



## **La COMIDA y los LÍQUIDOS en la etapa final de la vida**

En la etapa final de la vida, los pacientes suelen tener menos apetito, perder el interés en comer y beber y bajar de peso. Algunos pueden perder la capacidad de tragar, razón por la cual comen y beben menos. En un punto de la enfermedad, la mayoría de los pacientes no podrán ingerir alimentos y líquidos por la boca o rechazarán la comida, incluso sus comidas preferidas. Estos cambios pueden afligir a los familiares y otras personas a cargo del cuidado y plantean interrogantes respecto de la alimentación e hidratación en forma artificial.

### **¿En qué consisten la alimentación y la hidratación?**

- La alimentación consiste en incorporar alimentos y líquidos en el cuerpo.
- La hidratación consiste en proporcionar líquidos al cuerpo.

### **De qué manera puede ayudar usted:**

- Ofrezca las comidas y bebidas preferidas, pero respete el nivel de apetito y sed del paciente.
- Ofrezca líquidos para que los tome de a sorbos con frecuencia, por lo menos cada dos horas.
- Si las náuseas son un problema, sirva pequeñas porciones de alimentos salados (no dulces) y líquidos claros.
- Limpie la boca a menudo: si la boca tiene sabor a limpio, la comida puede tener un mejor sabor.
- Haga que “la hora de la comida” sea un momento placentero y tranquilizador. Aliente al paciente para que descansa antes y después de una comida.
- Ayude a que los demás familiares y amigos entiendan por qué comer y beber puede causarle incomodidad al paciente.
- Además de la comida y la bebida, busque otras maneras de demostrarle al paciente que usted se preocupa. Por ejemplo, ofrezca al paciente hacerle un masaje o leerle o mirar fotografías juntos.

Es normal que el paciente tenga menos apetito y beba menos mientras la enfermedad evoluciona. Las opciones de tratamiento dependerán de la enfermedad y los deseos del paciente. Debe tener presente que el apetito del paciente será menor cuanto más se acerque a la etapa final de la vida. Forzar la ingesta de alimentos y líquidos cuando el cuerpo ya no los procesa puede causar un fuerte sufrimiento en la persona, agravar su enfermedad y provocar la muerte.

Sin embargo, es posible que sea necesario tratar ciertos síntomas y los familiares a menudo necesitan apoyo adicional para abordar estas cuestiones. Hable con el equipo de atención médica acerca de sus inquietudes. Tenga la plena seguridad de que el equipo de atención médica trabajará con usted a fin de entender y manejar los problemas de alimentación e hidratación de acuerdo con los valores y los objetivos del paciente y de sus familiares.

## **Informe al equipo de atención médica:**

Si el paciente:

- No puede comer o beber.
- Tiene problemas para tragar.
- Tiene prótesis dentales que no calzan en forma adecuada.
- Tiene la boca o lengua seca.
- Baja más de cinco libras en una semana.
- Orina menos.
- Comienza a tener confusión o somnolencia.

**¿Necesita más información o ayuda? Llame al 633-3400 las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para recibir ayuda al instante. Gracias por permitirnos contribuir a cuidar de usted y sus seres queridos.**