



# **Mi familiar**

está internado en la Unidad  
de Cuidados Intensivos

*¿Qué es importante saber?*



HOSPITAL UNIVERSITARIO  
**AUSTRAL**

UNIDAD DE  
CUIDADOS INTENSIVOS

# Te recibimos

*en la Unidad de  
Cuidados Intensivos*



Mirá el video



# A los familiares

En nombre de todo el equipo de la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) les damos una cálida bienvenida. Estamos comprometidos para que la estadía de cada familia sea lo más segura posible. Preparamos este material para que tengan una guía durante la internación y que puedan consultar cada vez que la necesiten. Si luego de leerla precisan más información, no duden en preguntar a cualquier miembro del equipo tratante.

Sabemos que una de las principales necesidades como familiares de un paciente internado en la UCI es estar informado. Por eso, en este instructivo encontrarán información sobre:

- Las características especiales del servicio.
- La dinámica y normas de la Unidad.
- Los recursos a disposición del paciente y su familia.



# Índice

A los familiares .....	01
Cuidados especializados .....	04
El equipo tratante .....	04
Técnica correcta de higiene de manos .....	05
Equipamiento de las habitaciones .....	06
Monitor multiparamétrico .....	07
Bomba de infusión continua .....	07
Ventilador .....	07
Catéter de monitoreo de presión intracraneana .....	07
Máquina de diálisis .....	07
Marcapasos .....	07
Identificación del paciente .....	08
Información del parte médico .....	08
¿Cómo se brinda la información el día de ingreso a la UCI? .....	09
¿Voy a poder ver a mi familiar? .....	09
¿Cómo puedo saber su estado de salud? .....	09
¿Qué sucede si mi familiar empeora su condición en algún momento del día, antes de recibir el próximo informe? .....	10
Técnicas y procedimientos .....	11
Catéter venoso central o periférico .....	11
Catéter urinario .....	11
Sonda para nutrición enteral .....	11
Decúbito prono .....	12
Cánula nasal de alto flujo (cafo) .....	12
Ventilación no invasiva .....	12
Ventilación mecánica invasiva .....	13
Traqueotomía .....	13
El día a día de mi familiar en la UCI .....	14
¿Cómo respira? .....	14
¿Puede comer y beber? .....	14
Alimentación segura .....	15
¿Cómo se higieniza? .....	15
Medicación habitual .....	16
¿Cómo es su movilización y rehabilitación? .....	16
¿Qué es importante saber sobre el reposo y sueño? .....	17
Control y mantenimiento de la temperatura .....	18
¿Cómo prevenir riesgos de caídas? .....	18

Sala de espera para familiares .....	20
Educación a la familia .....	20
Dinámica y normativa de la UCI .....	20
¿Sabías que nuestra UCI es a puertas abiertas? .....	21
Pedidos especiales a familiares y acompañantes .....	22
Las visitas de menores, ¿se recomiendan? .....	23
Las visitas de mascotas ¿se recomiendan? .....	23
¿Cómo comunicarme con mi familiar? .....	23
Creencias y valores .....	24
Traslados .....	24
Certificados e informes .....	25
Acompañamiento psicosocial .....	25
Adicionales de internación .....	25
Horarios de comidas para los pacientes .....	25
Tengo a mi familiar internado en la UCI .....	26
¿Cómo estoy? .....	26
¿Qué puedo hacer para sentirme mejor? .....	27
Alimentación equilibrada .....	27
Descanso adecuado .....	27
Ejercicios o actividades de distracción .....	27
Tengo dudas: ¿qué hacer en estos casos? .....	28
¿Qué pasa después de la UCI? .....	28

## Cuidados especializados

La UCI es un servicio de alta complejidad, ubicado en el 2° piso de internación, que provee cuidados especializados en monitoreo, soporte vital avanzado y tratamiento de pacientes críticamente enfermos que necesitan de cuidados especiales.

## El equipo tratante

El Servicio se encuentra conformado por un equipo multidisciplinario que asiste de forma continua al paciente y su familia. Nuestro objetivo es ofrecerle una asistencia segura y de calidad, donde la calidez del trato humano y personalizado, basado en nuestro ideario como Institución, sea un valor agregado en la atención.

