



# cuidados paliativos



Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades Av. Fidel Velázquez No. 805 Col. Vértice C.P. 50150 Tel. [722] 2 193887 Estado de México



## ¿qué son los cuidados paliativos?

- Según la definición dada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) los cuidados paliativos son aquellos que se dan a pacientes que tienen una enfermedad crónica o mortal, con el objetivo de mejorar su calidad de vida.
- A su vez, en México la Ley General de Salud los define (art. Artículo 166 Bis 1.) como el cuidado activo y total de aquellas enfermedades que no responden a tratamiento curativo; el control del dolor, y de otros síntomas, así como la atención de aspectos psicológicos, sociales y espirituales.
- No se dan estrictamente cuando a el/la paciente le queda poco tiempo de vida si no que se van dando según va avanzando la enfermedad y de los cuidados que necesite el/la paciente y las familias en cuestión. Siguen estas directrices:
  - Los cuidados paliativos no intentan enlentecer ni acelerar la muerte, solo es una forma de ayudar a que el /la paciente pueda disfrutar de cierta calidad de vida antes de que llegue a ella.
  - Se enseña a los familiares a atender a el/la enfermo/a adecuadamente para que puedan otorgarle los cuidados necesarios, sobre todo si el/la paciente va a pasar en su hogar un amplio

Según la definición dada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) los cuidados paliativos son aquellos que se dan a pacientes que tienen una enfermedad crónica o mortal, con el objetivo de mejorar su calidad de vida.

- periodo de tiempo como en algunos cánceres o demencias.
- Dan apoyo psicológico, espiritual y emocional tanto a los y las pacientes como a los familiares. En el caso de la familia, les ofrecen apoyo para sobrellevar mejor la pérdida del ser amado. También dan apoyo en la fase de duelo, cuando el/la paciente está en estado terminal.
- Van dirigidos a mejorar la calidad de vida pero en ocasiones pueden alargar la vida e influir en el curso de la enfermedad.
- Normalmente en una enfermedad se otorgan cuidados curativos y poco a poco según va avanzando, esos cuidados acaban coexistiendo con los paliativos hasta que llega un punto en que son enteramente paliativos, buscando no la erradicación de los síntomas sino el alivio de ellos.
- Por otro lado, de los cuidados paliativos no se encarga un número aislado de personas si no que suele intervenir un grupo multidisciplinario formado por varios miembros: médicos/as, nutricionistas, enfermeros/as, psicólogos/as y a veces incluso asistentes sociales.



Los cuidados paliativos constituyen un planteamiento que mejora la calidad de vida de las y los pacientes (adultos/as y niños/as) y sus allegados/as cuando afrontan problemas inherentes a una enfermedad potencialmente mortal.



## datos y cifras

- Los cuidados paliativos constituyen un planteamiento que mejora la calidad de vida de las y los pacientes (adultos/as y niños/as) y sus allegados/as cuando afrontan problemas inherentes a una enfermedad potencialmente mortal. Previenen y alivian el sufrimiento a través de la identificación temprana, la evaluación y el tratamiento correctos del dolor y otros problemas, sean éstos de orden físico, psicosocial o espiritual.
- Se estima que anualmente 40 millones de personas necesitan cuidados paliativos; el 78% de ellas viven en países de ingreso bajo e ingreso mediano.
- Actualmente, a nivel mundial, tan solo un 14% de las personas que necesitan asistencia paliativa la reciben.
- Una reglamentación excesivamente restrictiva de la morfina y otros medicamentos paliativos esenciales fiscalizados priva de acceso a medios adecuados de alivio del dolor y cuidados paliativos.
- La falta de formación y de concienciación sobre los cuidados paliativos por parte de los y las profesionales de la salud es un obstáculo importante a los programas de mejoramiento del acceso a

