomas y medicamentos

Qué esperar de su farmacia de cuidados paliativos	30
El kit de confort	30
Capacitación sobre los efectos secundarios frecuentes de los analgésicos	33
Uso de la jeringuilla oral de morfina.....	39
Información específica sobre fármacos	40
Parche transdérmico de fentanilo para el manejo del dolor.....	40
Metadona para el manejo del dolor	43
Inquietud/Agitación.....	44
Dificultad para respirar/Falta de aliento	45
Tos o secreciones excesivas.....	46
Náuseas o vómitos	47
Estreñimiento y diarrea.....	48
Lesión por presión cutánea.....	50
El uso de anticoagulantes (“diluyentes de la sangre”)	52
Información específica e importante sobre fármacos.....	53
Anticoagulantes orales	53
Anticoagulantes inyectables	55

Capacitación sobre cuidados paliativos: Capacitación sobre seguridad

Seguridad y preparación ante desastres	56
Seguridad general	59
Seguridad en el hogar	59
Seguridad contra incendios	59
Seguridad eléctrica.....	59
Seguridad del oxígeno	59
Prevención de caídas.....	60
Consejos para la deambulación.....	60
Iluminación.....	60
Consejos para los traslados.....	61
Precauciones de seguridad para el uso de silla de ruedas.....	61
Baño	61
Seguridad de los medicamentos	61
Cosas que SÍ debe hacer	61
Cosas que NO debe hacer.....	62
Eliminación segura de los medicamentos.....	63
Eliminación segura de agujas y jeringuillas (objetos punzantes).....	65

Capacitación sobre cuidados paliativos: proporcionar cuidados personales y control de infecciones

Prevención de infecciones66

 Higiene adecuada de manos66

 Desinfectante para manos a base de alcohol67

 Cuando hay una infección presente.....68

Cuidado bucal68

Cuidado de la piel68

Decir adiós: signos y síntomas físicos de la proximidad de la muerte

Signos y síntomas físicos de la proximidad de la muerte69

Qué ocurre cuando se produce la muerte.....73

Qué hacer cuando se produce la muerte.....74

Trustbridge Hospice Foundation.....76

Para obtener recursos adicionales para pacientes y familiares, visite trustbridge.com

Bienvenido/a a Trustbridge

Cuando usted o su ser querido se enfrenta a una enfermedad que limita la vida, es posible que sienta miedo, soledad e incertidumbre, como si el suelo se hubiese hundido de repente bajo sus pies. Trustbridge está aquí para salvar la brecha entre lo que ha sido su vida normal y el terreno desconocido que tiene por delante. Estamos capacitados para proporcionarle una atención excepcional al paciente, con el fin de ayudarles a usted y a su familia a encontrar claridad, consuelo y paz. Sin embargo, nuestra capacitación es secundaria al motivo por el que todos estamos aquí en primer lugar: estamos aquí porque su vida es realmente nuestra pasión. Aunque sabemos lo difícil que puede ser esta experiencia, queremos asegurarle que los cuidados paliativos también pueden ser una experiencia positiva, ofreciéndole la oportunidad de aprovechar al máximo su tiempo juntos.

En este folleto, le guiaremos para que comprenda qué es la atención de cuidados paliativos, qué puede esperar en los días y semanas venideros y cómo podemos apoyarle a usted y a su familia. Hacemos todo lo posible en esta guía por hablarle tanto al paciente como a la familia. Sepa que independientemente de la categoría en la que se encuentre o de la forma en que está escrita esta guía, el material que contiene puede proporcionarle información y conocimientos importantes. Le sugerimos que lea esta guía página por página. Pídanos que aclaremos cualquier cosa que no entienda bien o cualquier cosa sobre la que desee saber más. Estamos aquí para usted. Llame a nuestra línea de asistencia las 24 horas al 888.441.4040 siempre que lo necesite.

En Trustbridge, nos centramos en la esperanza: esperanza de una vida plena, incluso ante enfermedades graves.



Lo que necesita saber

Piense en su relación con Trustbridge como una colaboración significativa. Estamos aquí para ayudarles a usted y a sus seres queridos a transitar el camino que tienen por delante. Algunos días y algunas noches pueden ser más complicados que otros, pero no es necesario que se sienta asustado o solo. Ya sea un paciente, un cuidador o un amigo o familiar preocupado, Trustbridge está aquí para apoyarle. De hecho, ese es el objetivo de los cuidados paliativos: proporcionar el apoyo que usted y sus seres queridos necesitan para vivir sus vidas en la mayor medida posible. Le animamos a no menospreciar la vida y el amor que aún quedan. Cada momento cuenta.

¿Qué son exactamente los cuidados paliativos?

Los cuidados paliativos son un tipo especial de atención de apoyo que se centra en proporcionar comodidad, aliviando el sufrimiento físico, emocional y espiritual. El objetivo de los cuidados paliativos es mejorar la calidad de vida a través de un conjunto integral de servicios identificados y coordinados por un equipo interdisciplinario, para satisfacer las necesidades físicas, emocionales, psicológicas y espirituales del paciente. Considerados el modelo de atención compasiva de alta calidad para las personas que se enfrentan a una enfermedad que limita la vida, los cuidados paliativos implican un enfoque orientado por un equipo para ofrecer atención médica experta, manejo del dolor, y apoyo emocional y espiritual adaptado a las necesidades del paciente.

Los cuidados paliativos son una manera que tienen las personas con una enfermedad que limita la vida de poder vivir cada día al máximo, haciendo lo que es importante para ellas junto a las personas que aman.



¿Cómo podemos ayudar?

En Trustbridge, nuestro objetivo no es la vida centrada en la atención, sino la atención centrada en la vida.

Nuestra misión es apoyar los deseos de nuestros pacientes y familias como ustedes siempre que sea posible, para que puedan vivir de la forma que quieran y hacer las cosas que son importantes para ustedes. Teniendo en cuenta esos objetivos de atención, su equipo de Trustbridge diseñará el plan de atención único que mejor se adapte a sus necesidades. El plan de atención es fluido, lo que significa que cambiará a medida que cambien las circunstancias y las necesidades.

Si usted o su ser querido necesita cuidados de comodidad, como radiación, quimioterapia, medicamentos intravenosos o transfusiones de sangre, Trustbridge puede proporcionar dichos cuidados. Somos una entre apenas el 4 por ciento de las organizaciones de cuidados paliativos de todo el país que pueden admitir pacientes en cuidados paliativos y proporcionar estas extraordinarias medidas de comodidad.

Asistencia telefónica las 24 horas del día, los 7 días de la semana | 888.441.4040

Un miembro calificado y experto del personal de Trustbridge está disponible por teléfono cada minuto de cada día. Llámenos si necesita ayuda, tiene una pregunta, experimenta un síntoma problemático, necesita instrucciones para el cuidador o simplemente quiere alguien con quien hablar. Queremos ayudar a aliviar sus inquietudes y abordar sus necesidades. Ese es nuestro propósito y pasión.

Mientras esté en un centro de cuidados paliativos, queremos que usted o su ser querido tenga la mayor comodidad posible y pueda pasar un tiempo significativo con su familia y amigos. La calidad de vida es nuestra prioridad. Queremos que el cuidador reciba apoyo y empoderamiento. Los miembros de nuestro personal no solo son expertos en el tratamiento del dolor y de los síntomas, sino que también están preparados para proporcionar capacitación, consuelo y apoyo a toda la familia según sea necesario.

Dependiendo del plan de atención, están disponibles los siguientes servicios:

- ♥ Asistencia telefónica las 24 horas
- ♥ Atención clínica experta y manejo de los síntomas
- ♥ Medicamentos, equipos y suministros entregados al paciente internado
- ♥ Capacitación y apoyo del cuidador
- ♥ Apoyo emocional y espiritual
- ♥ Orientación para tomar decisiones de atención complejas y localizar recursos comunitarios esenciales
- ♥ Musicoterapia para reducir el dolor, la ansiedad y otros síntomas
- ♥ Terapia con mascotas para proporcionar comodidad y un estímulo emocional
- ♥ Programas de apoyo para niños, adolescentes y adultos
- ♥ Apoyo de voluntarios para proporcionar ayuda adicional a las familias

La primera semana: qué esperar

Todas las nuevas experiencias traen consigo un poco de incertidumbre, y entrar en cuidados paliativos no es diferente. Sin embargo, debido a estas circunstancias únicas, también es habitual sentir algo de miedo y nerviosismo, e incluso puede que se sienta un poco invadido. Es probable que esta primera semana sea la más ajetreada, así que intente tener paciencia y sepa que tendrá tiempo en privado para pasar con su familia y seres queridos cuando todo esté listo. Entretanto, a continuación se presenta un breve resumen de lo que generalmente sucede en la primera semana.

Visitas de los miembros del equipo de cuidados paliativos

Puede esperar visitas de varios miembros del equipo de cuidados paliativos durante la primera semana de atención. Estas visitas nos permitirán evaluar todas las necesidades de su familia y estabilizar sus síntomas o los de su ser querido. Juntos, crearemos un plan de atención según las necesidades, objetivos y tradiciones de cada paciente y familia. Las siguientes visitas de miembros del equipo de cuidados paliativos se programarán de acuerdo con el plan de atención, de modo que sabrá a quién esperar y cuándo.

Los miembros del equipo que le visiten serán especializados, compasivos y expertos. Podrán responder a cualquier pregunta que tenga u obtener las respuestas para usted. No dude en preguntar todo lo que se le ocurra. (Consulte la descripción de los miembros del equipo de cuidados paliativos en la página 15 de este folleto).



Entrega de medicamentos, equipos y suministros

El beneficio de Medicare para cuidados paliativos proporciona la atención, el tratamiento y los servicios relacionados con la enfermedad terminal. Esto incluye los medicamentos, equipos y suministros necesarios para cuidar de usted o de su ser querido. Los medicamentos, equipos y suministros que el equipo médico considere necesarios para la atención del paciente se entregarán directamente en su lecho. Los medicamentos y suministros se repondrán según sea necesario. El propósito y el uso de estos elementos se explicarán con la mayor claridad posible para que no le parezcan tan extraños. Pida una explicación sobre cualquier cosa que no entienda.

Capacitación y apoyo del cuidador

Nuestro personal capacitará a los cuidadores con compasión y paciencia. La capacitación puede incluir cosas como los analgésicos y cuándo administrarlos, los efectos secundarios de los medicamentos, así como lo que se debe hacer en caso de falta de aliento y/o ansiedad. Nuestro personal también capacitará a los cuidadores sobre cómo utilizar el equipo y los suministros proporcionados por el equipo médico según sea necesario. Parte del equipo está diseñado para eliminar la carga física del cuidador. Nuestro personal también capacitará al cuidador para que realice tareas diarias y ayudará con las tareas que el cuidador tal vez no sea capaz de realizar.

¿Es usted el cuidador?

Nadie está realmente preparado para cuidar de un ser querido enfermo. Incluso las personas que trabajan en el campo de la atención médica descubren que sus habilidades profesionales desaparecen a la hora de cuidar a un familiar. Es completamente normal sentirse inseguro y abrumado. Sepa que estamos aquí para usted. Su bienestar es tan importante como el bienestar de su ser querido.

Comparta con nosotros cualquier cosa que tenga en mente en relación con sus responsabilidades como cuidador. A medida que cambien las necesidades de su ser querido, le formaremos para que entienda lo que está sucediendo y sepa lo que puede prever. Si se siente triste, cansado o abrumado por sus responsabilidades como cuidador, puede contar con nuestro personal para recibir asesoramiento, apoyo de relevo o asesoramiento.

Consulte nuestros folletos, "A Caregiving Journey: Caring for Your Loved One" y "Yourself and A Very Special Journey: Familiarizing Yourself with the End-of-Life Transition". Si no tiene copias de los folletos, solicítelas.

Llámenos al 888.441.4040 si tiene alguna pregunta o necesita que le reconfortemos. Nuestro personal de enfermería responderá a sus preguntas y enviará a alguien para que le ayude si es necesario.



Después de la primera semana

Después de la primera semana, el plan de atención puede empezar a parecer rutinario, al menos durante un tiempo. Cambiará a medida que cambien sus necesidades o las de su ser querido. Dado que la travesía de cada persona es única, ninguno de nosotros puede decir exactamente lo que vendrá. Sin embargo, podemos afirmar con certeza que los momentos que quedan ofrecen muchas oportunidades de compartir recuerdos, hacer las paces, profundizar las relaciones, expresar amor y esperanza y, simplemente, estar juntos. También podemos decir sin dudar que Trustbridge estará con usted a cada paso del camino, aportando esperanza de una vida plena incluso cuando el viaje esté próximo a completarse.

La conexión entre usted y sus seres queridos, junto con nuestra pasión por proporcionar comodidad y apoyo, es una combinación poderosa.

“ Cuando los cuidados paliativos entraron en nuestras vidas, empezamos a respirar de nuevo. Antes, nos habíamos sentido abrumados al intentar manejar problemas médicos, emocionales y espirituales para los que no estábamos preparados. Nos proporcionaron un enorme consuelo y alivio y nos ayudaron más de lo que nunca hubiera imaginado. ”



Los niveles de cuidados paliativos

Siempre que se proporcionan cuidados paliativos, los profesionales de Trustbridge tienen experiencia en calmar la aflicción, aliviar el dolor y el sufrimiento, y ayudarles a usted y a sus seres queridos a descubrir su fuente interna de fuerza, apoyo y esperanza. Algunas familias acuden a nuestro cuidado durante muchos meses y disfrutan de la calidad de vida mejorada que pueden ofrecer nuestros servicios. Otras solo acuden a nosotros en las últimas semanas. Sea cual sea la cantidad de tiempo que pase con nosotros, es un honor servirle.

Teniendo en cuenta que esta travesía presenta un panorama en constante cambio, a continuación se presenta una breve descripción de los diferentes niveles de cuidados paliativos que pueden estar disponibles en función de sus necesidades individuales:

Atención domiciliaria de rutina

La atención domiciliaria de rutina se proporciona en el hogar del paciente. Ese hogar puede ser una residencia privada, o un centro de enfermería especializada, un establecimiento de vida asistida o un hogar de grupo. La atención práctica diaria la proporciona la familia y/o un cuidador. El centro de cuidados paliativos ofrece visitas intermitentes como parte del plan de atención. Si un plan de atención incluye otros tipos de servicios, como la atención espiritual o la musicoterapia, se programarán visitas a domicilio adicionales.

Cuidados de relevo

Los cuidados de relevo están diseñados teniendo en cuenta al cuidador. Un cuidador principal puede solicitar un descanso temporal de las tareas de cuidador de vez en cuando, momento en el cual se puede organizar una breve estancia del paciente en un centro de atención local.

Cuidados paliativos hospitalarios o atención de crisis

Estos niveles de atención son muy similares y están disponibles para nuestros pacientes que experimentan síntomas no controlados. Se necesita el pedido de un médico, ya que se aplican criterios médicos adicionales para que se proporcione este nivel de atención más alto. Esta atención se proporciona de forma óptima en uno de nuestros centros de atención o en un establecimiento local contratado. En algunos casos, la atención puede proporcionarse en el hogar, siempre que exista un entorno seguro y de apoyo para usted y nuestro personal. Cuando se proporciona atención en el hogar, normalmente se brinda durante al menos 8 horas al día. Esas horas no siempre son consecutivas y pueden dividirse a lo largo del día para gestionar mejor los periodos de crisis.

Trustbridge tiene centros de atención hospitalaria ubicados en los condados de Palm Beach y Broward. Visite nuestro sitio web en www.trustbridge.com para ver una lista completa de nuestros centros de atención.

Nos comprometemos a hacer lo que sea necesario,

independientemente de su situación de salud o vida.

Conozca al equipo de Trustbridge

Los miembros del equipo de Trustbridge, compasivos, hábiles y con experiencia, están disponibles para proporcionarles a usted y a sus seres queridos un tipo único de atención; una atención que hace honor a la dignidad y la humanidad. Somos conscientes de que las necesidades de cada persona son diferentes, por lo que trabajamos con usted para crear un plan de atención personalizado, que se reevalúa a medida que cambian las necesidades. No todos los pacientes se beneficiarán de cada servicio, pero un plan de atención individual incluirá a algunos o muchos de los siguientes profesionales.

Personal de enfermería: como organización dirigida por personal de enfermería, asignamos un miembro del personal de enfermería registrado (Registered Nurse, RN) para gestionar la atención del paciente, incluidas las visitas al domicilio si es necesario. El RN registrado es responsable de coordinar todos los servicios del paciente. El personal de enfermería de Trustbridge está disponible para su consulta las 24 horas del día. Proporcionan con cariño atención médica, evalúan la situación médica, administran medicamentos, evalúan las necesidades cambiantes, educan a los cuidadores, proporcionan apoyo emocional al paciente y a la familia, y sirven como línea directa de comunicación entre la familia y el equipo de cuidados paliativos.

Auxiliares de enfermería certificados: nuestros auxiliares de enfermería compasivos y calificados visitan al paciente con regularidad y le proporcionan asistencia con el cuidado personal, como bañarse, cuidar de la piel, vestirse y alimentarse. Pueden ayudar en las actividades de la vida diaria o pueden preparar una comida ligera para el paciente.

Trabajadores sociales clínicos: los trabajadores sociales de centros de cuidados paliativos proporcionan apoyo emocional a pacientes y familias, ayudándoles a enfrentarse a los desafíos de enfermedades graves. Exploran y conectan al paciente y a la familia con recursos comunitarios esenciales y proporcionan servicios de asesoramiento a personas, familias y amigos. También pueden ayudar a los pacientes a comunicar sus sentimientos y preocupaciones a los miembros de su familia, dondequiera que vivan. Los trabajadores sociales también pueden ofrecer ayuda con directivas anticipadas, testamentos vitales, información de representantes para la atención médica y sistemas de facturación complicados.

Médicos: los médicos de Trustbridge trabajan en estrecha consulta con el equipo de cuidados paliativos para supervisar las decisiones médicas y clínicas. Cuando sea médicamente necesario, el miembro del equipo médico también podrá evaluar al paciente.

Farmacéuticos: el conocimiento experto de los medicamentos es fundamental para la atención de cuidados paliativos y la comodidad del paciente. Los farmacéuticos de Trustbridge revisan los medicamentos del paciente y los discuten con el médico y el personal de enfermería. Están disponibles para responder preguntas y discutir las inquietudes sobre los medicamentos con el paciente y la familia.

Capellanes de atención espiritual: los capellanes de Trustbridge provienen de muchas tradiciones religiosas y ayudan a personas de todos los niveles de fe a encontrar el significado a medida que revisan sus vidas. Nuestros capellanes respetan todas las tradiciones y creencias, y son miembros integrales del equipo de cuidados paliativos. Si el paciente lo desea, el capellán de atención espiritual puede facilitar las visitas del clero familiar o proporcionar apoyo emocional y espiritual al paciente y la familia. El capellán también puede ayudar a las familias con el proceso de duelo y sanación.

Terapeutas musicales: la musicoterapia es una profesión médica establecida que ha demostrado aliviar el dolor, la depresión y la ansiedad. La música también aporta energía renovada y despierta sentimientos de esperanza, amor y unidad familiar. Al trabajar con uno de nuestros terapeutas musicales certificados, los pacientes y sus familias suelen descubrir un entorno familiar y reconfortante para la reflexión y la renovación. Se puede crear una grabación de audio de recuerdo o una canción original durante una sesión de musicoterapia, registrando pensamientos privados o momentos de significado personal profundo.

Voluntarios: muchos hombres y mujeres comprometidos ofrecen amablemente su tiempo para ayudar a los pacientes y a las familias al cuidado de Trustbridge. Estos voluntarios compasivos están disponibles para ayudar al paciente y a su familia de numerosas maneras, como visitar al paciente para que un miembro de la familia pueda tomarse un descanso, hacer un recado, o incluso ayudar a cuidar a la mascota.

Consejeros de duelo: Trustbridge proporciona apoyo para el duelo a cualquier persona de la comunidad que haya perdido a un ser querido. Los asesores y programas de duelo de Trustbridge crean un ambiente de seguridad en el que aquellos que han experimentado una pérdida comienzan a sanar y crecer. Nuestros experimentados asesores de duelo proporcionan asesoramiento individual y grupal a niños, adolescentes y adultos.

Nuestras familias en cuidados paliativos representan una amplia variedad de culturas y creencias espirituales. Servimos a familias de cualquier fe y no estamos afiliados a ninguna organización religiosa. Todo el mundo es bienvenido.



Apoyo emocional y espiritual

¿Quiere expresar sentimientos significativos pero no está seguro de cómo hacerlo? Un trabajador social clínico o un capellán de cuidados espirituales pueden ayudarle a determinar lo que le gustaría decir y cómo compartir sus pensamientos y sentimientos con las personas que ama. De esta forma, podemos ayudarles a usted y a sus seres queridos a crear un legado de recuerdos duraderos y reconfortantes.