Conocé a los miembros del Equipo



### PASES DE GUARDIA

- Enfermería:
  - De 6.50 a 7.20 h
  - De 13.50 a 14.20 h
  - De 20.50 a 21.20 h
- Médicos:
  - De 7.30 a 08.30 h
  - De 14.00 a 15.30 h
- Kinesiología:
  - De 08.00 a 8.30 h
  - De 13.30 a 14.30 h

Estos horarios pueden variar, acorde a la situación general de los pacientes.

Antes de continuar, es importante mencionarte que tanto vos como nosotros tenemos una gran misión:

**Todos debemos higienizarnos las manos antes y después de salir de la habitación del paciente.**

## Técnica correcta de higiene de manos

En el ingreso a la UCI encontrarás piletas donde deberás realizarte la higiene de manos con agua y jabón. Luego, antes de ingresar a la unidad de tu familiar, encontrarás un frasco de alcohol con las instrucciones de uso.

*“Es el punto de partida para la reducción de las infecciones asociadas a la atención sanitaria y la mejora de la seguridad del paciente” - OMS.*

### UTILIZAR AGUA Y/O JABÓN EN GEL



### La higiene en 6 pasos

- ① Palma con palma
- ② Palma con dorso
- ③ Entre los dedos
- ④ Las puntas de los dedos
- ⑤ Los pulgares
- ⑥ Las uñas

## Equipamiento de las habitaciones

Cada habitación tiene un equipamiento específico que, al principio, puede resultar desconocido. Estos dispositivos van conectados al paciente y son necesarios para garantizar el monitoreo continuo, el cuidado y el tratamiento que se le proporciona.

Estos equipos disponen de alarmas que informan de todas las variaciones que puedan producirse por distintos motivos, y no siempre están relacionadas con situaciones de urgencia.

Además, están conectados a un monitor central que permite al personal de Enfermería observar de forma continua el estado de tu familiar. A continuación detallamos algunas sugerencias:

- *Si escuchás algún **sonido extraño en el monitoreo** de tu familiar, no te preocupes ya que Enfermería también visualiza el monitor central.*
- *No todas las personas internadas tienen **indicación de estar monitorizados**, sino que dependerá de la condición clínica y la decisión del equipo asistencial.*
- *Contamos con un **monitoreo de cámaras individuales** en cada habitación, para ofrecer al paciente y al familiar una mayor seguridad.*

Cada habitación es higienizada diariamente por el personal de limpieza. Por eso, es necesario mantenerla ordenada y libre de objetos personales. Te pedimos no colocar cartelería, fotos o imágenes en las paredes, para que el personal pueda realizar su trabajo de forma efectiva.



## Monitor multiparamétrico

Este aparato refleja los signos vitales de manera constante, así como cualquier cambio que se produzca.



## Bomba de infusión continua

Se utilizan para administrar medicamentos de alto riesgo con máxima precisión.



## Ventilador

Proporciona aire y oxígeno para que tu familiar pueda respirar a través de un tubo endotraqueal o cánula de traqueostomía, hasta que se establezca, mejore y pueda respirar por sus propios medios.



## Catéter de monitoreo de presión intracraneana

Proporciona información relacionada con la presión dentro del cráneo. Se utiliza en situación de patología neuroquirúrgica grave, como por ejemplo el traumatismo de cráneo y accidentes cerebrovasculares, entre otros.



## Máquina de diálisis

Sustituye la función del riñón y ayuda al paciente a eliminar líquidos y toxinas de la sangre. Para su funcionamiento, es necesario que la sangre pase por la máquina que la filtra y la devuelve depurada.



## Marcapasos

Si tu familiar fue intervenido con algún procedimiento coronario, es posible que lleve este marcapasos que le permitirá mantener el ritmo del corazón. Esto no significa que regresará a casa con el dispositivo.

## Identificación del paciente:

Notarás que muchos profesionales te preguntarán los datos personales de tu familiar. Esta es una medida para su seguridad. Podrás hacer lo mismo con nosotros. Además, cada profesional que asista a tu familiar cuenta con una tarjeta identificatoria.