- esos cuidados.
- La necesidad mundial de cuidados paliativos seguirá aumentando como consecuencia de la creciente carga que representan las enfermedades no transmisibles y del proceso de envejecimiento de la población.
- Una asistencia paliativa temprana reduce las hospitalizaciones innecesarias y el uso de servicios de salud.
- Afrontar el sufrimiento supone ocuparse de problemas que no se limitan a los síntomas físicos. Los programas de asistencia paliativa utilizan el trabajo en equipo para brindar apoyo a los/as pacientes y a quienes les proporcionan cuidados. Esa labor comprende la atención de necesidades prácticas y apoyo psicológico a la hora del duelo. La asistencia paliativa ofrece un sistema de apoyo para ayudar a los/as pacientes a vivir tan activamente como sea posible hasta la muerte.
- Estos cuidados están reconocidos expresamente en el contexto del derecho humano a la salud. Deben proporcionarse a través de servicios de salud integrados y centrados en la persona que presten especial atención a las necesidades y preferencias del individuo.





Es amplio el conjunto de enfermedades que pueden requerir la aplicación de cuidados paliativos por tratarse de una rama de la medicina que apoya tanto a pacientes con enfermedades en etapas muy graves.

## ¿en qué enfermedades se aplica?

- Es amplio el conjunto de enfermedades que pueden requerir la aplicación de cuidados paliativos por tratarse de una rama de la medicina que apoya tanto a pacientes con enfermedades en etapas muy graves así como a aquellos/as que por la naturaleza de su enfermedad, se encuentren fuera de un tratamiento médico habitual o convencional o en un estado muy avanzado con poca probabilidad de respuesta a los tratamientos establecidos. Algunos ejemplos de las enfermedades que en algún momento requieren más frecuentemente de los cuidados paliativos son:
  - Cáncer.
  - Síndrome de inmunodeficiencia adquirida (VIH/SIDA).
  - Enfermedades avanzadas del corazón.
  - Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).
  - Enfermedad renal crónica (Insuficiencia renal crónica terminal).
  - Enfermedades neurológicas avanzadas o que no tienen tratamiento como las demencias.
- La mayoría de los/as adultos/as que los necesitan padecen enfermedades crónicas tales como

- enfermedades cardiovasculares (38.5%), cáncer (34 %), enfermedades respiratorias crónicas (10.3%), sida (5.7%) y diabetes (4.6%). Muchas otras afecciones pueden requerir asistencia paliativa; por ejemplo, insuficiencia renal, enfermedades hepáticas crónicas, esclerosis múltiple, enfermedad de Parkinson, artritis reumatoide, enfermedades neurológicas, demencia, anomalías congénitas y tuberculosis resistente a los medicamentos.
- El dolor es uno de los síntomas más frecuentes y graves experimentados por los y las pacientes que necesitan cuidados paliativos. Los analgésicos opiáceos son esenciales para el tratamiento del dolor vinculado con muchas afecciones progresivas avanzadas. Por ejemplo, el 80% con SIDA o cáncer y el 67% con enfermedades cardiovasculares o enfermedades pulmonares obstructivas experimentarán dolor entre moderado e intenso al final de sus vidas.
- Los opiáceos pueden también aliviar otros síntomas físicos dolorosos, incluida la dificultad para respirar. Controlar esos síntomas en una etapa temprana es una obligación ética para aliviar el sufrimiento y respetar la dignidad de las personas.



El tipo de cuidados dependerá del tipo, curso y gravedad de la enfermedad, por eso es difícil generalizar. No recibirán los mismos cuidados un/a enfermo/a de cáncer que un/a paciente con una enfermedad cardíaca.

## ¿qué incluyen los cuidados paliativos?

- Además, su gravedad puede cambiar dependiendo de la compañía, el ambiente donde se encuentre la persona, el afecto y apoyo recibido, etc. Sin embargo, siempre se buscan dos principios básicos: dar cuidados físicos y emocionales con el objetivo de aumentar el bienestar de la persona. Los cuidados recibidos tienen que estar adaptados a la situación concreta de ésta.
- Los cuidados más importantes que suelen darse en este tipo de enfermedades son:
  - Cuidados en la alimentación. Es fundamental que el/la paciente esté bien nutrido/a e hidratado/a. Muchas enfermedades de este calibre generan falta de apetito o incapacidad para alimentarse por sí mismo, por lo que el/la paciente puede llegar rápidamente a un estado de caquexia (estado de extrema desnutrición, atrofia muscular, fatiga, debilidad y anorexia en personas que no están tratando de perder peso activamente).
  - Higiene y cuidado de la boca. Es común la aparición de boca seca, llagas, heridas y dolor general en la zona. Es bastante angustiante para todos/as porque a menudo impide una buena comunicación y alimentación. Por eso, uno de los cuidados básicos es hidratar la zona con zumos,