Ya sea que necesite que alguien escuche sin juzgar, alguien con quien explorar la espiritualidad o que pueda proporcionar el consuelo de los rituales religiosos, las oraciones y la música, exprese su deseo de hablar con un consejero o un capellán. Estos miembros del equipo pueden ayudar a cualquier miembro de la familia a avanzar hacia la sanación emocional y espiritual, fomentando las expresiones de amor, alegría y perdón.

El personal de Trustbridge puede ayudarle a descubrir su fuente personal de fuerza, esperanza y consuelo.

¿Tiene niños en casa?

Si usted o su ser querido recibe atención domiciliaria de rutina, intente tener en cuenta que los niños, incluso los adolescentes mayores, pueden no expresar sus miedos o confusión sobre lo que ven y oyen. Los suministros y equipos médicos pueden ser intimidantes e incluso aterradores. Intente mantener una línea abierta de comunicación con los niños de su casa y hable con un miembro del equipo de cuidados paliativos para obtener asesoramiento si un niño se retrae, tiene problemas para dormir, se porta mal o actúa de alguna manera que parezca impropia de su carácter.



Preguntas frecuentes sobre los cuidados paliativos

¿Quién reúne los requisitos para recibir cuidados paliativos?

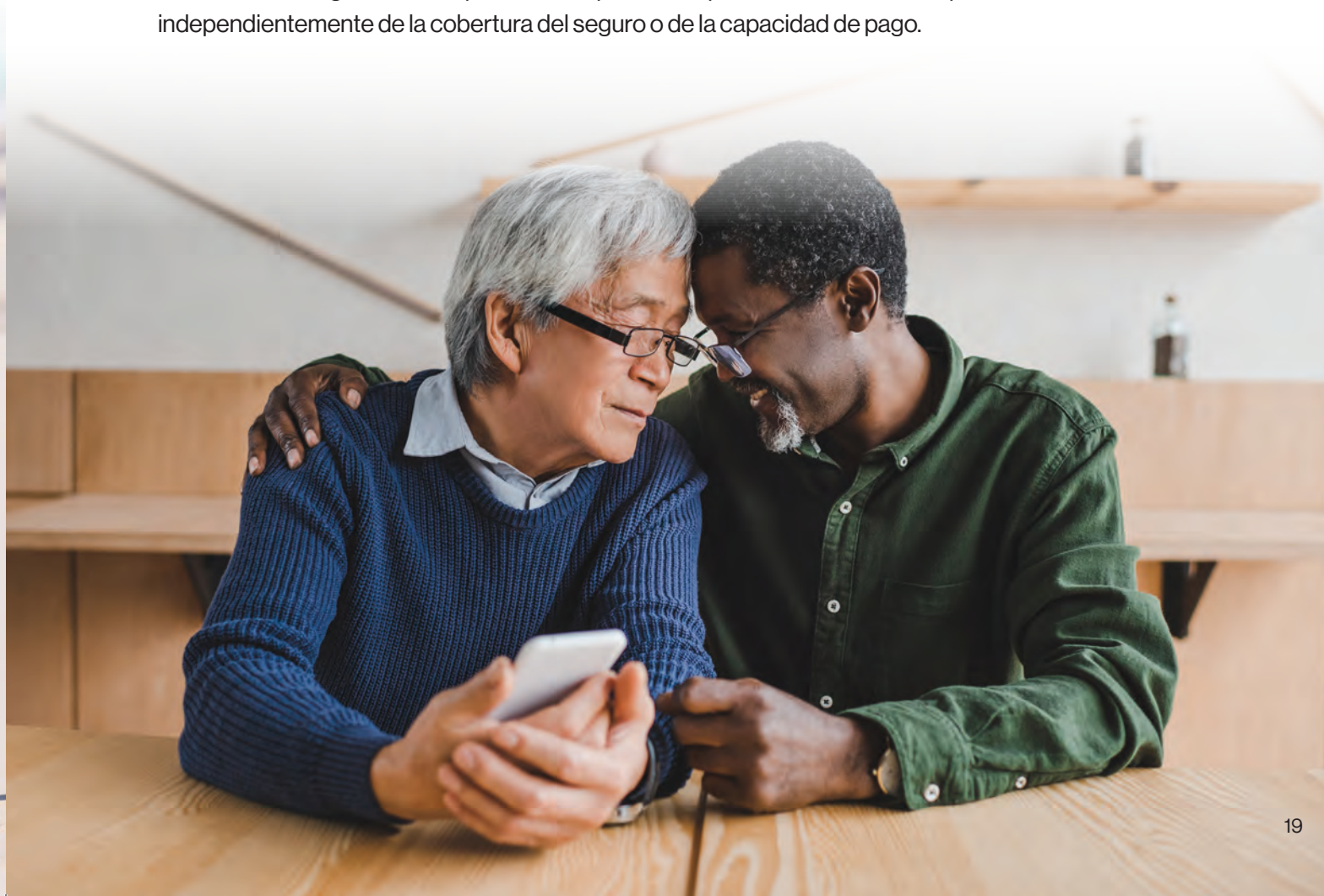
Los cuidados paliativos son un tipo especial de cuidados de bienestar dedicados a personas que tienen una enfermedad terminal con una esperanza de vida de 6 meses o menos si su enfermedad sigue su curso normal. Algunas personas tienen múltiples afecciones que contribuyen a una esperanza de vida limitada, en lugar de una sola enfermedad. En ocasiones, la atención proporcionada por el equipo de cuidados paliativos puede ayudar a estabilizar los síntomas de un paciente.

¿Dónde se proporcionan los cuidados paliativos?

Ya sea que le estemos cuidando a usted o a su ser querido en su propia casa, en una residencia de su elección o en un centro de cuidados, los profesionales calificados y compasivos de Trustbridge están a su disposición las 24 horas del día. Nuestra misión es ayudar a su familia a encontrar claridad, consuelo y paz durante estos momentos difíciles.

¿Cómo se pagan los cuidados paliativos?

La atención compasiva y el apoyo de los cuidados paliativos es un beneficio al que tiene derecho en virtud de Medicare, Medicaid y los seguros privados. Como centro de cuidados paliativos sin fines de lucro, nos aseguramos de que todas las personas que necesiten cuidados paliativos los reciban, independientemente de la cobertura del seguro o de la capacidad de pago.



¿Puedo seguir viendo a mi propio médico si estoy en cuidados paliativos?

Muchos pacientes continúan visitando a sus propios médicos de atención primaria cuando ingresan en cuidados paliativos. Nuestro equipo de profesionales trabaja estrechamente con su médico para coordinar la atención y controlar su enfermedad o la de su ser querido. Asegúrese de informar a su equipo de cuidados paliativos cuando tenga programada una cita con el médico.

¿Puedo seguir recibiendo los medicamentos que me han ayudado?

Su equipo de cuidados paliativos evaluará todos sus medicamentos. El médico del equipo de cuidados paliativos le recetará aquellos medicamentos que sean más beneficiosos para su enfermedad. Si los medicamentos están relacionados con su diagnóstico de cuidados paliativos, se los proporcionaremos. Si no es así, puede seguir tomándolos a su propio costo.

¿Por cuánto tiempo puedo recibir cuidados paliativos?

Puede beneficiarse del mundo de apoyo que proporcionamos durante 6 meses completos. El médico certificará su elegibilidad para un centro de cuidados paliativos a intervalos predeterminados. Puede seguir recibiendo servicios siempre que sea elegible desde el punto de vista médico. Puede optar por abandonar la atención paliativa en cualquier momento, por cualquier motivo, y volver más tarde si es elegible desde el punto de vista médico.

Si tengo una emergencia, ¿a qué número debo llamar?

Llámenos inmediatamente al 888.441.4040 siempre que nos necesite. Siempre estaremos aquí para usted.

“ No solo cuidaron de las necesidades físicas de mi madre, sino que también me proporcionaron apoyo psicológico, enseñándome y guiándome sobre cómo cuidarla mejor y permitiéndome tener más confianza en mis capacidades como cuidador. ”

Información importante sobre sus derechos y planificación de atención anticipada

Información sobre seguros y facturación

El beneficio de cuidados paliativos de Medicare/Medicaid

Los pacientes de cuidados paliativos se evalúan periódicamente para determinar si continúan cumpliendo los requisitos de elegibilidad. Un paciente que siga cumpliendo los criterios de elegibilidad para cuidados paliativos puede seguir recibiendo nuestros servicios, independientemente del tiempo que haya estado en cuidados paliativos. El personal de cuidados paliativos ayudará a los pacientes que ya no cumplan los criterios para un reembolso continuado en virtud del beneficio de cuidados paliativos de Medicare a restablecer la cobertura habitual de la Parte A de Medicare. Si esto ocurre, el equipo de cuidados paliativos se asegura de que el paciente y la familia estén incluidos en el desarrollo y la ejecución de un plan de alta hospitalaria seguro. Los pacientes con Medicaid reciben los mismos servicios que los que tienen derecho a Medicare. Un beneficiario de Medicare o Medicaid solo puede acceder a uno de estos beneficios de la Parte A en un momento dado.

Una vez en el centro de cuidados paliativos, dicho centro queda a cargo de su tratamiento médico y debe consultarse con el centro antes de solicitar cualquier tratamiento/servicio médico, artículos o fármacos, para determinar si están relacionados con su enfermedad terminal y afecciones relacionadas, si son médicamente necesarias y/o si forman parte del plan de atención.

Usted puede ser responsable a nivel económico si no consulta con el centro de cuidados paliativos antes de hacer lo siguiente:

- Acudir a urgencias/911.
- Surtir recetas en farmacias externas.
- Realizar consultas médicas/Buscar tratamiento con proveedores fuera del centro de cuidados paliativos.

El personal del centro de cuidados paliativos es responsable de discutir los objetivos de atención del paciente/familiar y decidir si son coherentes con el plan de atención de cuidados paliativos. Informe al personal si tiene alguna cita programada y/o próxima con el médico, tratamientos u otros servicios médicos que se le proporcionen. El personal del centro de cuidados paliativos le dará opciones para que pueda tomar una decisión informada.

Nota: Los pacientes de Medicare que también tienen un plan de Organización de Mantenimiento de la Salud (Health Maintenance Organization, HMO) tienen derecho a los mismos servicios en virtud de Medicare que aquellos individuos que no están afiliados a una HMO.

Seguro privado y HMO

La mayoría de los planes de seguro proporcionan un beneficio de cuidados paliativos similar al de Medicare. El personal del centro de cuidados paliativos está disponible para ayudar a verificar la cobertura del seguro para los servicios de dichos cuidados. Tenga en cuenta que la cobertura de cuidados paliativos es solo para la enfermedad que limita la vida. Cualquier otra enfermedad o diagnóstico no relacionado con la enfermedad que limita la vida se gestiona de acuerdo con el plan de seguro habitual del paciente.

Un paciente puede optar por interrumpir los servicios de cuidados paliativos en cualquier momento y volver a la cobertura regular de la Parte A de Medicare.

Declaración de derechos y responsabilidades del paciente de Florida

La legislación de Florida requiere que su proveedor de atención médica o su establecimiento médico reconozca sus derechos mientras recibe atención médica y que usted respete el derecho del proveedor de atención médica o del establecimiento médico a esperar ciertos comportamientos por parte de los pacientes. Puede solicitar una copia del texto completo de esta ley a su proveedor de atención médica o establecimiento de atención médica. A continuación se incluye un resumen de sus derechos y responsabilidades:

1. El paciente tiene derecho a ser tratado con cortesía y respeto, con aprecio de su dignidad individual y con protección de su necesidad de privacidad.

2. El paciente tiene derecho a una respuesta rápida y razonable a preguntas y solicitudes.
3. El paciente tiene derecho a saber quién presta servicios médicos y quién es responsable de su atención.
4. El paciente tiene derecho a saber qué servicios de apoyo al paciente están disponibles, incluso si hay disponible un intérprete en caso de que no hable inglés.
5. El paciente tiene derecho a llevar consigo a cualquier persona de su elección a las áreas accesibles para el paciente del establecimiento médico o del consultorio del proveedor para acompañar al paciente mientras recibe tratamiento hospitalario o ambulatorio, o esté consultando a su proveedor de atención médica, a menos que hacerlo ponga en riesgo la seguridad o la salud del paciente, de otros pacientes o del personal del centro o del consultorio, o que el establecimiento o proveedor no pueda hacer las adaptaciones razonables para ello.
6. El paciente tiene derecho a saber qué normas y reglamentos se aplican a su conducta.
7. El paciente tiene derecho a recibir, por parte del proveedor de atención médica, información sobre el diagnóstico, el curso previsto de tratamiento, las alternativas, los riesgos y el pronóstico.
8. El paciente tiene derecho a rechazar cualquier tratamiento, excepto en la medida en que la ley disponga lo contrario.
9. El paciente tiene derecho a recibir, previa solicitud, la información completa y el asesoramiento necesario sobre la disponibilidad de recursos financieros conocidos para su atención.
10. El paciente que sea elegible para Medicare tiene derecho a saber, previa solicitud y antes del tratamiento, si el proveedor de atención médica o el establecimiento médico acepta la tasa de asignación de Medicare.
11. El paciente tiene derecho a recibir antes del tratamiento, previa solicitud, una estimación razonable de los cargos por atención médica.
12. El paciente tiene derecho a recibir una copia de una factura desglosada, razonablemente clara y comprensible y, previa solicitud, a que se le expliquen los cargos.
13. El paciente tiene derecho a un acceso imparcial al tratamiento médico o alojamiento, independientemente de su raza, origen nacional, religión, minusvalía física o fuente de pago.
14. El paciente tiene derecho a recibir tratamiento para cualquier afección médica de emergencia que se vaya a deteriorar si no se proporciona tratamiento.
15. El paciente tiene derecho a saber si el tratamiento médico es para fines de investigación experimental y a dar su consentimiento o su negativa a participar en dicha investigación.
16. El paciente tiene derecho a expresar quejas sobre cualquier violación de sus derechos, tal y como se establece en la legislación de Florida, a través del procedimiento de quejas del proveedor de atención médica o establecimiento médico que le sirvió y a la agencia estatal de otorgamiento de licencias correspondiente.
17. El paciente es responsable de proporcionarle al proveedor de atención médica, según su leal saber y entender, información precisa y completa sobre quejas actuales, enfermedades pasadas, hospitalizaciones, medicamentos y otros asuntos relacionados con su salud.
18. El paciente es responsable de notificar al proveedor de atención médica los cambios imprevistos en su estado de salud.
19. El paciente es responsable de informar al proveedor de atención médica si comprende un curso de acción contemplado y lo que se espera de él o ella.
20. El paciente es responsable de seguir el plan de tratamiento recomendado por el proveedor de atención médica.
21. El paciente es responsable de acudir a las citas y, cuando no pueda hacerlo por algún motivo, de notificarlo al proveedor de atención médica o al establecimiento médico.
22. El paciente es responsable de sus acciones si rechaza el tratamiento o no sigue las instrucciones del proveedor de atención médica.

23. El paciente es responsable de garantizar que se cumplan las obligaciones económicas de su atención médica lo antes posible.
24. El paciente es responsable de seguir las normas y reglamentaciones del establecimiento médico que afecten la atención y la conducta del paciente.

Privacidad médica en virtud de la Ley de Transferibilidad y Responsabilidad de los Seguros Médicos (HIPAA)

Trustbridge protege su información médica y sus derechos con respecto a su propia historia clínica. Nos dedicamos a proteger su derecho a la privacidad de su información médica, al tiempo que proporcionamos atención médica de máxima calidad. Queremos que sea consciente de las normativas que afectan la forma en que usamos y divulgamos su información médica, así como de los derechos que tiene con respecto a su historia clínica. Las reglas de privacidad adoptadas como parte de la Ley de Transferibilidad y Responsabilidad de los Seguros Médicos (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA) federal establecen normas para la divulgación de información médica que lo/la identifica personalmente.

Autorización/Divulgación de historias clínicas

Trustbridge no tiene permitido discutir su atención con nadie aparte de usted y/o su representante legal, a menos que usted nos diga que podemos hacerlo.

Las solicitudes de copias de su historia clínica requieren que una persona autorizada rellene y firme un formulario de autorización. Durante el servicio, las personas autorizadas incluyen las siguientes:

- El paciente.
- El representante legal del paciente (sustituto de atención sanitaria, poder notarial médico, apoderado).

En Florida, los registros de los centros de cuidados paliativos tienen una capa adicional de confidencialidad y solo se pueden divulgar en determinadas circunstancias, una vez que la persona haya fallecido. Estas circunstancias son las siguientes:

- Al representante personal que haya sido designado por un tribunal.
- Al albacea/representante personal nombrado en la última voluntad o testamento.
- Por orden judicial.

No se permitirá que otras personas obtengan copias de la historia clínica, a menos que exista una autorización válida en archivo. Se recomienda que, si desea que alguien tenga acceso a su historia clínica, rellene un formulario de autorización mientras esté recibiendo el servicio. No tiene obligación de firmar ningún formulario de autorización y no le negaremos el tratamiento si decide no firmarlo.

Directorio de instalaciones del centro de atención

Nuestro directorio del centro de atención suele incluir su nombre, ubicación en el centro y su estado general.

El centro de atención puede revelar esta información a familiares y amigos que pregunten y, en algunas circunstancias, a los medios de comunicación. Puede restringir esta divulgación diciéndole al centro de atención que no desea que se divulgue esa información.

Aviso de prácticas de privacidad de Trustbridge

Su información. Sus derechos. Nuestras responsabilidades.

Este aviso se aplica a Trustbridge, Inc. y sus subsidiarias Hospice of Palm Beach County, Hospice by the Sea, Hospice of Broward County y Harbor Palliative Care Services, Inc. Describe cómo se puede usar y divulgar la información médica sobre usted y cómo puede acceder usted a esta información. Revíselo detenidamente.

SUS DERECHOS

Cuando se trata de su información médica, según la ley federal, usted tiene ciertos derechos. Esta sección explica cuáles son sus derechos y algunas de nuestras responsabilidades de ayudarlo.

Obtener una copia electrónica o en papel de su historia clínica

- Puede solicitar ver u obtener una copia electrónica o en papel de su historia clínica y otra información médica que tengamos sobre usted. Para obtener una copia, póngase en contacto con el Departamento de Gestión de la información médica.
- Le proporcionaremos una copia de su información médica en el plazo de 30 días desde su solicitud. Podemos cobrar una tarifa razonable y basada en los costos de copia, franqueo, mano de obra y suministros.

Pedirnos que corrijamos su historia clínica

- Puede pedirnos que corrijamos la información médica sobre usted que considere incorrecta o incompleta. Para realizar este tipo de solicitud, envíe su solicitud por escrito al Responsable de privacidad de la HIPAA.
- Puede que digamos “no” a su solicitud, pero le explicaremos el motivo por escrito en un plazo de 30 días.

Solicitar comunicaciones confidenciales

- Puede pedirnos que nos pongamos en contacto con usted de una manera específica (por ejemplo, teléfono de su casa o de su oficina) o que enviemos correo a una dirección diferente. Para realizar este tipo de solicitud, envíe su solicitud por escrito al Responsable de privacidad de la HIPAA.

Pedirnos que limitemos lo que usamos o compartimos

- Diremos “sí” a todas las solicitudes razonables.
- Puede pedirnos que no usemos ni compartamos cierta información médica para el tratamiento, el pago o nuestras operaciones.
 - No estamos obligados a aceptar su solicitud, y podemos decir “no” si acceder afectaría su atención médica.
 - Para solicitar restricciones, debe realizar su solicitud por escrito al Responsable de privacidad de la HIPAA. En su solicitud, incluya (1) la información que desea restringir; (2) cómo desea restringir la información (por ejemplo, limitar el uso a esta oficina, limitar la divulgación únicamente a personas fuera de esta oficina, o limitar ambas); y (3) a quiénes desea que se apliquen esas restricciones.
- Si paga por un servicio o artículo de atención sanitaria de su bolsillo en su totalidad, puede pedirnos que no compartamos esa información para los fines de pago o nuestras operaciones con su aseguradora de salud.
 - Diremos “sí” a menos que una ley nos exija compartir esa información.

Obtener una lista de aquellos con quienes hemos compartido información

- Puede solicitar una lista (cuenta) de las veces que hemos compartido su información médica durante seis años antes de la fecha en que usted nos pregunte, con quién la compartimos y por qué. Para realizar este tipo de solicitud, envíe su solicitud por escrito al Responsable de privacidad de la HIPAA.
- Incluiremos todas las divulgaciones excepto aquellas sobre el tratamiento, el pago y las operaciones de atención médica, y ciertas otras divulgaciones (como las que nos haya pedido que hagamos). Proporcionaremos una lista al año de forma gratuita, pero cobraremos una tarifa razonable y basada en los costos si pide otra en el plazo de 12 meses.

Obtener una copia de este aviso de privacidad

- Puede solicitar una copia en papel de este aviso en cualquier momento, incluso si ha aceptado recibir el aviso electrónicamente. Le proporcionaremos una copia en papel de inmediato. Para obtener una copia, comuníquese con el Departamento de Gestión de la información médica o con el Responsable de privacidad de la HIPAA.

