# Los últimos días en casa: guía para el cuidador

Para las familias que cuidan en casa a alguien en hospicio. Imprímala y téngala junto al teléfono.

## A quién llamar a las 2 de la mañana

**Llame primero al hospicio, antes del 911 o de la sala de emergencias.**

### Llame al hospicio por

- Dolor o falta de aire que no se calma
- Inquietud o confusión nueva o fuerte
- Un cambio en la respiración que le asuste
- Una caída o un sangrado
- Una pregunta sobre un medicamento
- Cualquier cambio del que no esté seguro

### Cuando llame, tenga a la mano

- ☐ El nombre y la fecha de nacimiento del paciente
- ☐ Qué cambió y cuándo empezó
- ☐ Cualquier medicamento que le dio, y la hora

### Si cree que la persona falleció

No es una emergencia. No llame al 911. Llame al hospicio. Va a ir una enfermera.

### Cuándo llamar al 911

Un incendio, o una emergencia que no tiene nada que ver con la enfermedad, como una lesión que necesita atención urgente. Después llame al hospicio.

**¿Vive en el sur de California? Una enfermera de Beta Hospice contesta el (877) 258-7129 las 24 horas, los 7 días de la semana. Atención en español: lunes a viernes, de 10 am a 5 pm.** Si su ser querido está con otro hospicio, llame primero al número de ese hospicio.

NÚMERO DE NUESTRO HOSPICIO, LAS 24 HORAS _____

ENFERMERA _____

FUNERARIA _____

## Señales de que la muerte está cerca, por plazo

Tome el patrón como una guía aproximada. Los tiempos varían mucho y no todas las señales aparecen.

| PLAZO APROXIMADO | LO QUE SE VE A MENUDO |
|---|---|
| **Semanas o meses** | Duerme más, come menos, baja de peso, pierde interés en la gente y las actividades, más debilidad |
| **Una o dos semanas** | Duerme casi todo el tiempo, come y bebe muy poco, le cuesta tragar, confusión o inquietud, sueños con personas que ya fallecieron |
| **Días** | Cambios en la respiración, manos y pies fríos, cambios de color en la piel, mucha menos orina, a veces un momento corto de energía o lucidez |
| **Horas (el último día o dos)** | Pausas largas en la respiración, respiración ruidosa, rodillas y pies con manchas, poca o ninguna respuesta |

No todas las personas muestran todos los cambios, y el orden puede variar. Es posible que todavía oiga. La mayoría de las personas todavía puede oír cuando ya no puede hablar. Háblele a la persona, no de ella, y diga lo que quiera decir.


Beta Hospice Care, Inc. · noviembre de 2026

## La piel moteada

La piel toma un aspecto manchado, como marmoleado, con zonas desiguales moradas, azuladas, grises o pálidas. La Hospice Foundation of America describe estos cambios de la piel como una señal de que la muerte muchas veces llega en días u horas. La piel moteada no necesita tratamiento. Lo que ayuda es la comodidad.

- **Mantenga a la persona abrigada, no acalorada.** Basta con una cobija ligera y suave si parece tener frío.
- **No use almohadillas eléctricas ni cobijas eléctricas.** El Instituto Nacional del Cáncer recomienda no usarlas, y la Hospice Foundation of America advierte que la piel delgada y frágil se quema con facilidad.
- **Cámbiela de posición con suavidad**, como le enseñó la enfermera o la auxiliar. Alivia la rigidez y protege la piel. Pregúntele a la enfermera cada cuánto hacerlo en esta etapa.
- **Llame a los familiares que quieran estar**, si la enfermera cree que queda poco tiempo.

Llame cuando note la piel moteada por primera vez, para que la enfermera la vea y le diga qué cree que significa.

## La respiración ruidosa (el estertor de la muerte)

El National Institute on Aging dice que, en la mayoría de los casos, esta respiración ruidosa no molesta a la persona que está muriendo, aunque puede alarmar a la familia y a los amigos. La enfermera le mostrará cada una de estas cosas. Ninguna necesita equipo.

- Ponga a la persona de lado, con una almohada detrás de la espalda, para que la saliva salga de la garganta en lugar de acumularse en ella.
- Levante la cabecera de la cama, o ponga una almohada debajo de la cabeza y los hombros.
- Mantenga la boca limpia y húmeda con un paño suave y húmedo o un hisopo húmedo, y los labios suaves con bálsamo labial.
- No intente despejar la garganta con un dedo ni con un aspirador casero; no llega hasta el sonido y puede lastimar.
- Deje de ofrecer líquidos cuando la persona ya no pueda tragar. Los sorbos y los trocitos de hielo son para quien todavía puede tomarlos sin peligro.
- Si el sonido continúa después de acomodar a la persona, el kit de comodidad tiene un medicamento que seca las secreciones. La enfermera le dirá cuándo darlo.

## El kit de comodidad

Se usa solo cuando una enfermera de hospicio lo indica, y la enfermera le dice exactamente qué dar y cuánto. El contenido varía según la persona y las órdenes del médico.

| SÍNTOMA | QUÉ SUELE CONTENER EL KIT |
|---|---|
| **Dolor y falta de aire** | Una pequeña cantidad de un analgésico opioide líquido, casi siempre morfina |
| **Ansiedad, inquietud o agitación** | Un medicamento calmante |
| **Náuseas y vómitos** | Un medicamento contra las náuseas |
| **Respiración ruidosa por secreciones** | Un medicamento que seca las secreciones |
| **Fiebre o estreñimiento** | Un medicamento para la fiebre y un laxante o supositorio |

Anote qué dio y a qué hora. Nunca dé un medicamento del kit por su propio criterio, y nunca se lo dé a otra persona que no sea aquella para quien fue recetado. Manténgalo fuera del alcance de niños, visitas y mascotas. No pase los medicamentos a otros envases.

## Cuando su ser querido fallece en casa

**Una muerte esperada en casa, en hospicio, no es una emergencia médica.**

> No llame al 911 ni empiece RCP, a menos que la persona lo haya pedido y el equipo de hospicio lo sepa. Si alguien ya llamó al 911, muéstreles a los paramédicos el formulario POLST si lo hay, y llame al hospicio de inmediato.

1. **Tómese su tiempo.** Siéntese con la persona, tómele la mano, rece o quédese en silencio. No hay una regla sobre cuánto tiempo. Llame a los familiares que quieran venir.
2. **Llame al hospicio.** Diga que su ser querido falleció. La enfermera le hará unas preguntas y le dirá a qué hora llega.
3. **Llega la enfermera.** La enfermera confirma la muerte, avisa al médico, anota la hora y puede ayudar a lavar y vestir a la persona.
4. **Se llama a la funeraria.** La enfermera llama a la funeraria o al servicio de cremación que usted eligió. Puede pedirles que esperen a que llegue la familia.
5. **Medicamentos.** La enfermera revisa los medicamentos con usted y le explica cómo desecharlos. Los opioides que sobren no deben quedarse en la casa.
6. **Equipo.** El hospicio organiza que recojan la cama, el oxígeno y lo demás, por lo general en unos días, el día que a usted le convenga.
7. **Acta de defunción.** El médico certifica la causa de la muerte. La funeraria registra el acta. Pida varias copias certificadas.

Si el duelo se siente más pesado de lo que puede cargar, o tiene pensamientos de quitarse la vida, llame o envíe un texto al 988, a cualquier hora.

## Si vive en California

Algunas ayudas y algunos documentos son propios de California. Por etapa:

- **Semanas o meses:** si trabaja en California y paga el Seguro Estatal de Incapacidad, el Permiso Familiar Pagado paga hasta 8 semanas en un período de 12 meses mientras cuida a un familiar en hospicio.
- **Cuando crece el cuidado diario:** los Servicios de Apoyo en el Hogar (IHSS), un programa de Medi-Cal administrado por el condado, pueden pagar las horas de un cuidador, y una persona en hospicio puede tener ambos.
- **Días y horas:** si la persona tiene un POLST, la orden médica que les dice a los equipos de emergencia qué tratamiento quiere, téngalo donde un paramédico lo pueda encontrar, como junto a la cama o en el refrigerador.
- **Después de la muerte:** llame al hospicio, no al 911. La funeraria registra el acta de defunción en la oficina local de registro, dentro de 8 días después de la muerte, como lo exige la ley de California.

Cada sección viene de una guía de Beta Hospice revisada por nuestro director médico. No reemplaza lo que le diga la enfermera de su propio hospicio.