



Guía para un **acompañamiento respetuoso y sensible** en los últimos días de vida de una persona mayor **residente de un ELEAM** en tiempos de Covid-19

Realizamos un **reconocimiento y agradecimiento** a todo el personal sociosanitario que trabaja día y noche en la primera línea de esta pandemia cuidando a las personas mayores.

**¡SENAMA y todo Chile los aplaude en esta importante tarea!**

Sabemos que cada uno está dando lo mejor de sí en circunstancias muy complejas.

## ¿Por qué se elaboró esta guía?

El COVID-19 es una situación amenazante y un potente amplificador de sufrimiento y nos ha hecho reflexionar profundamente sobre el Buen Morir, temática “especialmente vital y especialmente difícil” en estos tiempos.

La mitigación del sufrimiento en todas sus formas, el resguardo de los factores protectores y el respeto de la dignidad de la persona mayor al final de la vida, son relevantes en la respuesta frente a la situación de crisis que estamos viviendo.

## ¿A quienes está dirigida la guía?

A todos los funcionarios sociosanitarios que trabajan en Establecimientos de Larga Estadía (ELEAM) en Chile, en especial a aquellos que están en el trato directo de la persona mayor.



## ¿Cuál es el objetivo de la guía?

Complementar las herramientas necesarias para fortalecer la calidad de vida y muerte de los residentes, a través de un acompañamiento respetuoso y sensible en sus últimos días de vida, y teniendo siempre presente que la dignidad al final de la vida tiene que respetarse por todos los medios.

## ¿Cómo realizar un acompañamiento respetuoso y sensible a las personas mayores en sus últimos días?

- 1 Acepte la irreversibilidad y limitación que nos impone la muerte.
- 2 Cuidar humanamente requiere una mirada hacia “la persona”.
- 3 Apoye las necesidades físicas y/o médicas.
- 4 Apoye las necesidades emocionales, espirituales y relacionales.
- 5 Apoyo en las necesidades éticas.



**“El Buen Morir implica enfocar los cuidados de profesionales sociosanitarios en las necesidades de las personas mayores y en la vivencia de la máxima sensación de calidez, respeto y calidad en la vida y en la muerte” [1].**

## 1 Acepte la irreversibilidad y limitación que nos impone la muerte



## 2 Cuidar humanamente requiere una mirada hacia “la persona”

**“La clave es entregar un cuidado personalizado, que el residente valore y le haga sentido”.**

- Pregunte a la persona mayor, al funcionario que lo cuidó o familiares, si tiene necesidades religiosas, culturales o espirituales. Llámelo por su nombre.
- Proporcione sonidos y sensaciones familiares, por ejemplo, una manta o canción favorita. Los residentes no pierden el sentido del oído y el tacto, aunque estén con sedación.
- No lo abandone. Procure acercarse con ternura, acompañar con interés, compadecer el sufrimiento y actuar con prudencia, para que nadie muera con dolor, solo o con miedo [1].

### 3 Apoye las necesidades físicas y/o médicas

El COVID-19 pone en riesgo a toda la humanidad, pero su letalidad suele ser más frecuente en la vejez. **Recomendaciones farmacológicas y no farmacológicas en los últimos días:**



Si el paciente pregunta por el dolor en sus últimas horas, compruebe que se cuenta con recursos técnicamente adecuados para calmar lo mejor posible todo tipo de dolencias [3].



Ofrezca alimentos blandos y sorbos de agua con cuchara o bombilla cuando la persona esté consciente, pero permítale rechazarlos sin forzar la ingesta [4].



No descuide el aseo personal del paciente: lavados diarios y mudas constantes [4]. El confort personal es muy importante.



Tenga en cuenta que la dificultad para respirar y la tos pueden ser causa de agitación, angustia y pueden entorpecer la comunicación. Dele tiempo y espacio al paciente para que se exprese. Bríndele calma a través de un apretón de manos, una mirada o palabras siempre tranquilizadoras [4].



Entregue los medicamentos a las horas programadas, para el control de síntomas. Además de manejar el dolor, considere la posición del paciente en la cama, ya que quizás no puede moverse por sí mismo y esto es causa de incomodidad. Posiciónelo con ayuda de cojines y almohadas, evadiendo dolores preexistentes [4].



Planifique la atención. Converse honestamente sobre las preferencias y prioridades del residente, incluidas algunas decisiones importantes acerca del tratamiento, como la ventilación mecánica, ingreso a una unidad de cuidado intensivo, así como la posibilidad de rechazar el tratamiento.

**“Mantenga a la persona mayor en un ambiente protegido, de tranquilidad, y evite la iluminación brillante si se prevé un período agónico largo”.**



## 4

## Apoye las necesidades emocionales, espirituales y relacionales

Cuando las personas afrontan sus últimos años de vida viven un duelo anticipado que los hace sentirse más cerca de la muerte y se hacen conscientes de que algunas de sus capacidades van declinando. El COVID-19 representa una irrupción a esta evolución natural, aumentando las probabilidades de muerte de una persona mayor.

El residente tendrá una base sólida para elaborar su partida si cuenta con un apoyo orientado a fortalecer sus habilidades emocionales y espirituales.



Reconozca y responda a la tensión que provoca en algunos residentes el aislamiento social y el traslado a las residencias de COVID-19. Escúchelos con atención e intente entender sus preocupaciones. Póngase en el lugar del otro



Cuéntele que habrá todo un equipo preocupado por su salud y bienestar. Recálquele que para las personas que lo atienden es importante que él se sienta lo más cómodo posible en estas circunstancias.