Elegir a alguien para que actúe por usted

- Si usted ha dado a alguien su poder notarial médico, o si otra persona es su representante para la atención médica o tutor legal, dicha persona puede ejercer sus derechos y tomar decisiones sobre su información médica.
- Nos aseguraremos de que la persona tenga esta autoridad y pueda actuar por usted antes de que emprendamos cualquier acción.

Presentar una queja si cree que se violaron sus derechos

- Usted puede presentar una reclamación si cree que hemos infringido sus derechos poniéndose en contacto con nosotros usando la sección del Aviso de prácticas de privacidad de Trustbridge que figura en la página 26.
- Puede presentar una queja ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. enviando una carta a 200 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20201, llamando al 1-877-696-6775 o ingresando en www.hhs.gov/ocr/privacy/hipaa/complaints/.
- No tomaremos represalias contra usted por presentar una queja.

SUS ELECCIONES

Para cierta información médica, puede decirnos sus opciones sobre lo que compartimos. Si tiene alguna preferencia respecto de cómo compartimos su información en las situaciones descritas a continuación, hable con nosotros. Díganos qué quiere que hagamos y seguiremos sus instrucciones.

En estos casos, usted tiene tanto el derecho como la posibilidad de decirnos cómo:

- Compartir información con su familia, amigos cercanos u otras personas involucradas en su atención.
- Compartir información en una situación de ayuda en caso de desastre.
- Incluir su información en un directorio de las instalaciones.
- Comunicarnos con usted para iniciativas de recaudación de fondos.
- Si no puede decirnos su preferencia, por ejemplo, si está inconsciente, podemos seguir adelante y compartir su información si creemos que es lo mejor para usted. También podemos compartir su información cuando sea necesario para reducir una amenaza grave e inminente para la salud o la seguridad.

En estos casos nunca compartimos su información a menos que nos dé su permiso por escrito:

- Fines de marketing.
- Venta de su información.
- Información sensible como: enfermedades contagiosas (incluyendo el virus de la inmunodeficiencia humana [VIH] y SIDA), notas de psicoterapia y alcohol/drogas.

En el caso de la recaudación de fondos

- Podemos ponernos en contacto con usted para actividades de recaudación de fondos, pero puede decirnos que no volvamos a ponernos en contacto con usted.

NUESTROS USOS Y DIVULGACIONES

¿Cómo usamos o compartimos normalmente su información médica? Por lo general, usamos o compartimos su información médica con los siguientes fines.

Tratarle

- Podemos utilizar su información médica y compartirla con otros profesionales que le estén tratando.

- Ejemplo: un médico a cargo de su atención le pregunta a otro médico sobre su estado de salud general.

- Dirigir nuestra organización** • Podemos utilizar y compartir su información médica para la realización de actividades comerciales que se denominan operaciones de atención médica. Las operaciones de atención médica incluyen hacer cosas que nos permitan mejorar la calidad de la atención que proporcionamos, reducir los costos de atención médica, ejercer y comunicarnos con usted cuando sea necesario.
- *Ejemplo: utilizamos información médica sobre usted para gestionar su tratamiento y servicios.*
- Facturarle servicios** • Podemos utilizar y compartir su información médica para facturar y recibir pagos de planes de salud u otras entidades.
- *Ejemplo: proporcionamos información sobre usted a su plan de seguro médico para que pague sus servicios.*

¿De qué otras formas podemos utilizar o compartir su información médica? Se nos permite o se nos exige que compartamos su información de otras formas, normalmente de manera que contribuyan al bien público. Tenemos que cumplir la ley y cumplir ciertas condiciones antes de poder compartir su información para estos fines.

- Ayudar con problemas de salud y seguridad pública** • Podemos compartir información médica sobre usted en determinadas situaciones, como:
- Prevención de enfermedades.
 - Ayudar con el retiro de productos del mercado.
 - Informar reacciones adversas a medicamentos.
 - Informar sospechas de abuso, negligencia o violencia doméstica.
 - Prevenir o reducir una amenaza grave para la salud o seguridad de cualquier persona.
- Investigación** • Podemos usar o compartir su información para investigaciones médicas.
- Cumplir con la ley** • Compartiremos información sobre usted si la ley estatal o federal lo requiere, incluido el Departamento de Salud y Servicios Humanos.
- Responder solicitudes de donación de órganos y tejidos** • Podemos utilizar o compartir su información médica con organizaciones de obtención de órganos u otras entidades que participan en la obtención, el almacenaje o el trasplante de órganos o tejidos con el fin de facilitar la donación y el trasplante.
- Trabajar con un médico forense o director funerario** • Podemos compartir información médica con un forense, examinador médico o director funerario cuando muere una persona.
- Indemnización laboral, fuerzas del orden público y otras solicitudes gubernamentales** • Podemos utilizar o compartir su información médica en los siguientes casos:
- Para reclamaciones de compensación de trabajadores.
 - Para fines de aplicación de la ley o con fuerzas policiales.
 - Con agencias de supervisión de la salud para actividades autorizadas por la ley.
 - Para funciones gubernamentales especiales, como servicios militares, de seguridad nacional y de protección presidencial.
- Responder a demandas y acciones legales** • Podemos compartir información médica sobre usted en respuesta a un tribunal o a una orden administrativa, o en respuesta a una citación.

NUESTRAS RESPONSABILIDADES

- La ley nos obliga a mantener la privacidad y seguridad de su información médica protegida.
- Le informaremos inmediatamente si se produce una infracción que pueda haber puesto en peligro la privacidad o seguridad de su información.

- Debemos seguir las obligaciones y prácticas de privacidad descritas en este aviso y proporcionarle una copia del mismo.
- No utilizaremos ni compartiremos su información, excepto como se describe aquí, a menos que nos indique por escrito que podemos hacerlo.
- Si nos dice que podemos hacerlo, puede cambiar de opinión en cualquier momento. Infórmenos por escrito si cambia de opinión.

CAMBIOS EN LOS TÉRMINOS DE ESTE AVISO

Podemos cambiar los términos de este aviso y los cambios se aplicarán a toda la información que tengamos sobre usted. El nuevo aviso estará disponible previa solicitud en nuestra oficina y en nuestro sitio web.

AVISO DE PRÁCTICAS DE PRIVACIDAD DE TRUSTBRIDGE

Amanda Tippin, HIPAA Privacy Officer

5300 East Ave.

West Palm Beach, FL 33407

561-227-5123

atippin@trustbridge.com

Sitio web de Trustbridge: <https://www.trustbridge.com/>

Fecha de entrada en vigor original: 14 de abril de 2003

Fecha de entrada en vigor de la última revisión: 29 de junio de 2018[TAL1]

Toma de decisiones anticipadas

Resumen de la política de directivas anticipadas [TAL2]

La política de Trustbridge y sus entidades es reconocer y respetar los derechos y deseos de todos los pacientes y representantes autorizados para tomar decisiones sanitarias sobre atención médica, tratamiento o servicios recibidos o rechazados al final de la vida, de acuerdo con la legislación y las normativas. No se pueden denegar los servicios de la Organización a ningún paciente únicamente basándose en si el paciente ha formulado o no una directiva anticipada, siempre que sus objetivos personales y su filosofía de tratamiento estén dentro de los límites de la ley. No es necesario que reciba una orden de “No reanimar” para recibir servicios de cuidados paliativos.

- El paciente tiene el derecho legal de tomar decisiones sobre su atención médica.
- El paciente tiene el derecho legal de formular directivas anticipadas.
- La Organización respetará las decisiones del paciente dentro de los límites de la ley.
- La Organización se asegurará de que los deseos del paciente se comuniquen a todos los cuidadores.
- Los problemas de riesgo identificado o documentos cuestionables se revisarán antes de su implementación. Si Trustbridge no es capaz de implementar una o más directivas anticipadas, el motivo se le proporcionará por escrito al paciente y/o al representante legal.

Implementación de directivas anticipadas: todas las directivas anticipadas y documentos legales deben ejecutarse en su totalidad (los documentos deben estar completos, con las firmas, las fechas y los sellos judiciales apropiados, según corresponda) para que la Organización respete y siga los principios y el texto de los documentos. Se requieren copias de las directivas anticipadas/documentos legales en la historia clínica del paciente.

Cambios en las directivas anticipadas: las directivas anticipadas podrán ser revocadas o enmendadas por el paciente mentalmente competente en cualquier momento, y la documentación de estos cambios deberá obtenerse e incluirse en el registro clínico. Es responsabilidad del paciente y/o la familia informar a la Organización de los cambios en las directivas anticipadas, lo que permite que la historia clínica refleje los deseos actuales del paciente y la familia.

Encontrará más información disponible de Trustbridge en nuestro folleto *My Life Choices*.

Notificación de inquietudes/quejas de clientes

Trustbridge está totalmente comprometido con un excelente servicio al cliente, tanto por principios como por política. Esta política es coherente con la misión, la visión y los valores establecidos por la Organización. De manera oportuna, Trustbridge abordará, revisará y resolverá todas las inquietudes y quejas de los clientes.

Si usted experimenta un desempeño del servicio que no satisface sus expectativas, Trustbridge y sus filiales agradecen la oportunidad de discutir la inquietud y lograr una resolución. Apreciamos enormemente sus comentarios, ya que nos permiten investigar, formar a nuestro personal y, en última instancia, mejorar nuestros procesos.

Puede plantearnos las inquietudes o quejas de las siguientes formas:

- Mediante una conversación con un empleado de Trustbridge.
- Mediante una publicación en el sitio web www.trustbridge.com (comuníquese con nosotros en cualquier momento).
- Por teléfono: línea del Defensor del paciente (Patient Advocate), 1.844.226.7313.
- Mediante una carta: Patient Advocate
Trustbridge, Inc.
5300 East Avenue
West Palm Beach, FL 33407
- Mediante comentarios enviados a través de la encuesta de Evaluación del consumidor de proveedores y sistemas de atención médica (CAHPS).
- Comentarios enviados sobre la encuesta de Evaluación de los servicios de apoyo para el duelo (Evaluation of Grief Support Services, EGSS).

Si cree que nuestra Organización, Trustbridge, no ha abordado adecuadamente sus comentarios de forma interna, también puede expresar sus inquietudes a The Joint Commission o al estado de Florida.

Agencias de notificación

En caso de que ya se haya puesto en contacto con nuestra Organización y no hayamos abordado adecuadamente sus inquietudes, también puede elegir ponerse en contacto con las agencias que se enumeran a continuación.

The Joint Commission

Nuestra Organización está acreditada por The Joint Commission de acreditación de organizaciones sanitarias. La acreditación de esta agencia reguladora implica el cumplimiento y aplicación de los estándares más altos posibles de atención de calidad.

Animamos a los pacientes y a las familias a compartir sus inquietudes con los equipos de cuidados paliativos o con cualquier miembro del personal administrativo para garantizar la resolución de las inquietudes y problemas. La Organización proporciona un procedimiento de resolución de problemas. Tratamos de resolver las inquietudes de forma justa, equitativa y dentro de un plazo razonable.

Si desea hacer algún comentario a The Joint Commission de acreditación de organizaciones sanitarias, puede ponerse en contacto con ellos:

- En Internet: <http://www.jointcommission.org>
- Por correo electrónico: complaint@jointcommission.org
- Por teléfono: 630-792-5800 o fax: 630-792-5636 (de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.)
- Por correo postal: Office of Quality and Patient Safety
The Joint Commission
One Renaissance Boulevard
Oakbrook Terrace, IL 60181

The Joint Commission realiza encuestas periódicas no anunciadas durante el transcurso del ciclo de acreditación. Deseamos mantener informados a nuestros pacientes y familias de estas importantes evaluaciones; sin embargo, nunca sabemos la fecha exacta en la que se realizará la encuesta.

Línea de atención telefónica de la Agencia de Administración de Atención Médica de Florida

Tenemos una licencia de la Agencia de Administración de Atención Médica. La División de Aseguramiento de la Calidad de la Salud protege a los habitantes de Florida mediante la supervisión de los profesionales de atención médica. Aseguramiento de la Calidad de la Salud otorga licencias y/o certifica 40 tipos diferentes de proveedores de atención médica, incluidos hospitales, residencias de adultos mayores, centros de vida asistida y agencias de salud a domicilio. Para presentar una queja sobre un establecimiento médico: **Llame a la línea gratuita: 1-888-419-3456 (de lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.) o visite <http://ahca.myflorida.com>**

Fraude en Medicaid y denuncia de abuso

Fraude de Medicaid significa “un engaño o tergiversación intencionado que se hace sabiendo que el engaño podría dar lugar a un beneficio no autorizado para sí mismo o para otra persona”. Incluye cualquier acto que constituya un fraude según la ley federal o estatal aplicable en relación con Medicaid. Para informar cualquier sospecha de comportamiento fraudulento o de abuso con el programa Medicaid:

Llame a la línea gratuita: 1-888-419-3456 (de lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.) o visite <http://ahca.myflorida.com>

El abuso puede ser de muchas formas, como maltrato físico o verbal, lesión, agresión sexual, violación, prácticas injustas, práctica o costumbre ilegal, ofensa, delito o agresión verbal. Para notificar cualquier sospecha de abuso:

Llame a la línea directa sobre abuso: 1-800-962-2873 o 1-800-96-ABUSE (24 horas, todos los días)

Capacitación sobre cuidados paliativos: manejo de síntomas y medicamentos

En esta sección encontrará información para manejar los síntomas de su ser querido y maximizar su comodidad.

Su farmacia Trustbridge

Horario de atención: de 7 a. m. a 11 p. m., todos los días, incluidos días festivos

Entrega de medicamentos

Los medicamentos que se determine que están relacionados con su diagnóstico de cuidados paliativos se entregarán por mensajería a su puerta. Si tiene alguna pregunta o inquietud sobre su medicamento (uso, posibles efectos secundarios o almacenamiento), llame al 1.844.728.5930.

Información sobre los medicamentos del paciente

Cada medicamento que su médico le haya recetado estará acompañado de una hoja de información al paciente. Esta hoja contendrá información sobre cómo usar de forma segura cada fármaco recetado, incluido cómo tomar el medicamento, cuándo tomarlo y los efectos secundarios frecuentes asociados a la administración del medicamento.

El kit de confort*

Acerca del kit de confort

El **kit de confort** contiene medicamentos utilizados con frecuencia para tratar los síntomas urgentes. Cada medicamento se debe tomar de acuerdo con las instrucciones de la información de prescripción y las proporcionadas por el personal de enfermería o el profesional que los receta. Los medicamentos incluidos en el kit de confort solo deben tomarse cuando el personal de enfermería o el profesional que los receta se lo indiquen al paciente. El personal de enfermería o el profesional que receta proporcionarán información sobre qué medicamento tomar, cuándo tomarlo y por cuánto tiempo. Informe al personal de enfermería si se utiliza alguno de los medicamentos en el kit de confort. El kit de confort se le receta específicamente al paciente que lo recibe y es posible que contenga o no todos los medicamentos siguientes:

- **Bisacodilo (Dulcolax®)**, supositorios rectales de 10 mg.
- **Hiosciamina (Levsin®) comprimidos** sublinguales de 0.125 mg.
- **Lorazepam (Ativan®)**, comprimidos de 0.5 mg.
- **Sulfato de morfina (Roxanol®)**, 20 mg/ml (solución concentrada para uso oral).

Más información sobre cada medicamento

Supositorios de bisacodilo (Dulcolax®)

Usos comunes: para aliviar el estreñimiento.

Informe al profesional que lo receta si padece alguna de estas afecciones: obstrucción intestinal, dolor o calambres estomacales, malestar estomacal, sangrado rectal, vómitos o cambio en los hábitos intestinales que duran más de 2 semanas.

Cómo usar este medicamento: este medicamento es un supositorio rectal. Este medicamento no debe tragarse. Lávese bien las manos antes y después de colocar el supositorio en el recto. Si el supositorio es demasiado blando para introducirlo, enfríelo en el refrigerador o deje correr agua fría sobre él antes de retirar el envoltorio metálico. Una manipulación excesiva del supositorio puede hacer que se ablande, lo que dificulta su inserción. Para insertar el supositorio, retire el envoltorio metálico y humedezca el supositorio. El paciente debe estar recostado sobre un costado y el extremo puntiagudo del supositorio debe insertarse bien con un dedo en el recto.

Posibles efectos secundarios: calambres estomacales, náuseas, irritación o ardor rectal, mareos y vómitos.

Informe al personal de enfermería inmediatamente si se produce alguno de los siguientes efectos graves u otros: erupción cutánea, urticaria, picazón, enrojecimiento, hinchazón, ampollas o descamación de la piel con o sin fiebre;

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día. Simplemente llame al 1-888-441-4040.

sibilancias; opresión en el pecho o la garganta; problemas para respirar, tragar o hablar; ronquera inusual; hinchazón de la boca, la cara, los labios, la lengua o la garganta; o sangrado rectal; o ausencia de deposiciones después de usar este fármaco.

Comprimidos sublinguales de hiosciamina (Levsin®)

Usos comunes: para disminuir las secreciones. Puede utilizarse para tratar otras afecciones según lo determine el profesional que los receta.

Cómo usar este medicamento: este medicamento debe tomarse por vía oral.

Posibles efectos secundarios: sequedad de boca y/u ojos, visión borrosa, estreñimiento, mareos, somnolencia, disminución de la sudoración, inquietud o dificultad para dormir.

Informe al personal de enfermería inmediatamente si se produce alguno de los siguientes efectos graves u otros: debilidad inusual, vómitos, dificultad para orinar, dolor o hinchazón abdominal o del vientre, erupción cutánea, palpitaciones o latidos cardíacos rápidos, ausencia de sudoración en temperaturas cálidas o durante la actividad, debilidad muscular o cambios de comportamiento como excitación o confusión inusuales.

Comprimidos de lorazepam (Ativan®)

Usos comunes: para tratar la ansiedad, los temblores y la dificultad para conciliar el sueño.

Cómo usar este medicamento: los comprimidos deben tomarse por vía oral. Este medicamento se puede tomar con o sin alimentos.

Otras precauciones para este medicamento: este medicamento no debe interrumpirse ni suspenderse sin antes consultar al personal de enfermería o el profesional que lo receta. La interrupción repentina de este medicamento puede provocar síntomas de abstinencia.

Posibles efectos secundarios: somnolencia, mareos.

Informe al personal de enfermería inmediatamente si se produce alguno de los siguientes efectos graves u otros: confusión, inestabilidad, dificultad para caminar, problemas de memoria, agitación, ira, cambios en el comportamiento, sensación de debilidad inusual, mareo intenso o desmayo.

Solución oral concentrada de sulfato de morfina (Roxanol®)

Usos comunes: para aliviar el dolor y la falta de aliento. También puede aliviar el dolor que pueda ocurrir entre dosis de analgésicos de acción más prolongada. También se puede administrar antes de una actividad que puede causar dolor, como cambiar de postura en la cama o cambiar los vendajes de la incisión.

Cómo usar este medicamento: este medicamento es una solución concentrada que se debe tomar por vía oral. Mida el líquido con cuidado utilizando solo el dispositivo de medición suministrado con el medicamento (consulte "Solución oral de sulfato de morfina: instrucciones de la jeringuilla oral"). Este medicamento se puede tragar. Si la deglución es demasiado difícil, este medicamento también se puede colocar debajo de la lengua. Este medicamento también se puede mezclar con una pequeña cantidad de agua, leche, jugo, puré de manzana o pudín.

Posibles efectos secundarios: somnolencia, mareos, malestar estomacal, sudoración, rubor, picazón o estreñimiento.

Informe al personal de enfermería inmediatamente si se produce alguno de los siguientes efectos graves u otros: sedación grave, contracción muscular, confusión, alucinaciones, cambios de personalidad, dificultad para respirar, erupción cutánea, urticaria o temblores.

Almacenamiento del kit de confort

Mantenga el kit de confort y su contenido en un lugar seguro fuera del alcance de los niños, ya que el kit de confort no es a prueba de niños.

No guardar en el baño, en condiciones de calor o luz.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Precauciones

Informe al personal de enfermería o al médico si el paciente es alérgico a algún medicamento del kit de confort o a algún medicamento similar a los que se incluyen en el kit.

Informe al personal de enfermería o al profesional que receta si los síntomas no mejoran o empeoran.

Los medicamentos del kit de confort pueden provocar mareos, somnolencia o dificultad para concentrarse. Para evitar la sensación de mareo, el paciente debe levantarse lentamente cuando esté sentado o acostado. No intente realizar tareas que requieran estar alerta mientras esté tomando medicamentos del kit de confort.

No comparta medicamentos con nadie que no sea la persona a la que se le recetó.

Informe al personal de enfermería o al profesional que receta sobre otros medicamentos, hierbas, alcohol o medicamentos de venta libre que esté tomando el paciente antes de que se utilicen los medicamentos.

Esta información no sustituye la necesidad de seguir las instrucciones de su médico ni la necesidad de leer el prospecto del fármaco proporcionado con su(s) receta(s).

