



## Cuidar de una persona moribunda

Cuando alguien está a punto de morir, habrá cosas que la familia deberá hacer para ayudar a que la persona se sienta cómoda. Es importante mantener la privacidad y el respeto. Cosas que pueden ser de ayuda:

### Entorno o espacio

- Crear un espacio cómodo para las visitas de la familia.
- Una cama individual o incluso una cama de hospital pueden servir.
- Puede que su familia realice sus propias prácticas culturales o espirituales durante este tiempo.
- Contemple la opción de tener música tranquila, una iluminación tenue, abrir una ventana y dar una suave caricia como gestos de amor hacia la persona.

### Cuidado personal y alimentación

- Tragar puede ser difícil para el enfermo en este momento. Probablemente no querrá comer ni beber en esta fase, algo que es normal.
- No le obligue a comer ni beber, es mejor que le ofrezca pequeños sorbos de agua para ayudar a mantener la boca húmeda. Los hisopos bucales pueden servir.
- El bálsamo labial es bueno para mantener los labios húmedos.
- Ducharse no es imprescindible, lavarle ligeramente con un paño húmedo o una toallita puede ser suficiente.
- Es común que disminuya la cantidad de orina porque la persona apenas bebe.
- Los empapadores o los pañales para adultos pueden ser útiles si el enfermo no controla los esfínteres.

## Medicamentos

- En este momento dejará de tomar algunos medicamentos y otros se podrán administrar de formas distintas; el médico o el profesional sanitario le informarán.
- A veces, el médico o el profesional sanitario le pedirán que consiga en la farmacia algún otro medicamento para tenerlo en casa y así poder acceder inmediatamente a él si lo necesita.

## Síntomas comunes

- Dolor: es posible que deba valorar si la persona se siente incómoda en lugar de preguntarle, ya que hablar le puede resultar demasiado difícil. Una persona con dolores puede hacer una mueca o fruncir el ceño, gruñir, gimotear o suspirar, puede parecer agitada, moverse y cambiar de postura. Administre los medicamentos siguiendo las instrucciones de la etiqueta y avise al médico o al profesional sanitario si el enfermo sigue sintiéndose incómodo.
- Respiración ruidosa: los cambios en la respiración son algo habitual en los últimos días de vida. Si la respiración de la persona se vuelve ruidosa, hay medicamentos que ayudan a disminuir el ruido. Abrir una ventana o poner un ventilador también puede ser de utilidad.

- Inquietud: cambiar de postura puede servir si empieza a estar intranquilo. Puede ser útil usar almohadas para colocar y acomodar a una persona que está de costado y también cambiar de lado cada 2 o 4 horas.
- Confusión: poner música conocida puede ayudar si la persona comienza a gritar o gimotear. Hay medicamentos que se pueden administrar si el enfermo se siente confuso, agitado o angustiado.
- A medida que se acerca el momento de morir, la persona puede perder el conocimiento y recuperarlo después. Todavía puede hablar con ella para que sepa que está ahí.

Es importante que se sienta apoyado por su familia, por su médico o por el profesional sanitario en esta fase y que pueda llamarles para pedir ayuda en cualquier momento.