Si usted lleva mucho tiempo cuidando a una persona mayor y está encariñado con él/ella, puede contactar al profesional sociosanitario que lo cuidará, para acompañarlo vía audios.



Si la persona mayor le confiesa su miedo o angustia frente a la muerte, cálmelo con cariño, escúchelo e identifique, cuál es el sentido que tiene para él/ella la vida y la muerte.



Calme el miedo de las personas que tienen sentido trascendente de la vida o fe, explicándoles la importancia de entregarse a ese profundo acto de trascendencia que es el pasaje de la vida a la muerte, el cual puede implicar el nacimiento a otro plano de existencia.



Calme el miedo de los pacientes que tienen una visión material o biológica de la existencia, recomendándoles que se despidan de todo lo vivido de la manera más amorosa posible.



Algunos enfermos pueden desencadenar una crisis espiritual que provoca ansiedad y deseos de morir. Ayúdelos a afrontar este sufrimiento y transformar su desesperación en esperanza y serenidad; muchos necesitan reconciliarse con personas significativas. [6]



Solicite la presencia online de sacerdotes, diáconos o pastores evangélicos, de acuerdo a la creencia del adulto mayor explicitada en la ficha. También puede facilitar la trasmisión de un culto religioso en la televisión.



Contacte a las personas significativas o familiares para que manden videos o audios con un mensaje "positivo y amoroso". Puede pedirles aportes, si pueden y quieren, en elementos de higiene con rico olor, como cremas o colonias y chocolates que le permita endulzar la vida.



Sea compasivo, esté dispuesto a escuchar a la persona y tómese su tiempo. Invítelo a expresar sus pensamientos y emociones, si puede comunicarse. Por ejemplo, puede preguntar: ¿Hay algo que necesite que yo transmita? ¿Tiene algún pendiente? Escuchar su sentimiento puede ayudarlo a irse en paz. Cuide la confidencialidad, si la persona así lo quiere.



El humor y las anécdotas son necesarios, en sus dosis justas, en los procesos de duelo.



Prepare a la persona mayor para su última despedida, la que no puede ser presencial, y ofrézcale un celular para que haga un video o audio. Cuéntele que es un medio que algunos utilizan para pedir perdón, liberar de culpas, decir te quiero y agradecer.

**“Cuidar a personas mayores y/o a una persona moribunda puede ser una experiencia agotadora, tanto física como emocionalmente. Es necesario que usted también se cuide. Realice descansos, aliméntese bien, hidrátese, tome vitaminas y regálese tiempos de ocio”.**

## 5 Apoyo en las necesidades éticas

Cuando las personas afrontan sus últimos años de vida viven un duelo anticipado que los hace sentirse más cerca de la muerte y se hacen conscientes de que algunas de sus capacidades van declinando. El COVID-19 representa una irrupción a esta evolución natural, aumentando las probabilidades de muerte de un adulto mayor. El residente tendrá una base sólida para elaborar su partida si cuenta con un apoyo orientado a fortalecer sus habilidades emocionales y espirituales.



Planifique la atención. Converse honestamente sobre las preferencias y prioridades del residente, incluidas algunas decisiones importantes acerca del tratamiento, como la ventilación mecánica, ingreso a una unidad de cuidado intensivo, así como la posibilidad de rechazar el tratamiento.



Apóyelos en forma neutral, para que tomen sus propias decisiones valóricas.



Finalmente, si somos capaces de cuidar con ternura, transmitir serenidad y paz, estar atentos y empáticos a las necesidades finales del residente, estaremos ofreciendo un “buen morir”.





## ¿Cómo seguimos?

En este texto entregamos una guía de actuación multiprofesional con conceptos acotados, sin embargo, sabemos que es un tema amplio y que los funcionarios que trabajan directamente con personas mayores tienen tradiciones, formalidades, dudas y visiones importantes de incorporar para lograr un documento completo y significativo.

Por esto planteamos este documento como una “guía abierta” que se irá construyendo en conjunto con distintos ELEM que representen a cada región de Chile.

### Bibliografía

Benito E. (2018) “Humanizar el proceso de morir”. Congreso Asociación Latino Americana de CP. Santiago de Chile, abril.

Yalom I. (2009) “Mirar el Sol, Cómo superar el miedo a la muerte”, Edit. Booket.

NSB (2020) “ Lo que puedes hacer para cuidar prácticamente a alguien que está en sus últimos días y horas de vida”.

Rimpoche S. (2015) “El Libro de los tibetanos de la vida y la muerte” Edit. Urano.

Nevado M y Gonzalez J “Acompañar en el duelo, de la ausencia de significado al significado de la ausencia”.

Entrevistas: Alida Morales, Coach Ontológico: 16/04/2020; 28/04/2020; 13/05/2020; 22/05/2020. Alberto Wang, Director de la Escuela de Análisis Bioenergético (FSBA) en Buenos Aires: 8/04/2020; 19/05/2020 y Marcelo Blacutt, Geriatra: 21/04/ 2020.

#### Autor Responsable

Paula Capocchi.

#### Colaboradores

Alberto Rojas, Alberto Wang,  
Alida Morales, Carmen Luz Belloni,  
Cecilia Salinas, Erika Cyrus-Baker,  
Gladys González, José Miguel Morales.

#### Edición Editorial

Equipo de Comunicaciones Senama.



Guía para un **acompañamiento respetuoso y sensible** en los últimos días de vida De una persona mayor **residente de un ELEAM** en tiempos de Covid-19