**Adaptado con permiso de Enclara Pharmacia 2017.*

Manejo del dolor

DEFINICIÓN	El DOLOR es subjetivo (personal). Es lo que la persona dice que es. Cada persona tiene una tolerancia al dolor diferente. El dolor puede ser tanto una sensación física como una experiencia emocional. Solo la persona que lo experimenta puede describir el dolor, su intensidad, la sensación del dolor y la efectividad de las medidas de alivio del dolor. Cuando una persona no puede expresar el dolor verbalmente, dependemos de indicadores no verbales del dolor, como expresiones faciales y corporales.
CAUSAS	Puede haber muchas causas de dolor o molestias, como: • Cáncer (primario o metastásico). • Inflamación de las articulaciones u otras zonas del cuerpo. • Espasmos musculares. • Daño en órganos o nervios como resultado de una enfermedad o lesión.

Efectos secundarios frecuentes de los analgésicos

Definición: efectos no deseados que pueden producirse además del efecto terapéutico deseado de tomar la medicación



Estreñimiento



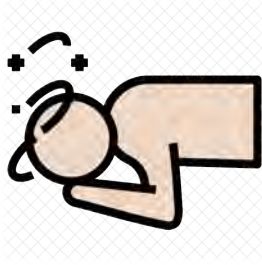
Náuseas/Vómitos



Sequedad de boca



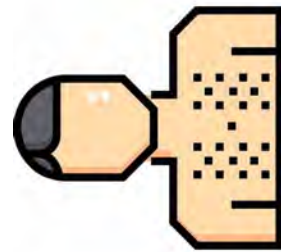
Somnolencia/Sedación



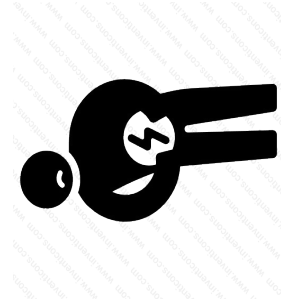
Mareos



Picazón



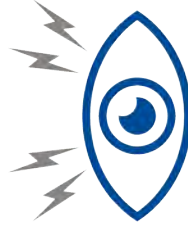
Erupción cutánea



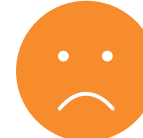
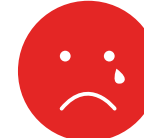
Malestar estomacal



Visión borrosa



Ojos secos

INFORME/ EVALUACIÓN DEL DOLOR	• Si la persona es capaz de informar el dolor, pregunte lo siguiente: • ¿Cuál es la intensidad del dolor según una escala de cero, que equivale a ausencia de dolor, y 10, que es el peor dolor imaginable? • ¿Dónde se encuentra el dolor? • ¿Cómo es el dolor? • ¿Qué hace que el dolor mejore o empeore? • ¿En qué medida funciona el analgésico u otra intervención? • Los indicadores no verbales del dolor incluyen algunos de los siguientes: • Muecas faciales; ceño fruncido. • Lagrimeo ocular; llanto. • Gestos de dolor; frotación; aferrarse. • Inquietud. • Quejas vocales, como gemidos, gruñidos o gritos.  0 No Hurt  2 Hurts Little Bit  4 Hurts Little More  6 Hurts Even More  8 Hurts Whole Lot  10 Hurts Worst Ningún dolor Pa gen doulé di tou Dolor moderado Y on doulé ki pa tro fo Peor dolor posible Y on doulé pi fó anpil
ANALGÉSICOS OPIOIDES (NARCÓTICOS) DE USO FRECUENTE	Los siguientes son opioides (narcóticos) que se utilizan con frecuencia para tratar el dolor: • Sulfato de morfina de liberación inmediata (Morphine Sulfate Immediate Release, MSIR). • Sulfato de morfina de liberación prolongada (Morphine Sulfate ER [extended release MS Contin]). • Oxicodona de liberación inmediata (Oxycodone Immediate Release, Oxy IR). • Oxicodona de liberación prolongada (Oxycodone Extended Release, Oxycontin). • Fentanilo tópico (parche transdérmico Duragesic) (<i>consulte las instrucciones especiales para obtener más información sobre este medicamento</i>). • Hidromorfona (Dilaudid). • Metadona (<i>consulte las instrucciones especiales para obtener más información sobre este medicamento</i>). • Hidrocodona y acetaminofeno (Vicodin o Lortab). • Hidrocodona e ibuprofeno (Vicoprofen). • Oxicodona y acetaminofeno (Percocet).

**MITOS
SOBRE LOS
ANALGÉSICOS**

Adicción: hoy vemos una gran atención sobre la adicción a opioides (narcóticos) en los medios de comunicación. Como consecuencia, a algunas personas les preocupa el uso de opioides para el tratamiento del dolor y la posibilidad de convertirse en “adictos” a los analgésicos. La adicción a los opioides es un patrón de deseo psicológico de obtener y utilizar una droga por sus efectos sobre la mente. (“Para colocarse”). Pregúntese: “Si no tuviera dolor, ¿estaría tomando este medicamento?”. Lo más probable es que la respuesta sea “No”.

Si los analgésicos fuertes se utilizan tempranamente, eso evitará un buen alivio del dolor cuando realmente sean necesarios en el futuro: los analgésicos administrados correctamente no dejan de funcionar con el tiempo. A medida que la enfermedad progresa, puede ser necesario cambiar el analgésico o la dosis. Esto no indica adicción, sino una progresión natural de la enfermedad.

Una vez que una persona está recibiendo morfina, la muerte está cerca, o la morfina acelera la muerte: la morfina y otros opioides no aceleran la muerte ni prolongan la vida. La morfina no causa la muerte; es la enfermedad subyacente la que lo hace.

El dolor forma parte de la enfermedad: algunas personas informan menos dolor del que realmente experimentan porque creen que el dolor y la enfermedad van de la mano y deben tolerarse. No todas las personas con enfermedades que limitan la vida sufren dolor. El dolor no controlado puede impedir que una persona disfrute de una mejor calidad de vida y puede empeorar otros síntomas.

Las inyecciones son mejores que los medicamentos orales: las inyecciones solo son necesarias si una persona no puede tomar un medicamento oral. Los preparados orales son eficaces. Las formas orales de acción prolongada significan un mejor control del dolor y una administración menos frecuente.

Los efectos secundarios (náuseas, vómitos, estreñimiento, etc.) son alergias: las verdaderas alergias a la morfina y otros opioides son raras. Los efectos secundarios se pueden manejar.

EFFECTOS SECUNDARIOS FRECUENTES DE LOS ANALGÉSICOS	1. Estreñimiento: todos los opioides causan estreñimiento. Por ese motivo, generalmente se recomienda tomar un laxante junto con un opioide. 2. Náuseas/vómitos: estos síntomas suelen desaparecer después de unos días. Es posible que su médico le haya indicado un medicamento para aliviar estos síntomas. En caso contrario, comuníquese con Trustbridge inmediatamente. 3. Sequedad de boca: • Coma paletas de helado, batidos, yogures, pastillas de limón y/o hielo triturado. • Aumente la ingesta de líquidos al máximo que pueda tolerar. • Enjuáguese la boca con frecuencia. Utilice el enjuague bucal con moderación y use ÚNICAMENTE el enjuague bucal indicado para “sequedad de boca”. • Si la sequedad es grave, pídale al personal de enfermería saliva artificial. 4. Sedación o somnolencia: la somnolencia es la forma del cuerpo de reponer energías y descansar de la tensión que el dolor le ha impuesto a su cuerpo. Si la somnolencia no remite en unos días, póngase en contacto con Trustbridge. Se pueden utilizar bebidas con cafeína como café o té para minimizar la sedación. 5. Mareos: cuando empiece a tomar opioides o cuando aumente la dosis, tenga en cuenta que puede experimentar mareos al levantarse de la cama, levantarse de una silla o cuando participe en cualquier actividad extenuante. • Muévase más lentamente al levantarse de la cama o de una silla. • Deje que los pies cuelguen al costado de la cama o la silla antes de intentar levantarse. • Pida ayuda cuando sea necesario. • Evite actividades extenuantes como conducir, limpiar o cocinar. • Asegúrese de que su entorno doméstico esté a salvo de alfombras dispersas y cables sueltos, y mantenga la zona bien iluminada. 6. Picazón: puede producirse picazón durante un máximo de 3 días cuando se inicia o aumenta una dosis. 7. Póngase en contacto con Trustbridge inmediatamente en caso de aparición repentina de sedación grave, erupción cutánea/urticaria o cualquier otro efecto grave o síntoma relacionado con sus medicamentos.
DIRECTRICES GENERALES PARA EL MANEJO DEL DOLOR	1. El objetivo del manejo del dolor es que la persona esté alerta mientras el dolor se mantiene bajo control. 2. El dolor es acumulativo. El mejor enfoque es tomar el analgésico de forma regular, las 24 horas del día, en lugar de simplemente a demanda. Si espera demasiado para tomar el analgésico, el dolor puede ser tan intenso como para que el medicamento ya no sea eficaz. 3. Una vez que no tenga dolor, es importante que continúe con el calendario de medicamentos según las instrucciones de su médico. Los distintos analgésicos son eficaces durante distintos período de tiempo. Es muy importante tomar los medicamentos a los intervalos adecuados. 4. Un registro preciso del momento del día en que toma sus analgésicos y el nivel de alivio que ha experimentado ayudarán a su equipo de cuidados paliativos a gestionar mejor sus necesidades de control del dolor. 5. NO triture los analgésicos orales de acción prolongada. Si no puede tragar o tiene dificultades para hacerlo, póngase en contacto con Trustbridge y podrá indicarse un medicamento o una vía de administración diferente.

CUÁNDO TOMAR MÁS ANALGÉSICOS	DOSIS LAS 24 HORAS DEL DÍA La mejor forma de manejar el dolor es controlarlo con un calendario de medicamentos regular, las 24 horas del día, que permita a la persona estar cómoda y alerta. Existen dos formas de manejar la administración las 24 horas del día. El médico puede indicar: A. Un opioide de acción prolongada que se administrará cada 8, 12 o 24 horas, las 24 horas del día. O B. Un opioide de acción corta que se administrará en intervalos de pocas horas, las 24 horas del día. DOSIS A DEMANDA (también conocidas como “dosis de rescate” o “irruptivas”) Puede haber períodos en los que el dolor aumenta debido a la actividad, la progresión de la enfermedad o la necesidad de un cambio en la cantidad de medicamento las 24 horas del día. Por este motivo, los médicos suelen pedir dosis “a demanda” de opioides de acción corta. 1. Si está tomando su analgésico habitual para el dolor las 24 horas del día y tiene dolor, también puede tomar su analgésico “a demanda”. 2. A menudo se indica que estos analgésicos “a demanda”, o las dosis “a demanda” del mismo analgésico, estén disponibles cada 1 o 2 horas cuando las molestias/el dolor estén en un nivel incómodo. 3. Puede tomar este medicamento “a demanda” (dosis de rescate) al mismo tiempo que toma su dosis programada regularmente o en cualquier momento entre las dosis habituales de las 24 horas del día. No le causará una “sobredosis”. 4. Siempre debe tomar sus dosis de las 24 horas del día, pero las dosis “a demanda” son para proporcionar alivio a corto plazo en aquellos momentos en los que su medicamento de las 24 horas del día no es suficiente para tratar el dolor que está sintiendo. 5. Puede utilizar las dosis “a demanda” con tanta o tan poca frecuencia como sea necesario para su comodidad, siempre que siga las instrucciones para el intervalo de tiempo y la cantidad que le haya indicado el médico. 6. Es muy importante y útil que mantenga registros precisos. El personal de enfermería y el médico revisarán su hoja de flujo de monitoreo del dolor para evaluar la necesidad de cualquier cambio en sus analgésicos.
COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	1. Distracción o diversión: muchas personas con dolor crónico informan que concentrarse en algo distinto del dolor puede ayudar. Algunas cosas que puede probar son mirar la televisión o películas, leer, escuchar música, escribir, pintar u otras actividades que le gusten. 2. Meditación y relajación: la meditación y los ejercicios de respiración pueden ayudar a reducir la tensión muscular. Muchas bibliotecas tienen CD de meditación disponibles para el préstamo. Otras opciones son la oración, la visualización y/o la respiración profunda concentrada. 3. Masaje: el masaje suave, las fricciones corporales o simplemente un toque suave pueden dar alivio. 4. Tome sus medicamentos conforme a lo indicado: lleve un registro de cada dosis tomada y su calificación del dolor (respuesta al medicamento) 1 hora después de la administración del medicamento. 5. Informe a Trustbridge si su dolor no se alivia o empeora.

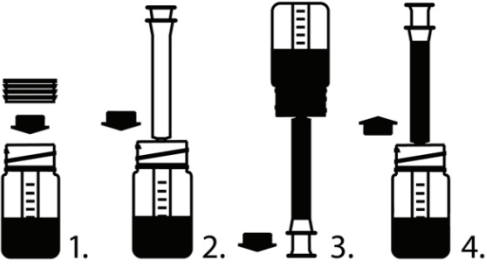
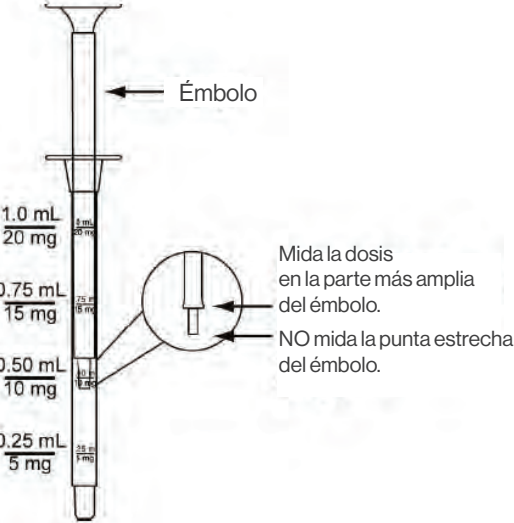
Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.

COSAS QUE
PUEDE HACER
CON LA
APROBACIÓN
DEL MÉDICO

- o **Compresa caliente húmeda:** el calor húmedo promueve la relajación muscular, alivia los espasmos musculares y aumenta el flujo sanguíneo a la zona.
 - **Materiales necesarios:** 1 bolsa para congelador Ziploc grande, 1 toalla de baño grande y 1 toalla pequeña.
 - **Procedimiento:**
 - Deje pasar agua corriente tibia sobre la toalla pequeña y escúrrala.
 - Doble la toalla y colóquela en una bolsa Ziploc ABIERTA. (NO cierre la bolsa).
 - Coloque la bolsa en el horno de microondas y caliéntela en potencia alta por entre 1 y 2 minutos.
 - Saque CON CUIDADO el paquete con la toalla MUY CALIENTE del horno de microondas, manteniendo el vapor alejado de la cara y evitando quemarse. Cierre herméticamente la bolsa Ziploc.
 - Envuelva el paquete con la toalla caliente en la toalla seca grande para evitar quemaduras cuando lo coloque sobre la parte del cuerpo.
 - Coloque el paquete envuelto en la toalla en la zona corporal afectada/dolorida. Se puede colocar una toalla o manta adicional por encima para mantener la zona lo más caliente posible.
 - Déjelo sobre el cuerpo por un tiempo máximo de 20 a 30 minutos cada vez.
- o **Compresa fría semicongelada:** el frío reduce el dolor y la hinchazón.
 - **Materiales necesarios:** 1 bolsa para congelador Ziploc grande, alcohol isopropilo, agua, 1 toalla de baño grande y 1 toalla pequeña.
 - **Procedimiento**
 - Mezcle 3 tazas de agua y 1 taza de alcohol en la bolsa Ziploc.
 - Elimine la mayor cantidad de aire posible y selle la bolsa.
 - Coloque la mezcla durante la noche en el congelador.
 - Coloque una toalla entre la parte del cuerpo y el paquete para permitir que la piel se adapte al frío gradualmente.
 - Moldee el paquete frío sobre la forma del área corporal y cúbralo con una toalla adicional.
 - El frío no congelará la piel cuando se aplica correctamente.
 - Déjelo colocado para brindar alivio al paciente por un tiempo máximo de 10 a 15 minutos.

Uso de la jeringuilla oral de morfina

Solución oral de sulfato de morfina; 100 mg/ 5 ml (20 mg/ml); jeringuilla oral de 1 ml

	Pasos a seguir 1. Introduzca el tapón del frasco en el cuello del frasco, con el extremo estriado primero. 2. Introduzca la punta de la jeringuilla en el orificio de la parte superior del tapón hasta que quede fija. 3. Invierta el frasco y tire del émbolo blanco de la jeringuilla hasta la línea que corresponda a la dosis recetada por su médico. 4. Ponga el frasco en la posición correcta. Retire la jeringuilla haciéndola girar.
	Consejos adicionales • Use siempre la jeringuilla para uso oral proporcionada para asegurarse de medir la cantidad correcta. • Las dosis frecuentes son: • 5 mg (0.25 ml) • 10 mg (0.5 ml) • 15 mg (0.75 ml) • 20 mg (1 ml)
 Figure H	Pasos (continuación) 5. Colóquese la punta de la jeringuilla en la boca. 6. Tome el medicamento empujando lentamente el émbolo hasta que la jeringuilla esté vacía. 7. Una vez administrado el medicamento, enjuague la jeringuilla con agua. 8. Deje el tapón en el frasco. Vuelva a tapar bien el frasco con la tapa suministrada.

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día. Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Información específica sobre fármacos

Parche transdérmico de fentanilo para el manejo del dolor

Acerca del parche transdérmico de fentanilo

El fentanilo es un parche transdérmico de opioide utilizado para el manejo del dolor persistente de moderado a intenso.

- El nombre comercial es Duragesic®.
- Se receta a personas que ya están usando un opioide oral para el alivio del dolor.

Cómo funciona

- Después de aplicar el parche transdérmico de fentanilo, el medicamento pasa a través de la piel a la “capa grasa” de la piel y, desde allí, se absorbe en el cuerpo.
- Se debe acumular cierta cantidad de medicamento en la piel antes de que se absorba suficiente medicamento para proporcionar alivio del dolor en el cuerpo.
- Pueden pasar entre 12 y 24 horas antes de que la primera dosis de fentanilo comience a actuar.
- Es posible que necesite tomar un opioide oral de acción rápida por vía oral para aliviar el dolor mientras se ajusta su dosis de fentanilo.
- Los parches transdérmicos se cambian cada 72 horas (o 48 horas) según lo recetado por su médico.
- Cuando es el momento de cambiar el parche transdérmico, sigue habiendo medicamento en el parche que está pasando al cuerpo. Sin embargo, se calcula que la cantidad de medicamento restante en el parche transdérmico puede no ser suficiente para manejar completamente su dolor después de 72 horas.

Cómo aplicar el parche transdérmico

Los parches transdérmicos de fentanilo se aplican sobre la piel. Es importante que se apliquen correctamente para que el medicamento se absorba adecuadamente en la piel.

- **Dónde aplicar el parche transdérmico**
 - El parche transdérmico puede aplicarse en una zona plana del pecho, la espalda o la parte superior del brazo.
 - Si va a colocar el parche transdérmico en una persona con disminución del estado de alerta mental (está confusa o agitada), elija un lugar de la espalda.
 - NO aplicar directamente sobre un hueso, como la clavícula. El medicamento funciona mejor si hay algo de “tejido graso” bajo la piel.
 - Elija un lugar en el que la piel no sea muy grasa y no presente cicatrices, cortes ni quemaduras.
- **Aplicación**
 - Si es necesario, limpie la piel con agua. NO use jabón, limpiadores, lociones ni nada que contenga aceites o alcohol. Deje secar completamente.
 - El parche transdérmico permanecerá en su lugar mejor si se aplica en una zona con poco o ningún vello. Si es necesario, puede recortar el vello con unas tijeras, pero NO lo afeite.
 - Retire el revestimiento que cubre el lado adhesivo del parche transdérmico. (Tenga cuidado de no tocar el lado que va contra la piel).
 - Presione el parche transdérmico firmemente en su sitio con la palma de la mano y sosténgalo durante al menos 30 segundos.
 - Asegúrese de que toda la superficie adhesiva esté adherida a la piel (especialmente los bordes).
 - Lávese las manos con agua y jabón.
- **Si tiene dificultades para que el parche transdérmico se pegue**
 - Se puede aplicar cinta de primeros auxilios SOLAMENTE en los bordes del parche transdérmico. NO cubra con cinta adhesiva todo el parche transdérmico.
 - Si se cae después de la aplicación, deseche el parche transdérmico (consulte Capacitación de seguridad: eliminación segura de medicamentos) y aplique uno nuevo.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

- **Reaplicación**
 - Siga las instrucciones del médico sobre la frecuencia con la que se debe aplicar un nuevo parche transdérmico.
 - Por lo general, los parches transdérmicos se cambian cada 72 horas (3 días).
 - Retire el parche transdérmico antiguo antes de aplicar uno nuevo, ya que los parches transdérmicos antiguos siguen conteniendo algo de medicamento (consulte la página 55).
 - Elija un nuevo lugar y siga el procedimiento de aplicación.
- **Manipulación segura**
 - No corte ni utilice parches transdérmicos dañados. Si el parche transdérmico pierde gel, lávese bien la piel afectada con mucha agua (sin jabón) y comuníquese con el personal de enfermería.
 - **Los parches transdérmicos usados aún contienen medicamento activo y suponen un peligro para los demás.**
 - Almacene los parches transdérmicos en una zona en la que la temperatura no supere los 77 °F.
- **Aplicación segura**
 - No use más parches transdérmicos de los recetados. Retire el parche transdérmico antiguo antes de aplicar el nuevo.
 - Evite el calor en el lugar de colocación del parche transdérmico (exposición excesiva al sol, saunas, bañeras calientes, compresas térmicas, mantas eléctricas, etc.). El cuerpo puede absorber demasiado medicamento con el calor excesivo.
 - Evite cubrir con ropa ajustada el lugar del parche transdérmico.
- **Llame a Trustbridge inmediatamente en caso de fiebre superior a los 102 °F.** La fiebre puede hacer que el medicamento se absorba más rápidamente de lo indicado.