- agua y cremas tópicas.
- Cuidado tópico. La piel es un órgano que siempre termina herido en este tipo de enfermedades. Por ejemplo, son muy comunes las úlceras por presión como resultado de estar siempre en la misma postura.
- Higiene general. Se debe mantener a el/la paciente limpio/a externamente, lavándolo/a cuando sea necesario y ayudándole con la evacuación, ya que la medicación y la falta de ejercicio físico pueden producir estreñimiento.
- Trastornos del sueño. Las alteraciones del sueño son frecuentes en una enfermedad terminal. Los diferentes síntomas como: dolor, náuseas, ansiedad, miedos y tristeza impiden el descanso de estas personas.
- Actividades para aumentar la autonomía de los y las pacientes. En la mayoría de las ocasiones los conceptos enfermedad terminal e inactividad van agarrados de la mano. Como consecuencia la persona va perdiendo autonomía poco a poco.



## en México

Cada año en México, 300 mil personas fallecen por enfermedades crónicas como cáncer, VIH, diabetes o cardiopatías.

- El Centro de Cuidados Paliativos de México IAP (CECPAM) nació para atender a pacientes terminales en su domicilio. Un grupo de profesionales de distintas partes del mundo, desde 2006 ha atendido a 1,392 personas con enfermedades terminales.
- En la actualidad la organización atiende a 49 personas enfermas en el barrio San Pedro de la Delegación Iztacalco, en la Ciudad de México.
- Con apoyo del Programa de Coinversión Social del Instituto Nacional de Desarrollo Social (INDESOL), la organización implementó un proyecto para mejorar las condiciones de vida de 120 mujeres que se desempeñan como cuidadoras primarias informales de pacientes terminales.
- Las cuidadoras recibieron orientación, capacitación y procesos de integración del núcleo familiar en el cuidado. Aprendieron técnicas de contención y distensión emocional para evitar un colapso físico, psicológico y emocional. Estas cuidadoras son ayudadas por otras que son informales, para aminorar su carga de trabajo y que pudieran relajarse y tener tiempo libre.
- Las cuidadoras profesionales permanecen con el/la paciente, lo/la bañan, le proporcionan alimentación y medicamentos, lo/la curan y en general, le brindan acompañamiento. Así, la cuidadora primaria puede descansar y mejorar su calidad de vida.

- De acuerdo con una investigación efectuada por la organización, las personas encargadas de cuidar a pacientes terminales en sus domicilios suelen ser mujeres, principalmente hijas de las y los pacientes, con una edad promedio de 47 años, solteras y con estudios de educación básica. Se dedican a actividades domésticas, no reciben ningún tipo de remuneración por su trabajo y manifiestan padecer miedo, angustia, desesperanza, agotamiento físico, mental y emocional que les impide desarrollar su vida personal, social y laboral de manera óptima.
- El Centro de Cuidados Paliativos de México forma parte de las 20 organizaciones sociales de Campeche, Coahuila, Ciudad de México, Estado de México, Hidalgo, Jalisco, Morelos, Nuevo León, Oaxaca y Puebla, que participaron en la convocatoria "Apoyo a las Mujeres Cuidadoras Primarias en los Hogares" en 2014.
- También existe la Norma Oficial Mexicana NOM-011-SSA3-2014, Criterios para la Atención de Enfermos en Situación Terminal a través de Cuidados Paliativos, la cual tiene por objeto, establecer los criterios y procedimientos mínimos indispensables, que permitan prestar, a través de equipos inter y multidisciplinarios de salud, servicios de cuidados paliativos a los/as pacientes que padecen una enfermedad en situación terminal.



Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

[www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/](http://www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/)

correo: [cevece@salud.gob.mx](mailto:cevece@salud.gob.mx)

o síguenos por:

