



CUIDADOS PALIATIVOS

Los cuidados paliativos se dirigen a personas en fases avanzadas de la enfermedad con el objetivo de **mejorar la calidad de vida y ajustar un plan de cuidados adaptados a las necesidades de la persona.**

La **figura de la persona cuidadora** es clave para potenciar la toma de decisiones compartidas en esta fase de la enfermedad.



Kit de información esencial dirigido a personas con Mieloma Múltiple



¿Qué son los cuidados paliativos?

Los **cuidados paliativos** se dirigen a personas que conviven con enfermedades que ofrecen una expectativa de vida limitada y que, en las etapas más avanzadas, presentan problemas y necesidades físicas, sociales, psicológicas y espirituales específicas.

El objetivo de los cuidados paliativos es **mejorar la calidad de vida y diseñar un plan de cuidados** que se vaya adaptando a las necesidades de cada persona con el avance de la enfermedad incluyendo, entre otros, los siguientes aspectos:



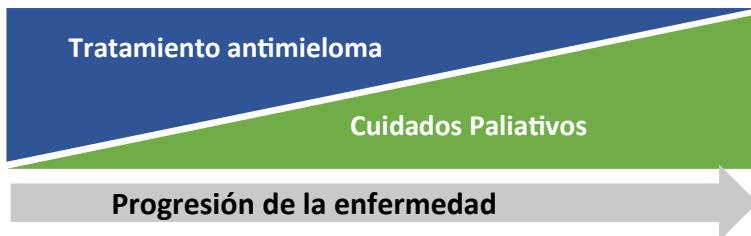
- Aliviar el dolor y otros síntomas (fatiga, falta de apetito, náuseas, vómitos, estreñimiento, falta de respiración, insomnio...).
- Respetar la vida, y considerar la muerte como un proceso natural.
- No intentar retrasar ni acelerar la muerte.
- Integrar aspectos psicológicos, sociales y espirituales de los cuidados de las personas.
- Ofrecer ayuda a las personas cercanas al paciente durante el transcurso de la enfermedad y el duelo.
- Ofrecer un enfoque multidisciplinar para poder responder adecuadamente a las necesidades de las personas.
- Mejorar la calidad de vida, influye positivamente en el transcurso de la enfermedad.



¿Cuándo comenzar con los cuidados paliativos?

Los cuidados paliativos no deben limitarse a los últimos días de vida sino ser **aplicados de forma precoz y progresiva a medida que avanza la enfermedad**, en función de las necesidades de cada persona.

Puede recibirse atención de cuidados paliativos al mismo tiempo que otros tratamientos específicos de la enfermedad.





¿Qué profesionales coordinan la atención de cuidados paliativos?

Los cuidados paliativos son ofrecidos de **manera multidisciplinar** por profesionales de medicina, enfermería, psicología, trabajo social y otros profesionales sanitarios.

Generalmente, en personas con Mieloma Múltiple avanzado en los que no se contempla tratamiento intensivo, debido a edad avanzada o trastornos de salud, el equipo de **Hematología, Medicina de Familia y Cuidados Paliativos dirigirá y coordinará un tratamiento centrado en el control de síntomas y la mejora de la calidad de vida.**

Dependiendo de la situación particular de cada persona y sus necesidades conforme avance la enfermedad, se valorará el acceso a **equipos sanitarios especializados**, domiciliarios y hospitalarios, con el objetivo de poder ofrecer una atención más personalizada (equipos de atención primaria, unidades de hospitalización domiciliaria, equipos de soporte de cuidados paliativos y/o unidades de cuidados paliativos).



¿Cómo adaptar mis necesidades de cuidados paliativos?

De acuerdo a la situación y complejidad de cada persona, se adapta la atención de cuidados paliativos. En este sentido, es crucial la **colaboración de las personas cuidadoras** para esta fase de la enfermedad como elemento de apoyo para la toma de decisiones.



Es importante que consulten con su médico/a de referencia para **valorar sus necesidades, establecer un plan acorde a su situación particular, determinar voluntades anticipadas y prever la toma de decisiones compartida.**

Recomendaciones generales sobre cuidados paliativos:

✓ **SÍNTOMAS DE ALARMA:** es crucial reconocer las complicaciones o problemas urgentes. Ponga especial atención a los siguientes síntomas de alarma y consulte con su médico/a, puede tratarse de una urgencia médica:



- ❖ Fiebre superior a 38°.
- ❖ Alteraciones cognitivas, delirios.
- ❖ Dolor no controlado.
- ❖ Pérdida de fuerza en las piernas con dolor intenso en la espalda.
- ❖ Hinchazón, dolor y aparición de una zona roja caliente en piernas o brazo.
- ❖ Diarrea y vómitos persistentes.

Profesionales sanitarios de referencia y contacto: (A concretar por su médico/a)

Nombre	Profesional	Contacto
Dr/Dra.	Hematología	Llamar a la Centralita del CHUAC 981178000 y solicitar que le pongan en contacto con su especialista.
Dr/Dra.	Unidad de Cuidados Paliativos	
Dr/Dra.	Medicina de Familia	Solicite a su médico/a del centro de salud un teléfono de contacto.
Personal de emergencias	Ambulancia	Llamar a 061.

* Para más información sobre complicaciones del mieloma consulte:

1. ¿Qué son los Cuidados Paliativos?. Servicio Galego de Saúde. 2. Sociedad Gallega de Cuidados Paliativos SOGACOPAL. 3. Cuidados Paliativos. Cómo mejorar la calidad de vida de las personas con cáncer y la de sus familias. American Society of Clinical Oncology. Cancer .net



SERVIZO
GALEGO
de SAÚDE

Área Sanitaria da Coruña e Cee