¿Qué ocurre si se me olvida cambiar el parche transdérmico o lo cambio demasiado pronto?

- **Dosis omitida: se olvidó de cambiar el parche transdérmico.**
 - Coloque uno nuevo tan pronto como pueda.
 - NO coloque parches transdérmicos adicionales para compensar la dosis.
 - Informe a Trustbridge. Es posible que aún esté recibiendo algún beneficio del medicamento que permanece en el parche transdérmico, pero la dosis puede no ser suficientemente alta como para manejar su dolor. Es posible que tenga que disponer de un opioide oral de acción rápida para el alivio inmediato del dolor.
- **El parche transdérmico se cambió demasiado pronto.**
 - Cambiar el parche transdérmico demasiado pronto no provocará una sobredosis.
 - Cambiar el parche transdérmico antes de tiempo no proporcionará más alivio del dolor.
 - Informe a Trustbridge. Esto puede significar que será necesario resurtir el fentanilo antes.
- **Olvidó quitarse el parche transdérmico antiguo: llevaba varios parches transdérmicos.**
 - Llame a Trustbridge al 1.888.441.4040.
 - Esté atento a signos de sedación o a cualquiera de los efectos secundarios que se enumeran a continuación.

Efectos secundarios

- Los efectos secundarios frecuentes son los mismos que los de otros opioides. Consulte las páginas anteriores.
- **Comuníquese con Trustbridge inmediatamente** si experimenta alguno de los siguientes síntomas:
 - Dificultad para respirar o respiración muy lenta.
 - Mareos, desmayos o confusión significativos.
 - Latido cardíaco lento o rápido.
 - Dolor de cabeza intenso.
 - Dolor de pecho.
 - Hinchazón de brazos o piernas o aumento de peso inusual.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Interacciones entre alimentos y fármacos

- **No coma pomelo ni beba jugo de pomelo mientras esté tomando este medicamento.**
- Asegúrese de avisar al personal de enfermería si realiza algún cambio en sus medicamentos con receta o si ha añadido nuevos productos a base de hierbas, vitaminas o medicamentos de venta sin receta, incluido el consumo de alcohol.

Precauciones de seguridad

- **Inquietudes sobre la seguridad de niños y mascotas.**
 - Guarde los parches transdérmicos de forma segura y lejos de niños y mascotas.
 - No deje que los niños le vean aplicar el parche transdérmico.
 - No se refiera al parche transdérmico como una pegatina. Esto puede animar a los niños a imitar sus acciones.
 - No lo aplique en zonas del cuerpo donde los niños puedan verlo. Hay niños que les han quitado los parches transdérmicos a adultos y se los han puesto en la boca o en el cuerpo, con resultados mortales.
- **Si se mastica, se succiona o se ingiere un parche transdérmico, busque atención médica inmediata.**

Eliminación de los parches transdérmicos usados: los parches transdérmicos usados todavía contienen medicamento activo. Proteja a los demás desechando los parches transdérmicos usados de forma segura plegando los lados adhesivos juntos y tirándolos inmediatamente por el inodoro.

Los parches transdérmicos USADOS son la única excepción a la regla de eliminación segura de medicamentos. Deben destruirse tirándolos por el inodoro. NO los coloque en la basura.



Metadona para el manejo del dolor

Acerca de la metadona

La metadona se utiliza para aliviar el dolor intenso. Los nombres comerciales incluyen Dolophine® y Methadose®.

- Se puede tardar aproximadamente 1 semana en alcanzar el efecto completo de alivio del dolor.
- **NO** tome dosis adicionales de metadona a menos que se lo recete su médico. Esto puede aumentar los efectos secundarios y causar toxicidad por metadona.
- Si sigue teniendo dolor después de tomar sus medicamentos, comuníquese con Trustbridge llamando al 1.888.441.4040.

Administración

- La metadona se debe tomar exactamente como se la haya recetado su médico.
- Los comprimidos pueden triturarse si no puede tragarlos. El comprimido triturado se puede poner en puré de manzana para ayudar a tragar.
- Si le recetan solución oral de metadona líquida, use el dispositivo de medición proporcionado para medir con precisión la dosis recetada (no use cucharas de uso doméstico).
- Si se salta una dosis, **NO** duplique las dosis. Comuníquese con el personal de enfermería para saber cómo continuar con su medicamento.

Efectos secundarios

- Los efectos secundarios frecuentes son los mismos que los de otros opioides. Consulte las páginas anteriores.
- **Comuníquese con Trustbridge inmediatamente** si experimenta alguno de los siguientes síntomas:
 - Respiración difícil o lenta.
 - Problemas para mantenerse despierto.
 - Latido cardíaco rápido.
 - Mareos o pérdida de conciencia inusuales o extremos.
 - Somnolencia excesiva o dificultad para despertarse.
 - Ronquidos fuertes o inusuales (no sus hábitos de sueño típicos).
 - Signos de reacción alérgica: erupción cutánea, urticaria, hinchazón.

Interacciones entre alimentos y fármacos

- La metadona interactúa con ciertos medicamentos con receta, medicamentos de venta sin receta y suplementos de vitaminas/hierbas. Estas interacciones pueden provocar un aumento de los efectos secundarios y una posible toxicidad.
- Es importante que proporcione al personal de enfermería una lista completa de todos sus medicamentos, incluido si tiene previsto interrumpir, cambiar o añadir algún medicamento nuevo.

Precauciones de seguridad

- La metadona siempre debe almacenarse en un lugar seguro fuera del alcance de los niños.
- No guarde la metadona a la vista (mesada de la cocina, baño o lugares obvios).
- Una dosis única de metadona puede ser muy perjudicial para una persona que no está acostumbrada a recibirla.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Inquietud/agitación

DEFINICIÓN	INQUIETUD: incapacidad de descansar, relajarse o concentrarse. AGITACIÓN: inquietud extrema. Es posible que se observe inquietud y/o agitación en las horas o días anteriores a la muerte.
SIGNOS Y SÍNTOMAS	- Inquietud. - Moverse nerviosamente, ir de un lugar a otro sin saber por qué. - Falta de sueño. - Incapacidad para concentrarse. - Incapacidad para sentirse cómodo. - Intentar levantarse de la cama sin saber por qué. - Contracción muscular. - Muecas. - Tirar o tironear de sábanas, cobertores o ropa.
COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	- Ofrézcale tranquilidad frecuente. - Relajación: - Mantenga el entorno tranquilo: reproduzca música tranquila. - Reduzca el número de visitantes. - Lea sus historias favoritas, poemas, etc., con una voz tranquila. - Ofrezca oración o meditación, si corresponde a las creencias de la persona. - Sostenga la mano de la persona. - El masaje en manos o pies puede ser útil. - Mantenga a la persona segura. Si la persona se levanta de la cama, no la deje sola. - Tomar/administrar medicamentos según lo solicitado. Notificar a Trustbridge si la inquietud/agitación no se alivia, es nueva o empeora. A veces, la agitación es una respuesta a las molestias físicas. Antes de llamar a Trustbridge, sería útil que pudiera recopilar la siguiente información para dársela al personal de enfermería. ¿Es este comportamiento nuevo o repentino? ¿Está aumentando la intensidad y la duración de la agitación? ¿Está estreñida la persona? ¿Cuándo fue la última deposición de la persona? ¿Puede describirla? ¿Cuándo fue la última vez que la persona orinó? (¿Tuvo un pañal mojado u orinó?) ¿La persona está bebiendo líquidos? ¿La persona tiene dificultades para tragar? ¿Puede tomar medicamentos? ¿La persona está recibiendo algún medicamento nuevo? ¿Algún medicamento para la agitación? Si es así, ¿qué medicamento y cuándo fue la última dosis?

Dificultad para respirar/falta de aliento

DEFINICIÓN	La DIFICULTAD PARA RESPIRAR/FALTA DE ALIENTO es una percepción subjetiva (personal) incómoda de la respiración. Puede describirse como no expulsar suficiente aire (una sensación de que no se puede recuperar el aliento, como si las paredes de la habitación se acercaran o no hubiese suficiente aire en la habitación). La falta de aliento no está necesariamente relacionada con el aspecto de una persona o con un nivel bajo de oxígeno. El término médico utilizado para esto es disnea.
CAUSAS	Las dificultades respiratorias pueden tener muchas causas, como las siguientes: • Enfermedades que afectan a los pulmones o al sistema cardíaco. • Acumulación de líquido en las cavidades cercanas a los pulmones, que los comprime. • Cambios naturales en la química cerebral al final de la vida, que provocan diversos cambios en el patrón respiratorio. Independientemente de la causa, la falta de aliento a menudo causa ansiedad, y la ansiedad aumenta las demandas de oxígeno del cuerpo, lo que empeora la falta de aliento. Tratar tanto la falta de aliento como la ansiedad ayuda a aliviar los síntomas.
SIGNOS Y SÍNTOMAS	• Sensación de estar “jadeante” o no poder hablar con frases completas. • Sentarse con las manos sobre las rodillas, o sobre el costado de la cama, apoyado sobre la mesita de noche para respirar. • Utilizar los músculos del cuello, hombro, pecho y abdomen para respirar. • Sentimientos de ansiedad o miedo. Puede parecer estresado, ansioso y asustado. • Los labios y los lechos de las uñas pueden verse de color azulado y las extremidades pueden estar frías y/o “moteadas”.
COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	• La posición es importante. • Siéntese en una silla o en un sillón reclinable. Si es capaz, intente ponerse de pie e inclinarse hacia delante sobre una mesa o hacia delante con las manos sobre las rodillas. • Mientras esté acostado en la cama, eleve la cabeza sobre almohadas o levante la cabecera de una cama eléctrica. • Mantenga la habitación fresca. Utilice aire acondicionado en lugar de ventanas y puertas abiertas. • Aumente el movimiento de aire. Dirija un ventilador para que sople suavemente en la mejilla. • Aplique un paño frío en la cabeza o el cuello. • Relájese. • Mantenga el entorno tranquilo; intente poner música calmante. • Utilice actividades relajantes como la oración o la meditación. • El masaje en manos o pies puede ser útil. • Respiración con los labios fruncidos: respire lenta y profundamente. Tome aire por la nariz y, a continuación, exhale lentamente y con suavidad a través de los labios “fruncidos” (como si fuera a silbar). La exhalación debe llevar más tiempo que la inhalación. • Tome los medicamentos según lo indicado. Notifique a Trustbridge si su falta de aliento no se alivia o empeora.

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Tos o secreciones excesivas

DEFINICIÓN	La tos es la forma que tiene su cuerpo de responder cuando algo irrita la garganta o las vías respiratorias. El cerebro indica a los músculos del pecho y el abdomen que expulsen el aire de los pulmones para forzar la expulsión del elemento irritante. La tos puede ser húmeda (a causa de la mucosidad) o seca. A medida que los procesos de la enfermedad progresan, pueden observarse secreciones terminales. Las secreciones terminales son respiraciones ruidosas, húmedas y traqueteantes, que pueden sonar como congestión grave. Este sonido distintivo es el resultado de un aumento de la debilidad muscular general y de la incapacidad de la persona para tragar o toser con eficacia suficiente para eliminar la saliva. Como resultado, la saliva se acumula en la parte posterior de la garganta. El sonido puede ser estresante al oírlo pero normalmente no causa dolor ni molestias a la persona. (Consulte en la página 72 la sección “Congestión y cambios en la respiración”).
CAUSAS	La tos frecuente normalmente indica la presencia de una enfermedad. Hay muchas causas para la tos crónica (repetida), entre las que se incluyen: • Alergias o goteo posnasal. • Reflujo gastroesofágico (RGE). • Debilidad muscular e incapacidad para tragar de forma eficaz. • Enfermedades que afectan a los pulmones. • Infección. La tos crónica puede aumentar las molestias de una persona, causando dolor, pérdida de sueño, aumento del cansancio y/o aumento de la falta de aliento.
COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	1. La posición es importante. Mantenga la cabeza elevada: a. Siéntese en una silla o en un sillón reclinable. b. Mientras esté acostado en la cama, eleve la cabeza sobre almohadas o levante la cabecera de una cama eléctrica. 2. Mantenga la habitación fresca. Utilice aire acondicionado en lugar de abrir ventanas y puertas. 3. Elimine de la sala materiales con fragancia intensa, como velas aromatizadas, desodorizantes de ambiente, aceites aromáticos, flores y perfumes. Evite el humo del tabaco (tabaquismo o tabaquismo pasivo). 4. Si no hay dificultad para tragar o atragantamiento: a. Aliente el consumo de líquidos (evite los productos lácteos). Los líquidos calientes como el caldo, té o jugo de limón pueden calmar la garganta. b. Tome miel. Una cucharadita de miel puede ayudar a aliviar la tos. c. Succione caramelos duros o pastillas. 5. Humidifique el aire. Utilice un vaporizador o tome una ducha con vapor. 6. Tome los medicamentos según lo indicado. 7. Informe a Trustbridge si su tos no se alivia o empeora.

Náuseas o vómitos

DEFINICIÓN	Las NÁUSEAS son una sensación desagradable en forma de onda en el estómago que puede verse seguida de vómitos o no. EI VÓMITO es el vaciado repentino y forzoso del contenido estomacal que puede estar precedido o no de náuseas.
CAUSAS	Las náuseas pueden desencadenarse por: • Olores ofensivos, el sabor o la vista de ciertos alimentos. • Medicamentos como los analgésicos opioides, los antibióticos y los antiinflamatorios no esteroideos, como ibuprofeno, Advil, Aleve y Naprosyn. • Estreñimiento u obstrucción intestinal. • Presión en el estómago desde otros órganos agrandados o un crecimiento.
COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	1. No intente comer hasta que el síntoma desaparezca. 2. Intente beber: • Sorbos de agua o hielo triturado. • Sorbos de bebidas carbonatadas que se han quedado sin burbujas. • Líquidos calientes como té tibio, si se toleran. • Bebidas deportivas (como Gatorade). 3. Evite: • Ingerir alimentos hasta poder tolerar sorbos de líquido. • Jugos (naranja, arándano, uva, manzana, etc.). • Leche o productos lácteos. • Alimentos calientes (los alimentos fríos o a temperatura ambiente pueden tolerarse mejor). • Alimentos picantes y/o fritos. • Alimentos con olores fuertes (pescado, etc.). 4. Intente comer: • Alimentos insípidos (tostadas secas, arroz, patatas al horno). • Alimentos salados (galletitas saladas, caldo de pollo). • Comidas pequeñas o pequeños tentempiés frecuentes. 5. El estreñimiento puede causar náuseas y vómitos; consulte la sección sobre estreñimiento. 6. Asegúrese de que su entorno sea cómodo. • Evite los olores fuertes, como perfumes y desodorizantes. • Mantenga una temperatura ambiente cómoda (enfriar la habitación puede ser útil). • Aumente el flujo de aire utilizando un ventilador en la habitación. 7. Proporcione cuidado bucal frecuente. 8. Participe en actividades relajantes. 9. Tome los medicamentos según lo indicado. 10. Notifique a Trustbridge si las náuseas/vómitos no se alivian, son nuevas o empeoran.

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Estreñimiento y diarrea

DEFINICIÓN	Las expresiones “heces”, “excrementos”, “deposiciones”, “caca” y “n.º 2” son términos comunes para referirse a la forma en que el cuerpo elimina los residuos y las toxinas del organismo. El número de veces que una persona defeca varía según la persona. No hay ningún número específico que sea normal. La mayoría de las personas defecan al menos tres o más veces por semana.	
CAUSAS	El estreñimiento puede ser causado por la disminución de la actividad, la disminución del apetito, comer y beber menos, medicamentos, infecciones y, a veces, el proceso de la enfermedad. Los analgésicos opioides a menudo causan estreñimiento. La diarrea puede deberse a que el agua del intestino no se reabsorbe en el cuerpo. A veces se produce cuando una persona está estreñida y las heces obstruyen el intestino. En esta situación, el líquido fluye alrededor de la obstrucción causada por las heces. El personal de enfermería puede ayudar a evaluar si esta es la causa.	
SIGNOS Y SÍNTOMAS	Estreñimiento • Deposiciones menos frecuentes. • Más pequeñas, más duras, más secas, más difíciles de expulsar. • Sensación de hinchazón, presión o sensación de recto lleno. • Ausencia de deposiciones durante más de 3 días. Diarrea • Más de tres deposiciones líquidas al día.	
Escala de heces de Bristol		
Tipo 1	Trozos duros separados, similares a las nueces (difíciles de expulsar).	
Tipo 2	Trozos con forma de salchicha, pero compuesta por fragmentos.	
Tipo 3	Trozo con forma de salchicha, pero con grietas en la superficie.	
Tipo 4	Trozo con forma de salchicha o serpiente, liso y blando.	
Tipo 5	Masas blandas y con bordes definidos (fáciles de expulsar).	
Tipo 6	Trozos viscosos con bordes irregulares, heces pastosas.	
Tipo 7	Heces acuosas, sin trozos sólidos, completamente líquidas.	

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día. Simplemente llame al 1-888-441-4040.

COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	Estreñimiento - Aumente la ingesta de agua. - Beba jugo de pasas de ciruela o fruta tibio. - Coma verduras frescas, fruta fresca, trigo entero y cereales integrales. - Aumente la actividad. Si está postrado en la cama, cambie de posición con frecuencia y realice ejercicio activo o pasivo (movimientos) de piernas y brazos. - Pruebe la pasta de frutas (la receta se encuentra a continuación) para estimular la deposición. Diarrea - Coma arroz blanco, plátanos, queso fresco, puré de manzana, patatas al horno, cereales cocinados, pasta o tostadas de pan blanco. - La adición de nuez moscada a los alimentos hace más lento el tránsito de las deposiciones en el intestino. - Evite la cafeína, el alcohol, la leche, los líquidos muy calientes o muy fríos. - Beba líquidos transparentes, caldo y bebidas rehidratantes como Gatorade.								
EL MÉDICO PUEDE INDICAR, SI CORRESPONDE	☐ Laxante para el estreñimiento (puede indicarse a diario o a demanda). ☐ Supositorio rectal para estimular las deposiciones (para el estreñimiento). ☐ Enema para estimular las deposiciones. ☐ Medicamento antidiarreico.								
RECETA DE PASTA DE FRUTAS PARA EL ESTREÑIMIENTO	Ingredientes: <table><tr><td>1 libra de ciruelas pasas</td><td>1 libra de higos</td><td>1 taza de azúcar moreno</td></tr><tr><td>1 libra de pasas de uva sin semilla</td><td>4 onzas de té de senna</td><td>1 taza de jugo de limón</td></tr></table>			1 libra de ciruelas pasas	1 libra de higos	1 taza de azúcar moreno	1 libra de pasas de uva sin semilla	4 onzas de té de senna	1 taza de jugo de limón
	1 libra de ciruelas pasas	1 libra de higos	1 taza de azúcar moreno						
1 libra de pasas de uva sin semilla	4 onzas de té de senna	1 taza de jugo de limón							
	Instrucciones - Prepare el té: añada 2 tazas y media de agua hirviendo a 4 onzas de té. Deje en infusión durante 5 minutos. Cuele el té para eliminar las hojas. - Mida 2 tazas de té y colóquelas en una olla grande. - Añada la fruta al té en la olla. - Hierva la fruta y el té durante 5 minutos. - Retírelos del calor. - Añada el azúcar y el jugo de limón. - Deje que se enfríen. - Procese la mezcla de frutas hasta formar una pasta con un procesador de alimentos o mezclador. - Congele la pasta de frutas en un envase de plástico. La mezcla se conservará por tiempo indefinido en el congelador. - Saque con una cuchara la cantidad requerida diariamente o a demanda. Coma la pasta sola, sobre pan u otros alimentos, o añada agua caliente para preparar una bebida. La cantidad de pasta puede aumentarse o disminuirse hasta que se logre una función intestinal satisfactoria.								

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Lesión por presión cutánea

Una parte esencial de la atención que ofrecemos a su ser querido es el tratamiento de la integridad de la piel, las lesiones de la piel y las heridas nuevas o existentes. El personal de enfermería que trabaja con usted y su ser querido es experto en el uso de los productos disponibles para esto. Están encantados de que hable con ellos, y le animan a hacerlo, sobre el tratamiento de la piel, para que usted pueda estar seguro de que se está haciendo lo mejor para su ser querido en todo momento.