Antes de realizar cualquier procedimiento, chequearemos la pulsera identificatoria color verde que tiene el paciente, donde constan los siguientes datos:

Nombre y apellido • Fecha de nacimiento  
Número de historia clínica



Es importante que sepas que el Hospital no se hace responsable de la pérdida de objetos personales. Consultá a Enfermería por la bolsa 'PEPA', para guardar los objetos de valor de tu familiar.

## Información del parte médico

Los pacientes tienen derecho a ser informados sobre su enfermedad, salvo cuando manifiestan la voluntad de no querer saber, o no se encuentran en condiciones de recibir y comprender la información.

Una vez por día de 12 a 15 h.

## ¿Cómo se brinda la información el día de ingreso a la UCI?

En caso de que acompañes a tu familiar para ingresar a la Unidad, el médico responsable del área (de planta permanente o de guardia, según el horario) te brindará un informe sobre su condición clínica. Si no encontramos a un familiar presente al ingreso, no te preocupes que lo contactaremos una vez que la condición del paciente lo permita.

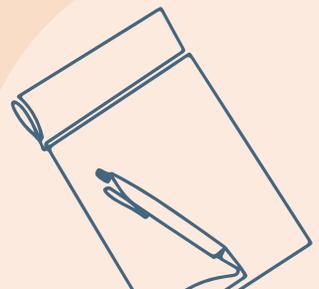
### ¿Voy a poder ver a mi familiar?

Sí. El horario de visitas para familiares y allegados es de 10 a 20 h. Además, el cuidador principal tiene permanencia absoluta, sin restricción horaria.

### ¿Cómo puedo saber su estado de salud?

Brindaremos al paciente y sus familiares información sobre su condición. Estas partes médicas se realizarán en la habitación donde permanece internado, excepto que el paciente notifique lo contrario.

Habitualmente, con el fin de mantener la confidencialidad del estado del paciente, **no brindamos información por teléfono**. En caso de que los informes no puedan ser brindados al paciente o familiar disponible en la habitación, recomendamos recibir la información sobre la situación por vía telefónica, otorgando previamente el número de teléfono de la persona que recibirá el informe a las gestoras del segundo piso (área de ingreso a la UCI).



La información sobre la situación del paciente será brindada una vez por día, en el horario de 12 a 15 h, previo acuerdo de horario e interlocutor designado que recibirá el informe (solicitamos si es posible disponer de dos números de teléfono eventuales). Posteriormente, se reflejará el parte médico en el registro clínico, así como los datos de quién otorgó la información y a quién le fue otorgada. Recomendamos que anotes previamente las dudas que tengas, para consultarle al médico en ese momento. Al final de este manual encontrarás espacio para hacerlo.

Los datos de tu familiar ingresado en la UCI se incluirán en una base de datos para el control de la actividad de la Unidad, así como para el seguimiento de diferentes tipos de enfermedades, la evolución y los efectos o eventos adversos, con la finalidad de aumentar la calidad de la atención. Estos datos serán tratados con extrema confidencialidad.

### **¿Qué sucede si mi familiar empeora su condición en algún momento del día, antes de recibir el próximo informe?**

Si tu familiar cambia de condición respecto del estado de situación y pronóstico planteado en el informe previo, nos comunicaremos con vos a la brevedad posible, para notificarte el cambio producido, el plan de acción y el posible pronóstico.



# Técnicas y procedimientos

Durante la estadía del paciente, es posible que se le realicen diferentes procedimientos, siempre dependiendo de su estado y necesidad. A continuación detallamos algunos de ellos:

## • Catéter venoso central o periférico

Se trata de la colocación de catéteres en diferentes partes del cuerpo, para la administración continua de la medicación.



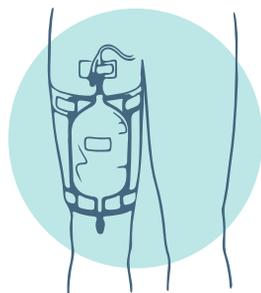
Catéter venoso central



Catéter venoso periférico

## • Catéter urinario

Este dispositivo se encuentra introducido en la vejiga, para evacuar y controlar la cantidad de orina que el paciente produce.



