



Reconociendo los signos de la muerte

Una guía para voluntarios y cuidadores





¿Por qué es importante hablar de esto?

- Para que los cuidadores y voluntarios se sientan mejor preparados para afrontar la muerte
- Promover la comprensión y la compasión entre el sistema de apoyo del paciente.
- Fomentar el consuelo y el apoyo emocional del paciente moribundo.



El proceso de morir

- Morir suele ser un proceso gradual que puede durar días o semanas.
- Se producen cambios físicos, emocionales y espirituales.
- La experiencia de cada persona es única



Signos físicos: Etapa temprana

- Aumento de la fatiga y necesidad de descanso.
- Disminución del apetito y de la ingesta de líquidos.
- Cambios en el ritmo respiratorio (pueden ser sutiles)
- Retirada de la interacción social

Signos físicos: etapa tardía



- Respiración irregular o superficial (patrón de Cheyne-Stokes)
- Frialdad en manos, pies y piernas.
- Piel moteada o azulada, especialmente en las extremidades
- Disminución de la producción de orina



Cambios emocionales y mentales

- Períodos de confusión o desorientación
- Hablar con personas invisibles o recordar acontecimientos pasados
- Inquietud o agitación
- Deseo de soledad



Cuidando la comodidad física

- Mantenga la boca y los labios de la persona húmedos.
- Ajuste la posición para mayor comodidad y una respiración más fácil.
- Utilice mantas suaves para abrigarse.
- Reducir el ruido y las luces brillantes.

Apoyo emocional y espiritual



- Siéntate en silencio y escucha sin juzgar.
- Ofrezca un toque suave si es bienvenido
- Respetar las creencias culturales y personales
- Apoyar conversaciones significativas y su cierre.

Cuando la muerte está cerca



- Respiración irregular (Cheyne-Stokes)
- Estertor de la muerte
- Falta de respuesta
- Ojos parcialmente abiertos pero no enfocados
- La respiración se detiene, el corazón deja de latir.

Reflexiones finales



- Reconocer señales puede ayudarnos a brindar una presencia tranquila y compasiva.
- Centrarse en la comodidad, la dignidad y el respeto.
- Los cuidados al final de la vida consisten en honrar el camino recorrido por la persona.

Referencias



<https://www.cancer.gov/about-cancer/advanced-cancer/care-choices/care-fact-sheet#what-are-the-signs-that-death-is-approaching-and-what-can-the-caregiver-do-to-make-the-person-comfortable-during-this-time>

<https://www.verywellhealth.com/the-journey-towards-death-1132504>

<https://www.mariecurie.org.uk/information/end-of-life/last-weeks-of-life>