Las heridas (lesiones por presión) en pacientes que reciben cuidados paliativos no son necesariamente una indicación de fracaso de la atención, sino más frecuentemente un síntoma de fallo multiorgánico. Muchos pacientes que reciben cuidados paliativos presentarán una “úlcer terminal de Kennedy”. Esta úlcera normalmente se desarrolla en el sacro. Suele aparecer de forma repentina, puede ser en forma de pera, mariposa o herradura, con un contorno irregular y un color negro, rojo, morado o amarillo.

DEFINICIÓN	La piel es el órgano más grande del cuerpo. La lesión localizada o el daño en la piel y/o el tejido blando subyacente (normalmente sobre una prominencia ósea) se denomina lesión por presión. La piel lesionada puede estar intacta o tener una herida abierta.	
CAUSAS	Los pacientes que reciben cuidados paliativos tienen un alto riesgo de sufrir lesiones por presión por las siguientes razones: • Enfermedades: como diabetes, vasculopatía periférica y cáncer. • Nutrición e hidratación comprometidas: la piel se vuelve cada vez más frágil cuando la nutrición y la hidratación se deterioran. • Reducción de la circulación: causada por enfermedad, edad y “apagado”. • Edad: produce una piel cada vez más frágil y una menor respuesta de cicatrización. • Estrés mecánico en la piel: la presión, la fricción y el cizallamiento causados por permanecer mucho tiempo sentado, acostado o en movimiento contra las sábanas de la cama pueden provocar la descomposición de la piel. • Cambios en la temperatura de la herida: los cambios frecuentes de los vendajes ponen en peligro el manejo efectivo de las heridas. Las heridas tardan 5 horas en volver a una temperatura de curación ideal después de un cambio de apósito. • Sequedad o humedad de la piel: es importante hidratar la piel seca para evitar las lesiones y mantener secas las zonas húmedas. Ejemplo: permitir que la persona permanezca en prendas interiores para la incontinencia húmedas durante un período prolongado de tiempo puede provocar la lesión de la piel. • Medicamentos: algunos medicamentos, como los anticoagulantes y los medicamentos de quimioterapia, pueden ralentizar la cicatrización.	
SIGNOS Y SÍNTOMAS	• Enrojecimiento o cambio de coloración de la piel intacta. • Ampollas. • Abrasión de la piel. • “Llaga” abierta.	
COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	Cuatro objetivos del cuidado de la piel: • Limpiar • Use productos con pH equilibrado como Cetaphil (consulte al personal de enfermería). • Evite el jabón que desintegra la barrera ácida natural de la piel que protege contra la sequedad, la irritación y las lesiones. • Hidratar • A medida que la piel envejece y el cuerpo “se apaga” al final de la vida, la piel puede secarse. • La promoción de la comodidad mediante el uso de productos hidratantes contrarresta los efectos de la deshidratación sistémica y reduce los desgarros cutáneos. • Evite el masaje vigoroso de piel seca y frágil.	

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día. Simplemente llame al 1-888-441-4040.

COSAS QUE PUEDE HACER AHORA POR LA PERSONA	• Proteger • La incontinencia, la sudoración y la supuración de la herida pueden provocar la lesión de la piel. • La descomposición química es causada por las heces, la orina y la supuración de la herida. • Utilice cremas o ungüentos protectores. • Reduzca la presión y evite la fricción. • Cambie la posición con frecuencia (al menos cada 2 horas). • Evite la fricción y el cizallamiento cuando mueva a una persona incapaz de moverse (pregúntele cómo al personal de enfermería). • Nutrir y curar • El objetivo de curar una lesión por presión es que la herida cicatrice de abajo hacia arriba. • En Trustbridge utilizamos los productos para el cuidado de las heridas más actualizados y clínicamente probados para tratar y, cuando sea posible, curar las heridas. Los vendajes modernos para heridas están diseñados para estimular los procesos naturales del cuerpo para promover condiciones de curación ideales. • NO cambie los vendajes con mayor frecuencia de la indicada. La mayoría de los vendajes utilizados por Trustbridge están diseñados para cambiarse al menos cada 5 a 7 días. Los tiempos más largos entre los cambios de vendajes tienen el beneficio adicional de una mayor comodidad para su ser querido, porque necesitará menos cambios de vendajes, que pueden ser incómodos. • Los cambios diarios de los vendajes dificultan el manejo eficaz de las heridas. • En raras circunstancias, el personal de enfermería y/o el médico pueden indicar cambios más regulares o cambiar el vendaje superior si el 75 % del vendaje está sucio. Notifique a Trustbridge si la lesión cutánea es nueva o empeora.
EL MÉDICO PUEDE INDICAR, SI CORRESPONDE	☐ Vendajes de heridas específicos y pedidos específicos de cambio de vendajes.



Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día. Simplemente llame al 1-888-441-4040.

El uso de anticoagulantes (“diluyentes de la sangre”)

Definición

Un anticoagulante es un fármaco que se utiliza para ralentizar o inhibir la capacidad del organismo para formar coágulos sanguíneos. El objetivo es reducir el riesgo de formación de coágulos de sangre en pacientes con un alto riesgo de infarto de miocardio, accidente cerebrovascular o coágulos de sangre en las piernas o los pulmones.

Objetivos de la atención

- A la mayoría de los pacientes que toman medicamentos para reducir el riesgo de coagulación se les han recetado estos fármacos antes de su ingreso en cuidados paliativos.
- Como con todos los medicamentos, el plan de atención de cada persona es específico para sus necesidades.
- Su equipo de cuidados paliativos revisará su plan de atención regularmente. Su plan de atención incluye medicamentos. Hay beneficios y cargas relacionados con cada medicamento. Estos beneficios y cargas cambian a medida que cambia el proceso de la enfermedad. Su equipo supervisará y discutirá los beneficios y las cargas que presente el tratamiento con anticoagulantes a medida que cambien sus necesidades.

Efectos secundarios

Es importante que esté atento a posibles signos de sangrado y que los notifique al personal de enfermería si experimenta algo de lo siguiente:

- Moretones inusuales o que se forman con facilidad.
- Orina rosa o marrón.
- Sangrado prolongado de las encías. (Asegúrese de utilizar un cepillo de dientes suave y no utilice palillos de dientes).
- Sangrados nasales excesivos o sangrado tras un corte menor que no se detiene en unos minutos. (Tenga cuidado al usar objetos afilados, como cuchillas de afeitar, cuchillos y tijeras).
- Toser o vomitar sangre, o vómito que parece borra de café.
- Heces sanguinolentas o negras similares al alquitrán.
- Sangrado vaginal más abundante o anormal.
- Mareo o sensación de desmayo.
- Dolor inusual, opresión, molestias o dolor fuerte en el pecho.
- Dolor articular inusual.
- Fiebre.
- Malestar estomacal que no desaparece.
- Dolor de cabeza.
- Debe informar al personal de enfermería si se cae o se golpea la cabeza, aunque se sienta bien.

Efectos secundarios frecuentes de los anticoagulantes inyectables (además de los anteriores). **Póngase en contacto con Trustbridge o informe al personal de enfermería si identifica alguna de las siguientes situaciones:**

- Dolor, enrojecimiento, hinchazón, ardor, calor, cambio de coloración, supuración o cualquier signo de reacción o infección en el lugar de la inyección.

Signos de reacción alérgica

Comuníquese con Trustbridge inmediatamente si experimenta algo de lo siguiente:

- Dificultad para respirar o tragar.
- Urticaria, picazón o erupción cutánea.
- Hinchazón de cara, garganta, lengua, labios, ojos, brazos, manos, pies, tobillos o pantorrillas.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Signos de formación de coágulos

Si tiene alguno de los siguientes, informe al personal de enfermería inmediatamente:

- Calor, hinchazón o sensibilidad en cualquiera de sus brazos o piernas.
- Cambio en la visión, coloración amarillenta de los ojos o la piel.
- Tos, fiebre, dolor intenso del pecho o debilidad en un lado del cuerpo.
- Manchas en la piel de color rojizo-morado (brazos, piernas, dedos de los pies, estómago).
- Falta de aliento.
- Mareos, confusión.

Interacciones entre alimentos y fármacos

- Ciertos medicamentos con receta, medicamentos de venta libre y suplementos de vitaminas/hierbas pueden interactuar con los anticoagulantes orales y afectar su funcionamiento.
- Proporcione al personal de enfermería una lista completa de **TODOS** sus medicamentos, incluido si tiene previsto interrumpir, cambiar o añadir algún medicamento nuevo.
- **Los siguientes factores pueden aumentar el riesgo de sangrado si se toman mientras se usa un medicamento anticoagulante.** Si su médico **NO** le ha recetado estos medicamentos, comuníquese con el personal de enfermería antes de usarlos.
 - Aspirina.
 - Ibuprofeno (Motrin, Advil) o naproxeno (Aleve).
 - Plavix (clopidogrel).
 - Consumo de alcohol.

Información específica e importante sobre fármacos

Anticoagulantes orales

Estos medicamentos se toman por vía oral para ayudar a evitar que la sangre coagule. Estos incluyen **Pradaxa® (dabigatrán)**, **Xarelto® (rivaroxabán)**, **Eliquis® (apixabán)** y **Savaysa® (edoxabán)**.

¿Cómo tomo este medicamento?

- Tome el medicamento exactamente como se lo haya recetado su médico a la misma hora cada día.
- NO se salte una dosis.
- Si se salta una dosis, NO duplique las dosis. Comuníquese con el personal de enfermería para recibir instrucciones sobre cómo continuar.
- El uso de un calendario puede ayudarle a recordar tomar su medicamento.
- No interrumpa su medicamento a menos que se lo indique su médico, ya que esto puede provocar un futuro coágulo de sangre.

Pradaxa® (dabigatrán):

- **NO** rompa, mastique ni abra las cápsulas. Trague las cápsulas enteras con un vaso lleno de agua.
- Conserve Pradaxa en su envase original para protegerlo de la humedad.

Xarelto® (rivaroxabán):

- Tómelo con alimentos.
- Puede triturarse y añadirse al agua para hacer una suspensión acuosa o triturarse y tomarse con puré de manzana.
- Evite el pomelo y el jugo de pomelo.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Eliquis® (apixabán):

- Tómelo con o sin alimentos.
- Se puede triturar y añadir al agua para hacer una suspensión acuosa.
- Evite el pomelo y el jugo de pomelo.

Savaysa® (edoxabán):

- Tómelo con o sin alimentos.

¿Tengo que hacerme análisis/controlarme mientras tomo este medicamento?

Por lo general, esto no es necesario, pero dependiendo del anticoagulante oral específico que esté tomando, su médico puede solicitar un análisis para medir cómo funciona el anticoagulante, o un examen físico para evaluar los efectos secundarios del tratamiento.

Si cumple alguno de los siguientes requisitos, asegúrese de notificar al personal de enfermería:

- Ha tenido un problema de sangrado pasado o presente.
- Se le ha reemplazado alguna vez una válvula cardíaca.

Coumadin® y Jantoven® (warfarina)

Otro medicamento tomado por vía oral para ayudar a prevenir la coagulación de la sangre es la warfarina; los nombres comerciales son Coumadin y Jantoven.

¿Cómo tomo este medicamento?

- Tome el medicamento exactamente como se lo haya recetado su médico a la misma hora cada día.
- NO se salte una dosis.
- Si se salta una dosis, NO duplique las dosis. Comuníquese con el personal de enfermería para recibir instrucciones sobre cómo continuar.
- El uso de un calendario puede ayudarle a recordar tomar su medicamento.
- No interrumpa su medicamento a menos que se lo indique su médico, ya que esto puede provocar un futuro coágulo de sangre.

¿Tengo que hacerme análisis/controlarme mientras tomo este medicamento?

- Su médico puede solicitar un análisis de sangre para comprobar cómo está funcionando la warfarina.

Interacciones entre la warfarina y los alimentos:

- Los alimentos con alto contenido de vitamina K pueden afectar al funcionamiento de la warfarina. Si algunos de estos alimentos forman parte regular de su dieta, no es necesario reducirlos ni eliminarlos. Coma lo que come normalmente y no haga cambios importantes en su dieta sin llamar a su médico. Los alimentos que afectan a los niveles de warfarina incluyen:
 - Verduras verdes como brócoli, col, coles de Bruselas, cebollas verdes y verduras de hoja como lechuga, espinaca, hojas de nabo/berza/mostaza, perejil y col rizada.
 - Hígado (ternera y cerdo).
 - Aceites como la mayonesa, la margarina y muchos aceites de cocina.

Anticoagulantes inyectables

La enoxaparina (Lovenox), la dalteparina (Fragmin), el fondaparinux (Arixtra) y la heparina son tipos de medicamentos inyectables utilizados para prevenir los coágulos de sangre.

¿Tengo que hacerme análisis/controlarme mientras tomo este medicamento?

Dependiendo del medicamento que esté tomando, el médico puede solicitar un análisis de sangre o realizar un examen físico para comprobar cómo está funcionando el medicamento.

Si se encuentra en alguna de las siguientes circunstancias, notifíquelo inmediatamente al personal de enfermería para verificar el uso de este medicamento:

- Problema de sangrado pasado o presente.
- Reemplazo de válvula cardíaca (mecánica o prótesis), cardiopatía o presión arterial alta.
- Problemas renales o hepáticos.
- Alergias al maíz o a productos porcinos (**NO administrar** heparina).

¿Qué debo hacer si omito una dosis?

Comuníquese con el personal de enfermería para recibir instrucciones sobre cómo continuar con su medicamento. **Nunca** administre una dosis doble.

¿Cómo debo conservar los anticoagulantes inyectables?

- Conservar a 77 grados (temperatura ambiente) y lejos del calor y la luz directa.
- NO refrigerar ni congelar las jeringuillas. Mantener fuera del alcance de los niños y mascotas.



Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Capacitación sobre cuidados paliativos: Capacitación sobre seguridad

Seguridad y preparación ante desastres

En el caso de un desastre natural o provocado por el hombre, su equipo de Trustbridge estará allí para ayudar y responder a sus necesidades. Animamos a todos los pacientes y a sus familias a tener un plan de emergencia. Debido a que los huracanes son el evento más probable de desastre natural, animamos a todos nuestros pacientes/familias a mantener sus preparativos durante todo el año. Muchos de los preparativos por adelantado para los huracanes pueden ayudarlos a usted y a su familia a estar preparados en caso de otras emergencias.

Los planes deben incluir:

- Plan de evacuación.
- Residencia alternativa.
- Artículos de emergencia y alimentos.
- Suministros médicos y medicamentos.
- Sistema para notificar a familiares y amigos de su ubicación durante una evacuación.

Lenguaje sobre huracanes

- **Temporada de huracanes:** se inicia oficialmente el 1 de junio y finaliza el 30 de noviembre de cada año.
- **Alerta de huracán:** un huracán **puede** afectar a su zona en un plazo de 48 horas. Debe poner en marcha sus preparativos.
- **Advertencia de huracán:** se espera **que el huracán** afecte a su zona en un plazo de 36 horas. Debe acelerar sus preparativos para completarlos.

Determine su necesidad de evacuación

¿Está obligado a evacuar? Los condados de Palm Beach y Broward proporcionan mapas de evacuación anualmente. Las personas que vivan en un área de evacuación designada o en un hogar móvil deben evacuar.

Confirme su plan de “refugio”

Tenga un plan: Tenga un plan para “refugiarse” durante una tormenta. (¿A dónde irá?)

- **Plan A: quédese en casa** si no vive en una zona de evacuación o en una casa móvil y tome precauciones.
- **Plan B: quédese con familiares o amigos locales.** Si planea quedarse con familiares o amigos durante un huracán, tome las siguientes precauciones:
 - Llámelos por adelantado para asegurarse de que estarán listos para usted.
 - Tenga un plan de reserva en caso de que estén fuera de la ciudad.
 - Proporcione su dirección de evacuación al personal de enfermería/equipo de cuidados paliativos.
- **Plan C: vaya a un refugio de necesidades especiales.** Los refugios de necesidades especiales están disponibles en los condados de Palm Beach y Broward para residentes que cumplen criterios médicos específicos y no son apropiados para refugios de población en general. Estos refugios ofrecen asistencia médica y monitoreo BÁSICOS. Las personas adecuadas son aquellas que:
 - Tienen **problemas de salud/médicos menores** que requieren observación, evaluación y mantenimiento profesional.
 - Requieren asistencia con el cuidado personal y/o asistencia con medicamentos, pero no requieren hospitalización ni una institución médica.



Broward



Palm Beach

- Necesitan ayuda con la administración de medicamentos y/o monitoreo de los signos vitales y no pueden hacerlo sin ayuda profesional.
- **El registro previo** para el Programa de necesidades especiales está abierto durante todo el año y se recomienda encarecidamente que se asegure de que el refugio esté debidamente preparado para satisfacer sus necesidades.
- Para ver los refugios del condado de Broward y obtener información sobre ellos, visite <https://www.broward.org/hurricane/Pages/Default.aspx> o escanee el código que aparece a la izquierda.
- Para ver los refugios del condado de Palm Beach y obtener información sobre ellos, visite <https://discover.pbcgov.org/publicsafety/dem/pages/hurricane.aspx> o escanee el código que aparece a la izquierda.

Reunir suministros de desastres

Tanto si se queda en su casa, como si va a quedarse con amigos o familiares, o si planea ir a un refugio, tendrá que reunir suministros con antelación. No espere hasta que se acerque una tormenta para prepararse.

Alerta de huracán

Su equipo de cuidados paliativos confirmará sus planes y pedirá los medicamentos y suministros necesarios para el paciente. Es importante recordar que este será un momento de mucha actividad para todos los implicados. NO espere hasta el último minuto para prepararse.

Si va a ser evacuado, asegúrese de que el centro de cuidados paliativos tenga el nombre y la dirección de la ubicación a la que va a ser evacuado. Ya sea que le estén evacuando o permanezca en su casa, debe reunir y comprobar todos los suministros para asegurarse de tener todo lo que necesita.

- **Todos los medicamentos** y su lista de medicamentos.
- Si corresponde, su orden de "No reanimar".
- Suministros para vendajes, prendas interiores para la incontinencia, compresas para la incontinencia y otros artículos de higiene necesarios.
- Si está recibiendo oxígeno, lleve su concentrador de oxígeno Y su tanque de oxígeno portátil.
- Alimentos no perecederos, necesidades especiales de alimentos y agua potable.
- Un suministro adecuado de ropa de cama, almohadas y mantas.
- Obtenga efectivo.
- Llene el tanque de gasolina del coche.
- Cargue su teléfono móvil y asegúrese de tener baterías para los teléfonos inalámbricos.
- Planifique qué hacer con su mascota.

Situaciones especiales

Pacientes de cuidados paliativos que reciben cuidados en momentos de crisis

- Los servicios de cuidados en momentos de crisis se interrumpirán durante la fase de advertencia de huracán de la preparación ante una tormenta. Aquellos pacientes que necesiten servicios continuados de cuidados en momentos de crisis serán transferidos a una unidad hospitalaria de cuidados paliativos.

Pacientes de cuidados paliativos en una residencia de ancianos

- Los pacientes de cuidados paliativos que vivan en una residencia de ancianos permanecerán en el centro durante una tormenta u otro desastre natural, a menos que el plan de gestión de emergencias del centro requiera evacuación.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

- Si se requiere evacuación, su equipo de cuidados paliativos trabajará con el personal de su instalación para ayudar con el traslado y asegurarse de que todos los medicamentos, equipos y suministros esenciales estén disponibles para su atención. Su equipo de cuidados paliativos estará disponible tanto antes como después del evento.

Pacientes de cuidados paliativos que ya están en un centro de atención

- Los pacientes ingresados en una unidad de cuidados paliativos de un hospital permanecerán en el lugar durante una tormenta u otro desastre natural, a menos que el plan de gestión de emergencias del hospital requiera la evacuación. En esa situación, se trasladará a los pacientes a otra unidad hospitalaria de cuidados paliativos.

Advertencia de huracán

Si le evacuarán: ¡el momento de prepararse es ahora! Escuche la radio/televisión para obtener información sobre los refugios que están abiertos. Es urgente que no “posponga” la evacuación hasta el último minuto. Los vehículos del condado que evacuarán a los pacientes que no tengan transporte o no puedan transportarse en automóvil estarán muy ocupados y necesitarán planificar sus recogidas para aprovechar al máximo su tiempo. El número de emergencia 911 no responderá después de que los vientos alcancen las 40 mph. Evacúe cuando se le aconseje. Es posible que no haya una segunda oportunidad de marcharse.

- Antes de irse a un refugio, apague la electricidad de la caja de fusibles, corte el suministro de gas para evitar posibles incendios y cierre la línea de agua.

Si se queda en su casa, termine sus preparativos protegiendo su casa y obteniendo los suministros finales.

- Coloque la cama eléctrica en una posición cómoda. Si hay un corte de energía eléctrica, la manivela manual será la única forma de cambiar la posición de la cama.
- Si está usando oxígeno, use el concentrador de oxígeno siempre que haya energía disponible. Utilice el oxígeno portátil con moderación, ya que no se pueden entregar tanques adicionales durante la tormenta.

Durante la tormenta

- El personal del centro de cuidados paliativos **no podrá hacer visitas una vez que los vientos sostenidos alcancen las 39 millas por hora** hasta que haya pasado la tormenta.
- **Ingreso en un centro de cuidados paliativos:** durante los períodos de emergencia, alerta de huracán y advertencia de huracán, Trustbridge continuará evaluando a las personas. El ingreso en un centro de cuidados paliativos se basa en criterios establecidos por las condiciones de participación de centros de cuidados paliativos de Medicare. Los pacientes **no ingresarán en un centro de cuidados paliativos durante** una advertencia de huracán **una vez que los vientos alcancen las 39 millas por hora.**
- **El centro de cuidados paliativos seguirá estando disponible por teléfono a menos que se pierda la comunicación telefónica.**

Tras el paso del huracán

- Su equipo de cuidados paliativos se comunicará con usted lo antes posible una vez que haya pasado la tormenta y se haya restablecido la comunicación.
- Los pacientes que hayan sido evacuados no podrán volver a su domicilio hasta que se confirme lo siguiente:
 - La casa es segura y no hay daños significativos.
 - La electricidad se ha restablecido en la casa.
 - Hay alguien en casa para recibir al paciente.
- Preste atención a las instrucciones de los funcionarios públicos y los medios de comunicación, ya que estos actúan con su mejor interés en mente.

Seguridad en el hogar

- Informe a la policía local y a los departamentos de bomberos que una persona confinada en el hogar o dependiente de una silla de ruedas reside en la vivienda.
- Informe que un paciente gravemente enfermo y confinado en el hogar reside en la vivienda. Solicite que se le incluya en la lista de primera respuesta en caso de cortes del suministro eléctrico.
- Mantenga un teléfono cerca en todo momento, si es posible.

Seguridad contra incendios

- Asegúrese de tener un detector de humo funcional. Cambie las pilas dos veces al año cuando cambie la hora de los relojes.
- Invierta en un extintor de incendios para su cocina. Asegúrese de que funcione y que no haya caducado.
- Guarde también en su cocina una caja **grande** de bicarbonato de sodio.
- Planifique al menos dos salidas de cada habitación de su casa y decida dónde se reunirán los familiares una vez fuera de la casa.
- Nunca fume en la cama o cuando esté somnoliento y nunca deje desatendidos los materiales para fumar.

Seguridad eléctrica

- Desenchufe cualquier aparato que comience a tener un olor raro o a producir humo.
- Nunca sobrecargue las tomas de corriente ni los cables alargadores.
- No utilice ningún cable desgastado o roto.
- Mantenga todos los alargadores fuera de las zonas de mucho tránsito.
- Deseche los aparatos eléctricos dañados. **NO** los use. Mantenga los calentadores de ambiente libres de polvo y a, al menos, tres pies de distancia de personas, papel o cualquier cosa que pueda quemarse.

Seguridad del oxígeno

- Al igual que cualquier medicamento, el oxígeno no es adecuado para todas las personas.
- Si su médico le indicó oxígeno, hay un pedido específico para la cantidad de oxígeno (número de litros) que se le debe administrar.
- Utilice la cantidad indicada por su médico. El exceso o la insuficiencia de oxígeno pueden ser perjudiciales. **NO cambie la cantidad de oxígeno que está utilizando sin llamar primero al centro de cuidados paliativos.**
- El oxígeno en sí no arde. El oxígeno puede alimentar una chispa y hacer que se convierta en un gran incendio en segundos. Para estar seguro, siga estas directrices:
 - No fume ni permita que nadie fume en la habitación donde se está utilizando oxígeno.
 - Si se está utilizando oxígeno, coloque letreros para alertar a otras personas de que no fumen.
 - Si se está utilizando oxígeno, NO utilice productos a base de petróleo. ¡Lea la etiqueta!
 - Evite las llamas abiertas. NO use oxígeno a menos de 10 pies de llamas abiertas, como cocinas a gas.
 - Evite la electricidad estática. La ropa de nailon o lana tiene más probabilidades de causar electricidad estática.
 - Almacene y manipule el oxígeno correctamente.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

- No almacene los tanques en espacios cerrados o armarios.
 - Asegure los tanques en un soporte para evitar daños en el tanque si se cae accidentalmente.
 - No coloque nada sobre el concentrador; el concentrador debe estar en una zona bien ventilada.
- Asegúrese de que los concentradores de oxígeno y otros equipos médicos estén conectados a tierra en las tomas eléctricas adecuadas.
- Utilice únicamente alargadores con protección para picos de tensión en los equipos médicos.
- Precauciones con el oxígeno al cocinar:
 - Asegure la cánula sobre las orejas y por detrás de la cabeza, en lugar de debajo de la barbilla.
 - Fije el tubo al costado de la ropa con un alfiler de gancho grande o una pinza de ropa.
 - Evite cocinar en una cocina de gas.

Prevención de caídas

- Los cables eléctricos representan un riesgo de tropezón. Cambie de posición los cables para que no se crucen en el camino. Si es necesario, fije los cables a la pared con cinta adhesiva.
- Retire las alfombras.
- Asegúrese de que los lugares de paso estén despejados. Haga mover los muebles para que su camino esté despejado y no tenga que caminar alrededor de los muebles.
- Elimine el desorden (juguetes, juguetes para perro, etc.).
- Si la alfombra o el piso están deshilachados, enrollados o desiguales, asegúrelos con cinta adhesiva o clavos. Es importante tener una superficie plana.

Consejos para la deambulaci3n

- Levántese siempre lentamente cuando esté sentado/acostado. Siéntese durante unos minutos antes de ponerse de pie. Siéntese si se siente mareado.
- Tómese su tiempo.
- Lleve zapatos con apoyo o pantuflas con suelas antideslizantes (de goma).
- Si se encuentra apoyándose en las paredes o en los marcos de las puertas, pregunte al personal de enfermería sobre un dispositivo de asistencia.
- Recuerde utilizar dispositivos de asistencia (andadores, bastones, sillas de ruedas u otros dispositivos) si se lo indican.
- Intente alcanzar únicamente los objetos que están a un brazo de distancia frente a usted o a un costado.
- Utilice un “levantador/agarrador” para alcanzar objetos que se encuentran por encima de la cabeza. No trepe escaleras o escalerillas de mano.
- Lleve cargas pequeñas.

Iluminaci3n

- Asegúrese de que su hogar esté bien iluminado y que proporcione iluminaci3n general y pareja.
- Utilice luces nocturnas.
- Tenga a mano linternas y pilas.
- Mantenga la luz encendida en los descansos de la escalera y los pasillos.
- Sustituya las bombillas quemadas.

Consejos para los traslados

- Utilice pasos pequeños para acercarse a una superficie para sentarse (cama/silla/inodoro portátil/inodoro).
- Tienda los brazos hacia atrás para sujetarse del asiento o los reposabrazos con ambas manos. No se siente a menos que haya localizado la superficie con las manos y la sienta en la parte posterior de las piernas, y después baje suavemente.
- Al ponerse de pie, no se levante tirando de un andador o un bastón. Empuje hacia arriba desde la silla con las manos, póngase de pie y, a continuación, ponga las manos en el andador o el bastón.

Precauciones de seguridad para el uso de silla de ruedas

- Recuerde siempre trabar los frenos antes de intentar entrar o salir de la silla de ruedas.
- Mueva los posapiés para que no le obstaculicen cuando se siente/levante de la silla de ruedas.
- Use un dispositivo de “agarre” para recoger cualquier objeto del suelo mientras esté en la silla de ruedas. Inclinar para recoger cosas desde la silla de ruedas puede hacer que esta vuelque.

Baño

- Use un asiento elevado para el inodoro o un inodoro portátil para levantarse y bajar fácilmente del inodoro.
- Utilice un cabezal de ducha manual, una silla de ducha y pasamanos.
- Configure el calentador de agua a 120 grados o menos para evitar quemaduras.
- Utilice tiras adhesivas antideslizantes en la bañera y alfombras o alfombrillas antideslizantes.
- Asegúrese de que haya una iluminación adecuada por la noche.

Seguridad de los medicamentos

Cosas que **SÍ** debe hacer:

Almacenamiento

- Mantenga todos sus medicamentos juntos en un solo lugar.
- Conserve cada medicamento en su propio envase, claramente marcado.
- Conserve los medicamentos a temperatura ambiente a menos que se le indique que los refrigere.
- Mantener fuera del alcance de los niños y mascotas.
- Manténgalos lejos de la luz solar directa.

Destrucción

- Destruya cualquier medicamento que su médico le haya dicho que deje de tomar.
- Destruya cualquier medicamento que esté vencido.
- Revise la sección de eliminación segura de medicamentos (página 63).

Lista/registro de medicamentos

- Informe al personal de enfermería del centro de cuidados paliativos sobre todos los medicamentos, vitaminas, cremas, lociones, ungüentos, gotas oftálmicas o medicamentos de venta sin receta que use.
- Tome solo los medicamentos que le recetaron a **USTED** y tómelos solo según las instrucciones.
- Haga una lista de los medicamentos a los que podría ser alérgico o sensible. Considere comprar una pulsera o un collar de alerta médica.
- **Lleve un registro de todos los medicamentos que toma cada día.**

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Cosas que debe saber

- Conozca los efectos secundarios de los medicamentos y llame al personal de enfermería de cuidados paliativos o a su médico de inmediato si nota algún efecto secundario o síntoma nuevo.
- Agite los medicamentos líquidos durante al menos un minuto completo si se le indica.
- Retire el envoltorio metálico de todos los supositorios antes de usarlo.

Recetas de nuevos medicamentos/reposiciones

- Consulte a Trustbridge antes de surtir cualquier receta nueva que reciba de un médico. Es importante averiguar si el medicamento está cubierto por el beneficio de cuidados paliativos.
- Asegúrese de recibir una receta de reposición **ANTES** de que el medicamento se haya terminado por completo. Informe al personal de enfermería de cuidados paliativos si le queda poco.

Comuníquese con Trustbridge si tiene alguna pregunta sobre sus medicamentos.

Cosas que NO debe hacer:**Almacenamiento**

- Guardar sus medicamentos en el baño (especialmente en el botiquín). La alta humedad puede causar problemas con la estabilidad del medicamento, especialmente las cápsulas.
- Mantener productos tópicos o venenos almacenados cerca de los medicamentos.
- Dejar píldoras o medicamentos líquidos abiertos y desatendidos en la mesada.

Al tomar sus medicamentos

- Tomar su medicamento a oscuras.
- Entibiar los medicamentos en agua caliente o en el microondas.
- Romper o triturar las píldoras sin consultar al personal de enfermería de cuidados paliativos.
- Tomar una “**dosis adicional**” de cualquier medicamento si olvidó una dosis.
- Cambiar la cantidad de medicamento que está tomando sin decírselo al personal de enfermería de cuidados paliativos.
- Dejar de tomar su medicamento sin decírselo al personal de enfermería de cuidados paliativos.



**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Eliminación segura de los medicamentos

Los medicamentos pueden ser dañinos si los toma otra persona que no sea la persona a la que se le recetaron, y pueden ser perjudiciales para el medio ambiente si no se desechan de forma segura.

Las leyes federales de la Agencia Antidrogas (Drug Enforcement Agency, DEA) y los estatutos de Florida promueven la eliminación de los medicamentos por parte del paciente, el cuidador del paciente o la familia, y limitan el derecho legal de los profesionales médicos a destruir sustancias controladas. Un médico, un miembro del personal de enfermería o un trabajador social de cuidados paliativos **solo pueden ayudar** al familiar/cuidador con la destrucción de fármacos controlados **en el momento de la muerte del paciente, si** el paciente estaba viviendo en el hogar y **si** el familiar/cuidador solicita ayuda. Los empleados de Trustbridge **nunca están legalmente autorizados a tomar posesión de sus medicamentos ni a desechosarlos bajo ninguna otra circunstancia. Si reside en un centro de enfermería especializada o una institución que proporciona atención médica extendida a sus residentes, el centro desechará los medicamentos por usted.**

Durante el transcurso de su atención, puede haber cambios en su estado que requieran la interrupción de medicamentos. Lo mejor es siempre destruir los medicamentos cuando ya no sean necesarios. A Trustbridge le preocupa su seguridad y quiere que se sienta cómodo y seguro con la destrucción adecuada de los medicamentos.

Medidas de protección

1. **No** le dé medicamentos a nadie más. Los medicamentos SOLO deben ser utilizados por la persona a la que se le recetaron.
2. **No** tire el medicamento por el inodoro.
3. **No** vierta el medicamento por el desagüe.
4. Desechar medicamentos en el inodoro o el desagüe puede contaminar nuestro suministro de agua.
5. **No** ponga medicamentos en la basura sin deshacerse de ellos correctamente, como se explica a continuación.

Siga estos pasos para una eliminación segura

1. **Conserve el medicamento en el envase original.** Esto ayudará a identificar el contenido si alguien traga accidentalmente el medicamento.
2. **Tache su nombre y número de receta.** Esto evitará que alguien obtenga información personal.
3. **Reúna material absorbente desechable**, como una almohadilla interior desechable, un pañal desechable para adultos o niños, toallas de papel y una bolsa de plástico.
4. **Haga que el medicamento quede inutilizable.** **Consulte el gráfico de la página siguiente para obtener instrucciones.*
5. **Doble y coloque el material absorbente desechable con líquido en una bolsa de plástico.**
6. Coloque todos los frascos de medicamento en una bolsa de papel o de plástico. A continuación, coloque la bolsa de plástico en otra para evitar filtraciones.
7. Deseche todas las bolsas en la basura normal. No coloque nada en el contenedor de reciclaje.

****Si va a desechar medicamentos personalmente, siga las recomendaciones de la página siguiente para que queden inutilizables.***

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Siga estos pasos para que los medicamentos queden inutilizables antes de desecharlos usted mismo

	Píldoras Comprimidos Cápsulas	Añada agua o refresco al frasco de píldoras (envase). Espere hasta que las píldoras se disuelvan y vierta el líquido en el material absorbente desechable. O cierre con cinta adhesiva el frasco de píldoras con el líquido y las píldoras en el interior.
	Líquidos Bolsas de infusión	Si el frasco es lo suficientemente grande, añada algo que no sea comestible directamente en el frasco. Ejemplos: arena sanitaria para gatos, tierra, borra de café o almidón de maíz. Si el envase tiene una abertura demasiado pequeña, vierta el contenido líquido directamente en el material absorbente desechable.
	Viales	Abra los viales o extraiga la solución y vierta el contenido en un paño absorbente/bolsa desechable para adultos. Deseche las jeringuillas y los viales vacíos en un envase resistente a las perforaciones (consulte la página 65).
	Parches transdérmicos Pastillas	Póngase guantes desechables para evitar entrar en contacto con medicamentos que se absorben a través de la piel. Corte cada envase para abrirlo y retire el parche transdérmico o pastilla. Coloque el parche transdérmico o las pastillas en un envase desechable vacío, como un envase para medicamentos, una bolsa Ziploc o un frasco desechable. Añada agua. Cierre y asegúrelo con cinta adhesiva. Deseche los guantes. Lávese las manos. (Este proceso no se aplica a los parches transdérmicos de fentanilo. Consulte en la página 42 la sección de capacitación en cuidados paliativos para conocer las instrucciones sobre cómo desechar los parches transdérmicos de fentanilo usados).
	Ampollas	Póngase guantes desechables. Use un paño o una toalla de cocina para sujetar la ampolla. Doble el cuello de la ampolla alejándolo de su cuerpo y ábralo. Vierta el contenido en un paño absorbente/bolsa desechable para adultos. Deseche la ampolla en un envase resistente a las perforaciones, como una lata de café con tapa. Asegúrelo con cinta adhesiva. Deseche los guantes. Lávese las manos.
	Supositorios	Abra el extremo del envase de los supositorios y coloque todo el contenido en un envase de plástico vacío. Añada agua, cubra el envase y asegúrelo con cinta adhesiva.

Para obtener más información sobre la eliminación de medicamentos y las opciones de eliminación de medicamentos, visite:

<http://www.dep.state.fl.us/waste/categories/medications/>

<http://www.dep.state.fl.us/waste/categories/medications/pages/disposal.htm>

Eliminación segura de agujas y jeringuillas (objetos punzantes)

Manipule todos los objetos punzantes con cuidado para evitar lesiones Deseche las agujas y jeringuillas (OBJETOS PUNZANTES) en un envase resistente a las perforaciones.			
Utilice un envase doméstico vacío con las siguientes características:  Se mantiene en posición vertical Está hecho de plástico de alta resistencia Tapa hermética que no puede perforarse No tiene fugas		NO USAR Estos recipientes pueden romperse o perforarse fácilmente.  Envase de leche Botella de agua Envase de vidrio Lata de refresco	
Utilice un rotulador permanente y escriba “OBJETOS PUNZANTES” en el envase. Cuando el envase esté lleno hasta no más de dos tercios, ciérrelo firmemente con cinta adhesiva.			
Llene hasta dos tercios de la capacidad  Cierre herméticamente			
Deseche el envase en la basura normal			
NO arroje los objetos punzantes sueltos a la basura NO coloque objetos punzantes en el envase de reciclaje NO deseche objetos punzantes por el inodoro MANTÉNGALO FUERA del alcance de los niños 			

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
 Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Capacitación sobre cuidados paliativos: proporcionar cuidados personales y control de infecciones

Prevención de infecciones

Higiene de manos adecuada

Una higiene de manos adecuada está en el primer lugar de la lista de cosas que siempre debe hacer para prevenir infecciones.

- La higiene de las manos debe completarse:
 - Antes y después de comer, preparar o servir alimentos.
 - Antes y después de proporcionar cuidados personales.
 - Después de manipular objetos manchados o sucios.
 - Después de estornudar, sonarse la nariz, toser.
 - Después de ir al baño.
 - Si hay sangre o líquidos corporales (orina, heces, moco, secreciones, pus) sobre su piel, es importante lavar la zona inmediatamente con agua y jabón.
- Técnica de lavado de manos:
 - Las manos deben mojarse con agua y luego añadir jabón.
 - Haga espuma para eliminar la suciedad con la fricción; lave enérgicamente durante al menos 20 segundos.
 - Enjuague bien.
 - Seque con una toalla de papel.
 - Cierre el grifo con una segunda toalla de papel seca.



Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
 Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Lociones de mano a base de alcohol

Si no tiene agua y jabón a mano, puede utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol. Realice la higiene de las manos con agua y jabón lo antes que pueda.

Tan fácil como

1

2

3

Desinfectante para manos a base de alcohol

¡Mantenga sus manos limpias! Use un desinfectante para manos a base de alcohol cuando sus manos no estén visiblemente sucias. Lávese las manos con agua y jabón cuando sus manos estén visiblemente sucias.

(Las personas que manipulan alimentos en restaurantes, escuelas, rotiserías y supermercados deben lavarse con agua y jabón antes de aplicarse el desinfectante para manos. Reglamento de Minnesota, Capítulo 4626.0070 - 4626.0085) (Las personas que manipulan alimentos en restaurantes, escuelas, rotiserías y supermercados deben lavarse con agua y jabón antes de aplicarse desinfectante para manos. Reglamento de Minnesota, Capítulo 4626.0070 - 4626.0085)



Los desinfectantes para manos a base de alcohol tienen varias ventajas en comparación con el lavado de manos con agua y jabón:

- Requieren menos tiempo que el lavado de manos.
- Actúan rápidamente para matar los microorganismos presentes en las manos.
- Son más eficaces que el lavado de manos con agua y jabón.
- Son más accesibles que los lavamanos.
- Reducen la cantidad de bacterias en las manos.
- No promueven resistencia antimicrobiana.
- Son menos irritantes para la piel que el agua y el jabón.
- Pueden incluso mejorar el estado de la piel.

¿Cómo se usa?

Es tan fácil como contar hasta 3... Al descontaminar las manos con un desinfectante a base de alcohol, use una cantidad de desinfectante suficiente como para cubrir todas las superficies de las manos.

1

Aplique el desinfectante en la palma de una mano.

2

Frótese las manos entre sí hasta cubrir todas las superficies de las manos y dedos.

3

Frote hasta que el desinfectante se absorba.

Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.

Cuando hay una infección presente

- **Proteja** cualquier herida o abrasión abierta cubriéndolas para evitar la exposición al proporcionar cuidados personales.
- **Utilice guantes** cuando haga lo siguiente:
 - Proporcione cuidado de heridas.
 - Entre en contacto con sangre, líquidos corporales, excreciones y secreciones.
 - Si no dispone de guantes en casa, utilice cualquier cosa que evite el contacto con el líquido infectado. Por ejemplo, podría usar una bolsa de plástico colocada sobre la mano.
- **Lleve una bata o delantal de plástico** si se lo indica el personal de enfermería. Las batas o delantales de plástico se usan para:
 - Proteger la ropa de salpicaduras o contaminación con sangre/fluidos corporales infectados.
 - Si no se dispone de un delantal de plástico, el cuidador debe atar o sujetar con alfileres una bolsa de plástico a los hombros de su ropa para que le proporcione cobertura mientras brinda cuidados. Los delantales de tela pueden saturarse con fluidos corporales y no ofrecen la protección adecuada.
- **Utilice una mascarilla y protección ocular** si se lo indica el personal de enfermería. Las mascarillas y la protección ocular se utilizan para evitar salpicaduras en los ojos, la boca y la nariz. Por lo general, no son necesarias en el entorno doméstico.