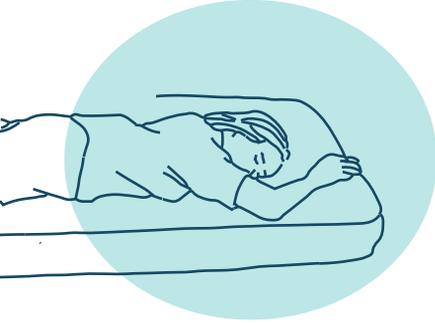
## • Sonda para nutrición enteral

Se introduce por la nariz y se ubica en el estómago, para la administración continua de nutrientes cuando la condición del paciente no permita la ingesta de alimentos por vía oral.



## • Decúbito prono

Existen situaciones clínicas donde puede ser necesario colocar a tu familiar boca abajo en la cama. Esta técnica sirve para mejorar la ventilación de los pulmones, ya que es frecuente que en esta posición se hinchen la cara y los párpados, pero esta inflamación es temporal y se resuelve al cambiar de posición. En estos casos, es importante que el paciente no hable mucho durante las visitas, para evitar la fatiga.



## Oxigenoterapia

Existen dispositivos, como cánulas nasales o máscara, que ayudan a mejorar la oxigenación cuando tu familiar lo requiera.

## • Cánula nasal de alto flujo (cafo)

Se conecta desde la nariz del paciente a un respirador y permite aportar una mayor cantidad de oxígeno a mucha velocidad, como una última medida para evitar la intubación y conexión al ventilador. Los pacientes están despiertos y, como ayuda, pueden estar boca abajo (decúbito prono). Pueden tomar poca agua, aunque es importante que durante las visitas el paciente no hable mucho, por el trabajo que eso implica para sus pulmones.



## • Ventilación no invasiva

Permite entregar una cantidad de aire a elevada presión, a través de una máscara para evitar la fatiga de los músculos respiratorios y ayudar a los pulmones. La máscara puede cubrir la nariz y boca o toda la cara y se conecta a un ventilador. Es otra medida para tratar de evitar la intubación.



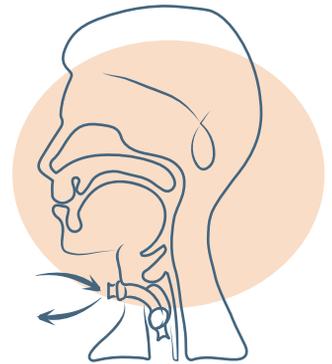
## • Ventilación mecánica invasiva

Consiste en la inserción de un tubo, a través de la boca, hasta la tráquea, para ayudar a respirar al paciente. Para ello, se administran fármacos para dormir, como una anestesia. Luego, tu familiar estará conectado al respirador y también llevará medicación para su mayor comodidad. En ocasiones, puede necesitar estar dormido durante varios días. Es importante que recuerdes que el paciente no podrá hablar mientras esté intubado.



## • Traqueotomía

Consiste en la inserción de una cánula en la tráquea, a través de un orificio que se realiza en el cuello, hasta los pulmones, para ayudar a respirar a tu familiar durante un tiempo determinado. El médico planteará la necesidad de realizar este procedimiento si lleva muchos días con el tubo que le ayuda a respirar. Por ello, se solicita la conformidad de un familiar, firmando un consentimiento informado. Con la traqueostomía, el paciente estará más comfortable. Generalmente, mientras lleve la cánula, no le saldrá la voz, pero se podrá comunicar. Si el paciente evoluciona favorablemente, la ventilación se retirará en un proceso gradual.



## El día a día de mi familiar en la UCI

El paciente es asistido por un equipo multidisciplinario conformado por el Servicio de Control de Infecciones, la Unidad de Cuidado de Heridas, la Unidad de Soporte Nutricional, enfermeros/as del equipo de Terapia de Infusión y profesionales de Medical Safety Officer.

