



## Guía para el cuidado de personas en estado de dependencia en el hogar:

En las ocasiones en que el paciente que ha de recibir cuidados paliativos se encuentra en domicilio, sus familias no saben cómo cuidarle de manera correcta (cómo movilizarlos, llevar a cabo su higiene, cuidados de la piel, boca...). Los equipos de domicilio se encuentran con familias de pacientes en situación de últimos días muy sobrecargadas por esta razón, que al recibir tanta información por parte de los equipos no tienen capacidad de asimilar todo. Por ello mostramos enlaces a videos de YouTube y páginas donde pueden encontrar explicaciones sobre los cuidados que deben realizar a los pacientes y signos que deben vigilar para que no se sientan tan perdidos.

- Respiración y circulación.
  - BIPAP – Es un soporte respiratorio temporal no invasivo para pacientes que tienen dificultad de respirar. El propósito de la BIPAP es proveer oxígeno y presión, por consiguiente dando facilidades para que el paciente respire.  
<https://www.youtube.com/watch?v=WB9FI-zbgI8> (Tu canal de salud y hogar)  
– Video que explica de que se trata este sistema.  
<https://www.youtube.com/watch?v=BM0CbeRRVbU> (El Blog de la apnea del sueño) – Video-tutorial que explica la forma correcta de colocación de la mascarilla que se usa en una CPAP o en una BIPAP.
  - Cambio de cánula de traqueostomía  
<https://www.youtube.com/watch?v=YvV7ev-Dw2A> (UISCyT)
- Nutrición e hidratación.
  - La Disfagia, sus causas, síntomas y tratamiento – La disfagia es una enfermedad que dificulta la deglución o capacidad para poder tragar. En este vídeo podemos ver las claves para poder entender sus causas y afrontar sus consecuencias.  
[https://www.youtube.com/watch?v=wBC\\_I-1J3yQ](https://www.youtube.com/watch?v=wBC_I-1J3yQ) (Alimmenta, dietistas nutricionistas)
  - Uso de espesantes – El uso de espesantes es necesario ante la aparición de disfagia a líquidos. En este video nos muestran que son y cómo usarlos.  
<https://www.youtube.com/watch?v=XYVv4TNmCw8> (neurorhbtv)

- Alimentación enteral – Una vez se pierde la vía oral (esto se puede deber a distintas causas) se puede tomar la decisión médica de realizar la alimentación de manera artificial. La alimentación enteral junto con la parenteral, administrada por vía intravenosa, son las que conforman el conjunto de alimentación artificial. Esta alimentación se realiza a través de un tubo dirigido al estómago o inclusive a la parte superior del intestino delgado, el yeyuno.
  - Alimentación por sonda nasogástrica  
<https://www.youtube.com/watch?v=RSNma-qlhic> (Gobierno de Aragón)
  - Alimentación por PEG y cuidados:  
<https://www.youtube.com/watch?v=P1J-K9kcoOU> (neurorhbtv)
- Alimentos recomendados para la xerostomía – En la siguiente página podremos entender que es la xerostomía, o boca seca, tipos y sus causas, así como presentan diferentes tratamientos y remedios ante su aparición.  
<http://infoxerostomia.com/es/>
- Eliminación de los productos de desecho del organismo.
  - Cambio de pañal en cama  
<https://www.youtube.com/watch?v=zKuaj7hzCZU> (Gobierno de Aragón)
  - Cuidados de la colostomía  
<https://www.youtube.com/watch?v=MMhsHu25Mg0> (Gobierno de Aragón)  
<https://www.youtube.com/watch?v=QfJCPvYNo9M> (SurgLe Cirugía digestiva y Trasplante Renal)
  - Cuidados del sondaje vesical  
<https://www.youtube.com/watch?v=e5UdRtEflFc> (Gobierno de Aragón)
  - Colocación de un enema  
<https://www.youtube.com/watch?v=5lOcXw6p7gM> (Eunice IPN)
  - Como colocar una cuña.  
[https://www.youtube.com/watch?v=qE6j\\_aNaqR4](https://www.youtube.com/watch?v=qE6j_aNaqR4) (Vipenfermeria UV)
- Movilizaciones y transferencias
  - Cambios posturales. Protección ante las UPPs  
<https://www.youtube.com/watch?v=Py5YGv25FVv> (Gobierno de Aragón)
  - Paso de la silla de ruedas a otro asiento  
[https://www.youtube.com/watch?v=2-lg98D4\\_A](https://www.youtube.com/watch?v=2-lg98D4_A) (Gobierno de Aragón)

- Higiene postural en transferencias y movilizaciones  
<https://www.youtube.com/watch?v=-76jISaMZg> (Fremap)
  - Uso de grúa de cigüeña – Guía visual de cómo usar esta ayuda técnica en las transferencias  
<https://www.youtube.com/watch?v=Fv0mvSA3odA> (Ortojosbel Ortopedia)
  - Uso de grúa de bipedestación - Guía visual de cómo usar esta ayuda técnica en las transferencias  
<https://www.youtube.com/watch?v=HepaFqS3NrU> (Hospital San Rafael Madrid)
  - El hospital San Juan de Dios de León publica este vídeo-tutorial donde hace un resumen de movilizaciones y transferencias de pacientes encamados incluyendo el uso de grúa de cigüeña  
<https://www.youtube.com/watch?v=BlitariZ3yTU> (Hospital San Juan de Dios de León)
- Vestirse y desvestirse.
    - Cambio de ropa de cama ocupada  
<https://www.youtube.com/watch?v=75o2sJeTf3I> (Gobierno de Aragón)
  - Mantenimiento de la higiene personal y protección de la piel.
    - Aseo en cama  
<https://www.youtube.com/watch?v=IrVLA4EHBjC> (Gobierno de Aragón)
    - Higiene de boca, ojos y oídos  
[https://www.youtube.com/watch?v=Ai\\_YwfsgmqE](https://www.youtube.com/watch?v=Ai_YwfsgmqE) (Gobierno de Aragón)
    - El aseo
      - (Parte 1). Aseo completo de una persona dependiente. Notas sobre el vestir.  
<https://www.youtube.com/watch?v=mMs-P3xEIcc> (Centro de humanización de la salud de San Camilo)
      - (parte 2). Aseo completo de una persona dependiente encamada  
[www.youtube.com/watch?v=vJ3r5QsZ4Fw](https://www.youtube.com/watch?v=vJ3r5QsZ4Fw) (Centro de humanización de la salud de San Camilo)
  - Signos que anuncian la proximidad de la muerte – Muchos familiares se preguntan cuándo va llegar el desenlace de una enfermedad en estado terminal. Ser conocedores de los signos que lo anuncian les puede servir para ir preparándose y saber cómo actuar.  
<https://www.saludnutricionbienestar.com/muerte/>  
<https://www.kchospice.org/signos-y-sintomas/>