Cuidado bucal

La higiene bucal o un buen cuidado bucal son esenciales para el bienestar. El cuidado bucal debe administrarse al menos dos veces al día. Un buen cuidado bucal puede ayudar a prevenir llagas bucales y puede mejorar el apetito de la persona.

Cuidado de la piel

La piel es el órgano más grande del cuerpo. Es propensa a lesiones al final de la vida por muchos motivos, como la inmovilidad, la disminución de la circulación, la mala nutrición (falta de apetito) y la incontinencia (pérdida del control intestinal y vesical).

Es especialmente importante proporcionar un buen cuidado de la piel cuando una persona está postrada en cama o tiene dificultades para moverse. Esté atento a cualquier signo de enrojecimiento o irritación de la piel. Algunas zonas para observar son la espalda (columna vertebral), el cóccix (nalgas), los talones y otras zonas óseas.

Cosas que puede hacer:

- Mantenga la piel limpia (cambie la almohadilla o prenda interior para la incontinencia con frecuencia).
- Lave la piel con un limpiador suave no jabonoso.
- Aplique loción humectante sin perfume.
- Mantenga las sábanas secas y sin arrugas. Incluso las pequeñas arrugas pueden ser intensamente problemáticas para alguien que pasa largos períodos de tiempo en la cama.
- Cambie de posición cada dos horas.
- Use almohadas para apoyar las piernas, la espalda y los hombros.

**Un miembro del personal de enfermería está disponible por teléfono las 24 horas del día.
Simplemente llame al 1-888-441-4040.**

Decir adiós: signos y síntomas físicos de la proximidad de la muerte

Disminución de la ingesta de alimentos y líquidos

Su ser querido puede querer muy poca comida, o nada, y a menudo negarse a comer o beber. Es posible que los alimentos que disfrutaba anteriormente no tengan el mismo sabor. La persona puede tener dificultad para tragar y experimentar episodios de atragantamiento. Esto es muy natural y normal.

A medida que aumenta la debilidad, disminuye la energía y se reduce el movimiento. El metabolismo del cuerpo se hace más lento y la persona necesita menos nutrición. A medida que la persona se pone cada vez más débil y somnolienta, tragar y digerir alimentos y líquidos a menudo se hace más difícil y puede significar una carga para el cuerpo.

Cosas que puede hacer ahora por la persona

NO fuerce la comida. Aunque dar comida es una forma de alimentar y mostrar amor, puede ser muy peligroso forzar la comida cuando una persona está muy débil. Forzar la comida no hará más lento el proceso natural del fin de la vida.

QUÉ HACER:

- Proporcione los alimentos que su ser querido le pida.
- Proporcione una buena higiene bucal.
- Si su ser querido come y bebe menos, mantenga su boca húmeda.
- Humedezca la boca con una esponja húmeda (hay disponibles tipos especiales de esponja para este propósito). La persona puede morderla al principio, pero manténgala sujeta y la soltará.
- Coloque hielo triturado en la boca.
- Aplique bálsamo labial para mantener los labios húmedos.

Cambios en los patrones de sueño

La persona puede empezar a dormir más y a comunicarse menos. A veces puede ser difícil despertarlo. El ser querido puede confundir el día con la noche y despertarse justo cuando usted está listo para irse a dormir. Esta es una parte normal del proceso de muerte. El cansancio extremo dificulta que una persona mantenga una conversación.

Cosas que puede hacer ahora por la persona

- Aproveche al máximo el tiempo en que esté despierta.
- Siéntese tranquilamente y sostenga la mano de su ser querido.
- Intente no despertar a una persona que duerma o no pueda responder.
- Hable con normalidad, incluso si la persona no parece responder.
- Dé por sentado que el ser querido puede oírle.

El sentido de la audición suele ser el último sentido que queda.

Cambios en la función vesical e intestinal

Su ser querido puede perder el control de su vejiga y/o intestino. La pérdida del control intestinal y vesical es el resultado directo de la debilidad muscular. A medida que aumenta la debilidad general, los músculos que controlan estas funciones también se relajan, lo que puede provocar incontinencia.

Además, puede observar que el color de la orina de la persona es más oscuro y que la cantidad y la frecuencia de la micción son menores. A medida que disminuye la ingesta de líquidos, la orina se vuelve más concentrada (más oscura) y las cantidades son más pequeñas.

La pérdida del control intestinal y vesical puede ser extremadamente angustiante tanto para usted como para su ser querido. Hable con su equipo de cuidados paliativos o llame a Trustbridge por cualquier miedo o preocupación que tenga.

Cosas que puede hacer ahora por la persona

- Ayúdela a sentirse cómoda y mantenga la privacidad y dignidad del siguiente modo:
 - Use una cubierta protectora para la cama (almohadillas de incontinencia).
 - Use pañales para la incontinencia de adultos.
 - Practique una buena higiene: use guantes desechables cuando proporcione atención para la incontinencia.
- Si su ser querido ha estado seco durante un largo período de tiempo (horas) y muestra signos de agitación o dolor nuevos o aumentados, comuníquese con Trustbridge.

Cambios en la temperatura corporal

- Su ser querido puede pasar de estar caliente y sudoroso a estar frío y seco. Este cambio intermitente en la temperatura es el resultado de cambios en la química corporal que afectan el termostato del cerebro. Esto es normal al final de la vida y normalmente no indica una infección.
- Su ser querido también puede desarrollar frío en las manos y los brazos y/o frío en las piernas y los pies. Al mismo tiempo, la parte inferior del cuerpo puede verse más oscura y tener un aspecto de hinchazón o moteado. El cerebro está disminuyendo la circulación hacia las manos y los pies para dirigir la sangre hacia los órganos vitales.

Cosas que puede hacer ahora por la persona

Intente lo siguiente para que la persona se sienta cómoda si tiene calor:

- Compruebe si la persona tiene fiebre. Pregunte a Trustbridge si administrar paracetamol (Tylenol) sería adecuado para bajar la temperatura. Si su ser querido no es capaz de tragar, el medicamento puede administrarse como supositorio rectal.
- Mantenga la habitación fresca. Considere usar un ventilador. Cubra a su ser querido ligeramente con una sábana en lugar de una manta. Si la persona está en la cama de un hospital, coloque la sábana sobre las barandillas laterales en lugar de colocarla directamente sobre su ser querido.

Intente lo siguiente para que su ser querido se sienta cómodo si tiene frío:

- Mantenga a la persona caliente con una manta.
- NO utilice una manta eléctrica ni una compresa térmica.

Inquietud, agitación o confusión

Poco antes de la muerte, algunas personas se inquietan, se agitan y se confunden. Puede observar a su ser querido repitiendo tareas o movimientos, como “toquetear” las sábanas o sacudirse y darse la vuelta en la cama. La agitación puede ser grave, lo que provoca que la persona se siente o intente levantarse de la cama. Esto se conoce como inquietud terminal y a menudo se produce en los últimos días de vida. Afecta a casi la mitad de todas las personas que mueren. Si le pregunta a su ser querido qué sucede, probablemente no podrá decírselo, o lo que se diga no tendrá un significado real. Esto puede ser muy difícil para usted, por lo que es importante que recuerde que esto es resultado de la enfermedad y lo que está sucediendo en el cuerpo de la persona.

Cosas que puede hacer ahora por la persona

- Mantenga la habitación bien iluminada durante el día.
- Coloque un reloj cerca para que el ser querido pueda ver la hora.
- Reduzca al mínimo los niveles de ruido en la habitación.
- Hable tranquila y suavemente.
- Explique todas las acciones antes de que se realicen.
- Promueva la relajación y el sueño.
- Administre los medicamentos según lo indicado por el médico.
- Comparta sus sentimientos con su equipo de Trustbridge. Estamos aquí para escuchar. Sabemos que puede ser devastador para usted experimentar la confusión de alguien que ha sido vital y ha tenido las cosas bajo control. También puede compartir sus sentimientos con otra persona con la que se sienta cómodo.

Experiencias oníricas

El hecho de ver a personas que ya han muerto o “visitar” un lugar especialmente querido suele ser algo que las personas que están muriendo relatan a menudo. Algunas afirmaciones pueden parecer extrañas o impropias de la persona. Esto forma parte de la preparación para hacer una transición desde esta vida. Muchos creen que seres que ya han muerto, pero que fueron significativos y amados en la vida del paciente, pueden aparecer para hacer que el viaje sea menos aterrador.

Cosas que puede hacer ahora por la persona

- Consuélese con la idea de que se trata de un proceso natural y positivo y que ocurre para que el paciente se sienta relajado con lo que está sucediendo.
- No tenga miedo.
- Escuche y crea en su ser querido cuando la persona le diga lo que ha visto. Es posible que usted no pueda ver a estos “guías”, pero eso no los hace menos reales para su ser querido.

Congestión y cambios en la respiración (secreciones terminales)

A medida que se acerquen las últimas horas de vida, es posible que oiga sonidos de borboteo o traqueteo en la respiración. A veces, estos sonidos son bastante ruidosos. Esto sucede porque la saliva (líquidos normales) se “acumula” en la parte posterior de la garganta y las vías respiratorias superiores. Su ser querido se ha debilitado y le resulta cada vez más difícil eliminar por completo estas secreciones normales.

Tenga en cuenta que estos ruidos pueden ser mucho más molestos o aterradores para usted que para su ser querido. También puede observar cambios en el patrón de respiración. A veces, el paciente respira rápidamente, alternando con períodos de falta de respiración (llamados apnea). Este patrón se llama respiración de Cheyne-Stokes. El estímulo para respirar no es causado por la falta de oxígeno en nuestro cuerpo, sino por la acumulación de dióxido de carbono. El cerebro de una persona terminalmente enferma es mucho menos sensible a esta acumulación. Es posible que observe un período de apnea mientras el dióxido de carbono se acumula hasta el nivel necesario para desencadenar una respiración. Su ser querido puede hacer varias respiraciones rápidas y superficiales, lo que permite al cuerpo “expulsar” el dióxido de carbono. Puede que entonces haya otro período de apnea. Este patrón se produce mientras el paciente está dormido, pero no mientras está despierto.

Recuerde:

- Este es un patrón de respiración natural para una persona que se está muriendo y, por lo general, no causa molestias.
- La administración de oxígeno no altera el patrón de respiración.

Cosas que puede hacer ahora por la persona

- Eleve la cabecera de la cama y gire suavemente la cabeza de su ser querido hacia un lado. La gravedad funcionará para drenar las secreciones.
- Limpie la boca con un paño suave y húmedo. (La succión irritaría los tejidos bucales y provocaría un aumento de las secreciones).
- Mantenga la habitación fresca.
- Deje circular el aire de modo que sople sobre la cara.
- Hable con el personal de enfermería del centro de cuidados paliativos sobre los medicamentos para reducir la cantidad de secreciones.

Decir adiós

No es extraño que las personas al final de la vida se aferren, aunque sufran. Esto es especialmente cierto para quienes han sido figuras de autoridad, o cuya familia está en conflicto. Para poder dejarse ir, su ser querido necesita saber que aquellos a quienes deja atrás serán capaces de prosperar por sí mismos.

Usted puede:

- Centrarse en darle a su ser querido uno de los mayores regalos posibles: la seguridad de saber que usted estará bien y que su ser querido tiene su permiso y aliento para dejarse ir.
- Decir adiós, sabiendo que es posible que tanto el paciente como usted necesiten oírlo.
- No tema llorar. Las lágrimas son una parte natural de la experiencia; expresan su amor. No intente ocultarlas.
- Reconozca que la ausencia de su ser querido creará un vacío en su vida, pero que usted reconoce la necesidad de la persona de seguir adelante. Podría decir algo así como: “Te echaré de menos, pero estaré bien. Ha llegado el momento de que te dejes ir”.
- Tenga en cuenta que hacer que su ser querido se sienta culpable por dejarlo puede causarle una gran angustia, así como intentar impedir que la persona siga adelante para satisfacer sus propias necesidades.

Qué ocurre cuando se produce la muerte

Esperamos que su equipo de Trustbridge, junto con la información proporcionada en este folleto, ayude a que la experiencia de la muerte de su ser querido sea menos aterradora y no le produzca tanta ansiedad. Le animamos a que se ponga en contacto con nosotros siempre que lo necesite. Nuestro objetivo es apoyarle a lo largo del camino.

No podemos decirle cuándo llegará el momento de la muerte. Las personas pueden vacilar entre la vida y la muerte durante horas y, a menudo, días, y es fácil perderse el momento final. Existe la hipótesis de que las personas con un alto sentido de la privacidad, o que tienen miedo de causar angustia indebida a sus seres queridos, pueden decidir morir cuando no hay nadie más en la habitación. Se cree que otras esperan a que alguien en particular llegue para decir adiós, o que esperan hasta una fecha en particular que es importante para la familia para irse.

Lo más importante en lo que hay que centrarse es en crear un ambiente de paz y calma para la persona que ama, y en decir todas las cosas que quiere que sepa su ser querido (sin importar si la persona es capaz de responder o no).

Cuando se produce la muerte, se produce muy rápidamente. Incluso si nunca ha presenciado una muerte antes, la mayoría de las personas reconocen que está ocurriendo.

A veces, la persona hace varios jadeos a medida que el corazón y los pulmones se detienen. Otras personas pueden hacer una exhalación larga, seguida unos segundos más tarde de otra inspiración. Esto puede repetirse varias veces antes de que la respiración se detenga por completo. Otros indicadores son muy claros:

- No habrá pulso (latidos del corazón).
- No habrá respiración.
- No habrá una respuesta a la voz o al tacto.
- Los ojos de la persona pueden estar abiertos.
- El tono de la piel puede adoptar un aspecto pálido o ceroso.
- La expresión facial puede cambiar o aflojarse.



Qué hacer cuando se produce la muerte

Tenga un plan antes de que ocurra la muerte.

- Elija una funeraria con mucha antelación y proporcione el nombre al personal de enfermería, trabajador social o capellán del centro de cuidados paliativos. Esto hará que las cosas le resulten mucho más fáciles cuando llegue el momento. Si es posible, considere también realizar los preparativos con antelación. Es mejor tomar decisiones en un momento menos estresante que a última hora.
- Haga una lista de personas y sus números de teléfono para avisarles.
- Considere escribir el obituario (si desea que se publique uno).
- Localice todos los documentos importantes (seguros, inversiones, etc.).

En el momento de la muerte, Trustbridge está aquí para ayudarle. Llame a Trustbridge al 1.888.441.4040

(NO llame al 911 ni a la policía)

Trustbridge hará lo siguiente:

- Avisará al médico.
 - La funeraria le enviará el certificado de defunción al médico para que lo firme.
- Se comunicará con la funeraria por usted. La funeraria llegará en un tiempo relativamente breve.
 - Normalmente, la funeraria llegará lo antes posible para transportar a su ser querido.
- Le proporcionará el apoyo necesario.
 - Muchas personas quieren el apoyo de su propio asesor espiritual o del asesor espiritual/capellán del centro de cuidados paliativos. Estamos aquí para apoyarle en todo lo posible. Avísenos si desea el apoyo del capellán del centro de cuidados paliativos.
- Hará que se recoja el equipo.
 - La mayoría de las personas están ansiosas por que se lleven la cama de hospital y otros equipos lo antes posible. Nuestra empresa de equipos médicos se pondrá en contacto con usted para facilitar su extracción.
- Recuerde que debe destruir los medicamentos adecuadamente ([consulte la información sobre la eliminación de medicamentos en este libro](#)).

Cuidado de su ser querido

No es necesario hacer nada en especial con el cuerpo de su ser querido. Sin embargo, se recomienda bajar la cabecera y los pies de la cama a una posición plana.

Si desea proporcionar atención personal, puede hacerlo. Algunas personas desean lavar y vestir a la persona con prendas limpias antes de que llegue la funeraria. Si ese es su deseo, informe a Trustbridge.

Nuestra atención y nuestro apoyo no acaban aquí. Estamos aquí para usted durante todo el proceso de duelo.

La muerte de un ser querido puede ser una de las experiencias más difíciles que cualquiera de nosotros pueda enfrentar. Esperamos que a lo largo de la transición del final de la vida, usted y su ser querido se hayan sentido apoyados y cuidados. Ha sido un privilegio y un honor formar parte de la vida de su ser querido, así como de la suya, y deseamos ayudarle de cualquier manera posible a medida que comience un nuevo viaje: uno de sanación y vitalidad renovada. Se necesitará tiempo, y estamos disponibles, dispuestos y preparados para apoyarle, paso a paso, a través de su proceso personal de duelo. A medida que el enfoque de nuestra travesía con usted se traslada a su propia atención, sepa que nos sentimos tan privilegiados por esta confianza como nos sentimos por la confianza entre su ser querido y nosotros.

Aunque la reacción de cada persona ante el duelo es una experiencia única y personal, muchas personas suelen encontrar puntos en común en la complejidad del duelo. Las reacciones de duelo pueden afectar a las personas emocional, física y espiritualmente. El duelo es una reacción normal y natural ante la pérdida de un ser querido, y puede ser abrumador. Si cree que necesita más apoyo en su duelo, los Centros de duelo de Trustbridge están aquí para usted. Llámenos y le ayudaremos a encontrar el apoyo para el duelo que mejor se ajuste a sus necesidades. No es necesario que recorra este camino en soledad. Estamos aquí para usted.

Sabemos que un viaje autoguiado de lectura contemplativa y videos puede ser útil en cualquier momento durante su proceso de duelo. Le invitamos a explorar los recursos de nuestro sitio web y tenga presente que estamos aquí para usted si desea más apoyo.

Si podemos ayudarle, llame a nuestros Centros de duelo de Trustbridge al número gratuito 1.888.499.8393 o escanee el código para obtener más información.



Trustbridge Hospice Foundation

La Trustbridge Hospice Foundation se compromete a proporcionar cuidados extraordinarios a los pacientes que los necesiten, incluidos aquellos sin cobertura de seguro o sin capacidad de pago. Gracias a la generosidad de nuestra comunidad, podemos ir más allá de lo que cubre Medicare, Medicaid y un seguro privado para ofrecer servicios especializados y una atención excepcional a todas las familias que lo necesitan.

Cada año, la Trustbridge Hospice Foundation proporciona un promedio de **5 millones de dólares para garantizar que más de 12,000** pacientes y familias de los condados de Palm Beach y Broward puedan recibir los cuidados de fin de la vida que se merecen, incluidos los siguientes:



Atención benéfica



Terapia musical



Programas para veteranos de guerra



Programa de subespecialización médica



Programas de asistencia al duelo



Campamentos de duelo para niños



Prácticas de enfermería



Cuidado de mascotas

Las familias agradecidas marcan la diferencia

El tener un ser querido en un centro de cuidados paliativos afecta la vida de muchas personas: padres, hermanos, abuelos, familiares, amigos y la comunidad. Trustbridge se esfuerza por proporcionar cuidados compasivos y cariñosos no solo al paciente, sino también a esa red extensa de familiares y amigos.

Muchas de las familias a las que brindamos servicios preguntan cómo pueden reconocer a sus cuidadores de Trustbridge cuya amabilidad y compasión fue especialmente significativa para ellos.

Nuestro programa **@Heart** Grateful Giving ofrece la oportunidad de decir “gracias” y de reconocer la atención que usted y sus seres queridos pueden haber recibido.

Para obtener más información, visite trustbridge.com/foundation o llame al 561.494.6888.



Visión

Proporcionar una experiencia de atención médica incomparable a las familias en su momento de necesidad.

Misión

Proporcionar a las familias acceso a servicios de atención médica compasivos, expertos y profesionales en su momento de necesidad, a lo largo de toda su vida.

Valores

- Excelencia
- Integridad
- Trabajo en equipo
- Compasión
- Responsabilidad
- Orgullo



Hospice of Palm Beach County Hospice by the Sea **trustbridge**

Comodidad | Compromiso | Compasión | Dignidad | Excelencia
Empoderamiento | Humanidad | Integridad | Apoyo Trabajo en
equipo | Comprensión



Información las 24 horas, todos los días: 888.441.4040 | trustbridge.com

Con licencia desde 1981. Acreditada por The Joint Commission en los condados de Palm Beach y Broward
Organización sin fines de lucro 501(c)(3).

Acreditación judía por Palm Beach County Board of Rabbis, Inc.

Copyright © 2023 Trustbridge, Inc.

No se permite la reproducción sin permiso por escrito. Todos los derechos reservados.

Dirija las consultas al director sénior de mercadeo llamando al 561.848.5200