La colaboración de la familia nos ayuda a proporcionar mejores cuidados para su familiar. A continuación, detallamos algunas inquietudes que podrías tener:

### ¿Cómo respira?

Generalmente, los pacientes precisan de un aporte suplementario de oxígeno. Puede que tu familiar lleve un tubo o una cánula de traqueotomía, una mascarilla conectada al ventilador o al oxígeno. Inicialmente puede necesitar el respirador de manera continua y, progresivamente, comenzará a respirar por sí mismo, con el objetivo de ir retirando la ayuda del ventilador.

### ¿Puede comer y beber?

Si tu familiar está intubado, no podrá comer ni beber por vía oral. Llevará una sonda insertada en la nariz hasta el estómago, por donde se le administrarán nutrientes y agua, con el seguimiento continuo de la **Unidad de Soporte Nutricional**. Es habitual que los pacientes al despertar refieran tener sensación de sed. Para mejorar esa sensación, podés mojarle los labios con una gasa.



## Alimentación segura

Si tu familiar lleva ventilación no invasiva, podrá consumir pequeñas cantidades de alimento y beber en los periodos de descanso, siempre y cuando no esté contraindicado. Si lleva una traqueostomía y no requiere conexión al ventilador, es posible que inicialmente se rehabilite la deglución y la fonación. Una vez que estas dos sean seguras, la cánula de traqueostomía se retirará y podrá comenzar a alimentarse con los alimentos triturados y de textura pastosa, para evitar que se atragante.

También te pedirá colaboración para asistirlo en la alimentación, en caso de ser necesario, pero recordá que no está permitido el ingreso de alimentos y/o bebidas a la Unidad, ni alimentar al paciente sin permiso del equipo tratante, para evitar complicaciones. Recordá traer las prótesis dentales, si las necesita. Cuando empiece a comer, el equipo se las solicitará.

## ¿Cómo se higieniza?

El equipo de Enfermería realizará diariamente los cuidados de higiene personal a tu familiar, lateralización y cuidados de la piel para evitar las lesiones por presión. Debido a la inmovilidad, la ventilación mecánica y la infusión de sueros, el paciente retiene líquidos y se lo ve más hinchado. La Unidad de Cuidado de Heridas realizará recorridos para recomendar los cuidados preventivos.

Debido a la inmovilización, normalmente los primeros días tu familiar puede sufrir estreñimiento. Por el contrario, debido al efecto de algunos medicamentos, puede aparecer diarrea. Cuando puedas colaborar en la higiene y movilidad de tu familiar, se te informará previamente.

Por favor, cuando puedas y sin urgencia, solicitamos que traigas los siguientes elementos para la higiene personal de tu familiar:

- Crema hidratante.
- Enjuague bucal.
- Perfume.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Por favor, no traigas ropa, ya que no es necesaria.

## Medicación habitual

Si tu familiar toma **medicación habitualmente**, por favor, informá al médico/a tratante, para que podamos coordinar con el área de Farmacia Clínica la dispensación correcta.

Es importante que no le administres medicamentos. Esta es una tarea del personal de Enfermería. Así evitamos posibles complicaciones y efectos adversos.

## ¿Cómo es su movilización y rehabilitación?

Es frecuente que tu familiar vaya perdiendo tono y fuerza en la musculatura, debido a la inmovilidad y a la situación de estrés. Para prevenirlo, los profesionales de Kinesiología realizarán fisioterapia respiratoria y rehabilitación motora, en diferentes horarios desde su ingreso.

### DECÚBITO LATERAL



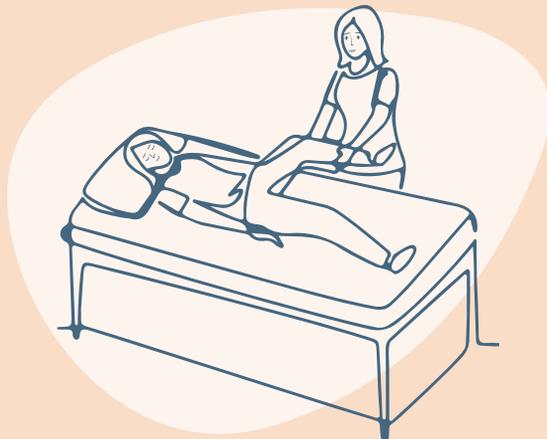
### SENTADO EN EL SILLÓN



Con dispositivos para prevenir lesiones por presión y rehabilitación motora.

Es posible que durante las visitas encuentres a tu familiar colocado en diferentes posiciones, alternando un lado y otro o sentado al borde de la cama o un sillón.

Seguro te solicitemos estar presente en determinados horarios a coordinar con el equipo de Kinesiología, para sentar a tu familiar y que no se produzcan riesgos de caída. Además, es un buen momento para ayudarnos a orientarlo y estimularlo.



Progresivamente, el equipo tratante te indicará cuándo comenzar a colaborar moviendo los brazos y las piernas. Antes de hacerlo, consultá siempre al responsable de Enfermería.

## ¿Qué es importante saber sobre el reposo y sueño?

Durante la internación en la UCI, tu familiar puede presentar cambios en el ritmo del sueño, lo que favorece la aparición de un estado temporal de confusión y desorientación llamado “delirio”. Para ello, contamos con un protocolo de cuidados que previene, identifica y trata el mismo. Si observás algún signo de esta conducta, no dudes en avisar al equipo tratante.



## Control y mantenimiento de la temperatura

Hay determinadas circunstancias que pueden provocar cambios de temperatura en el paciente, lo que hará que precise estar más o menos tapado para mantener la temperatura dentro de los límites normales.



Paciente cubierto con mantas para mantener la termosterregulación



Reloj de temperatura

### ¿Cómo prevenir riesgos de caídas?

A medida que tu familiar se va despertando por la retirada de fármacos sedantes y la pérdida de la noción del tiempo (no saber si es de día o de noche) puede generar confusión y desorientación. Por eso, es importante que durante las visitas le recuerdes dónde está y lo reorientes en el tiempo. Explícale el día y la hora que es, también podés traerle fotos o dibujos para mostrarle (por favor, no los pegues en la habitación).



Si a pesar de estas medidas tu familiar sigue inquieto y confuso, el equipo asistencial valorará (como último recurso) la necesidad de colocar contenciones para evitar que se lastime y se caiga. Implementaremos medidas estándares y especiales para prevenir el riesgo de caídas, una de ellas es colocarle un sticker color azul en la pulsera de identificación.



Sistemas de contención de mano



Sistemas de contención de torso

**Antes de irte, asegurate de que las barandas de la cama estén levantadas y recordá avisar al equipo de Enfermería.**



Paciente con barandas de la cama elevada.  
Siempre deben estar de esta manera para prevenir caídas.

## Sala de espera para familiares

Por razones epidemiológicas, sugerimos permanecer en la sala de espera solo a los familiares/acompañantes designados para el acompañamiento del paciente, al momento del recambio de personas. Las visitas deberán concurrir en el horario estipulado, sin permanecer por largo tiempo en la sala de espera.

## Educación a la familia

El personal de Enfermería te brindará información sobre el dolor, las caídas, los derechos y deberes del paciente y su familia, y todo aquello que necesites saber. Además, cuenta con **materiales en distintos formatos**. No dudes en consultar cualquier inquietud que tengas, inclusive sobre las técnicas, los procedimientos y equipamientos que a continuación detallamos. Nuestro objetivo, más allá de educar, es transmitirte tranquilidad y confianza.

Ingresá al enlace para conocer



- Derechos y deberes
- Prevención de caídas
- Manejo del dolor

## Dinámica y normativa de la UCI

Se accede por el hall central del segundo piso, en el sector de internación.



## ¿Sabías que nuestra UCI es a puertas abiertas?

Al ingresar al 2° piso, en el horario de 9 a 19 h, deberás presentarte ante el personal de vigilancia para autorizar el acceso. Fuera de este horario tendrás a disposición un teléfono interno para comunicarte de forma directa con el personal de Enfermería.

Nuestro equipo trabaja día a día con el objetivo de humanizar los cuidados de tu familiar. Es por eso que **permitimos que lo acompañes las 24 horas**. La persona definida (familiar directo o acompañante) deberá ser informada previamente a la gestora de la Unidad. Podrán intercambiarse los familiares/acompañantes, no más de dos al día, realizando dicho cambio fuera de la Unidad, en la sala de espera.

Tenemos establecido un horario de visitas, durante el cual el máximo permitido dentro de la habitación es de dos personas.

Este horario no aplica a la persona designada como acompañamiento directo del paciente, dado que puede permanecer fuera de los horarios establecidos.

### **Las visitas dependen de las condiciones clínicas del paciente y pueden ser restringidas en los casos en que el visitante presente:**

Fiebre ( $>37,8^{\circ}$ ) asociada o no a síntomas respiratorios (secreción nasal, tos, dolor de garganta, ronquera, dificultad para respirar y dolor torácico), síntomas oculares (ojos rojos o conjuntivitis) y/o síntomas gastrointestinales (náuseas, vómitos y diarrea).

Existen casos especiales en los cuales el equipo tratante evalúa la situación y establece un régimen de visitas específico con los familiares.

**¡Te invitamos a contactarnos para aclarar cualquier duda al respecto!  
Estamos seguros de que podemos acompañarte en todas las situaciones.**

## Pedidos especiales a familiares y acompañantes. Por favor...



No ingieras alimentos o bebidas, como café o mate, dentro de la habitación. Así velamos por un ambiente higienizado para tu familiar. Podrás hacerlo en las áreas habilitadas para tal fin. Para ello, te aconsejamos salir de la Unidad, previo aviso al personal de Enfermería.



Mantené un tono bajo al conversar y configurá el celular en silencio o vibrador, para limitar el nivel de ruido en la Unidad y evitar ocasionar molestias a los pacientes internados.



Para garantizar la privacidad de los pacientes, la toma de fotografías y grabación de vídeos están prohibidas, mientras el paciente no pueda dar su consentimiento.

**En ningún caso se podrá hablar por teléfono en los pasillos de la Unidad o permanecer en ellos, ya que deben estar siempre despejados.**

## Las visitas de menores, ¿se recomiendan?

Se encuentra permitido el ingreso de niños en la Unidad de Cuidados Intensivos. Sin embargo, sugerimos que sean mayores de 14 años.

- La decisión de que el niño ingrese será de sus padres o tutores legales.
- Es necesario informar el ingreso al profesional de Enfermería responsable del paciente, para que pueda atenderlo adecuadamente durante la visita.
- El menor ingresará, en todo caso, acompañado de forma permanente por un adulto para que la visita se realice satisfactoriamente.
- Es preciso que el niño evite circular por el pasillo de la UCI, para preservar la privacidad del resto de los pacientes y sus familias.

## "Las visitas de mascotas ¿se recomiendan?"

El Hospital promueve distintas iniciativas para acompañar y amenizar la recuperación de los pacientes. En este sentido, incorporó "Patitas de Guardia", en el marco del proyecto de "Humanización de las Terapias Intensivas", que incluye las visitas de mascotas a pacientes internados en la Unidad.

Requisitos para el ingreso de la mascota:

- Tener el esquema de vacunación completa.
- Contar con un esquema periódico de desparasitación y poseer los tratamientos de antipulgas y garrapatas correspondientes.
- Ser higienizada antes de la visita.
- Ser trasladada por un adulto responsable.

**Si querés saber más sobre esta posibilidad para tu familiar, consultá al equipo asistencial.**

## ¿Cómo comunicarme con mi familiar?

Está demostrado que la comunicación no verbal abarca el 80 % de nuestra comunicación cara a cara. Si tu familiar se encuentra con cánula de alto flujo o intubado, podrás igual comunicarte con él.

Solo tené paciencia e intentá hacerle preguntas sencillas y que se puedan responder con un "sí/no", o a través de movimientos de la cabeza. El equipo asistencial puede proveer carteles con dibujos y el abecedario para que puedan comunicarse con mayor fluidez. Sin embargo, recordá que es preferible que el paciente no hable mucho.

Como alternativa, siempre que tu familiar esté despierto, podés traer una libreta, una pizarra, tablet o un abecedario para facilitar la comunicación. Recordá traer los anteojos, audífonos y celular, en caso de ser necesarios (el equipo asistencial lo solicitará).

Si tu familiar tiene una cánula de traqueotomía, en un determinado momento del proceso de rehabilitación podrá comenzar a hablar de manera intermitente. Su voz inicialmente puede ser diferente, pero irá mejorando paulatinamente hasta el momento en que se pueda retirar la cánula. Esto se realizará cuando su respiración, deglución y tos sean seguras y eficaces.



Anotadores y cartelería con abecedario para facilitar la comunicación del paciente con el equipo de salud y la familia.

## Creencias y valores

Si tu familiar o vos necesitan ingresar algún objeto con significado religioso o espiritual, por favor no olvidés dar aviso a su enfermero/a. Buscaremos el sitio más adecuado para que lo tenga cerca. Además, ofrecemos la posibilidad de contactar al sacerdote del Hospital.



## Traslados

Durante la internación, tu familiar puede requerir ser trasladado dentro del Hospital para realizar pruebas diagnósticas o procedimientos invasivos donde se requiera la firma de un consentimiento informado, previo a su realización. Este hecho queda exceptuado en situaciones de urgencia.

Para traslados externos (derivaciones a otros centros), se te informará con anticipación y se requerirá de tu presencia.



## Certificados e informes

Si necesitás una constancia de la internación de tu familiar o debés firmar algún consentimiento, por favor dirigite a la secretaría de la UCI o consultá al médico a cargo para que lo derive.

## Acompañamiento psicosocial

Si necesitás algún tipo de apoyo o acompañamiento en esta área, contamos con profesionales de Salud Mental y Servicio Social, disponibles para asistirte y brindarte contención acorde a la situación que estés atravesando.

Desde Servicio Social también pueden ayudarte con escucha y orientación ante situaciones familiares conflictivas, asesorarte ante dificultades para gestionar el proceso de internación o certificados de discapacidad.

En estos casos, no dudes en conversar con el médico a cargo para solicitar el contacto.

## Adicionales de internación

Si necesitás solicitar el control remoto para la TV, la clave de WiFi o tenés cualquier inquietud sobre la admisión, podés contactarte con las gestoras, de 8 a 20 h, las cuales se encuentran ubicadas en el hall de ingreso al servicio. Luego de este horario, deberás dirigirte al área de internación ubicada en la planta baja (PB).

## Horarios de comidas para los pacientes

- **Desayuno:** 7.45 a 9.10 h
- **Almuerzo:** 12.30 a 13.30 h
- **Merienda:** 16.00 a 17.00 h
- **Cena:** 19.30 a 20.30 h



## TENGO A MI FAMILIAR INTERNADO EN LA UCI

### ¿Cómo estoy?

Cuando un ser querido necesita ser internado en una UCI, genera un alto impacto emocional, alteración de la vida diaria y cambios en las rutinas familiares.

Este desequilibrio de la dinámica familiar, junto con no saber qué tiene o qué va a pasar con el paciente, puede hacer que presentes -según el momento- sentimientos de shock (no saber qué hacer ni cómo reaccionar), negación (creer que lo que sucede no es verdad), enojo, preocupación, culpa, ansiedad y/o miedo.

Es importante que cada persona pueda expresar lo que siente y piensa, sin ser cuestionada. También guardar silencio, sin ser presionada a hablar. Recomendamos como una buena práctica centrarte en el presente, para evitar llenarte de especulaciones acerca del futuro.

Como equipo de cuidados intensivos, nos esforzamos para brindar una asistencia de calidad a tu familiar, pero también nos preocupamos por vos y estamos predispuestos para ayudarte a atravesar esta situación de la mejor manera posible.



## ¿Qué puedo hacer para sentirme mejor?

### • Alimentación equilibrada

Seguir una dieta equilibrada te ayudará a sentirte más fuerte. Si realizás una dieta especial, procurá no abandonarla seguido, ya que hacerlo puede afectar tu salud. Tomate tu tiempo para comer variado, incluyendo frutas y verduras. Intentá beber al menos 1,5 litros de agua al día (excepto si tu médico te indicó otra cantidad).

### • Descanso adecuado

A pesar del estrés que se vive, es importante que dediques tiempo para desconectarte y dormir lo suficiente para sentirse descansado. Cuando una persona está cansada, es más propensa a sentirse nerviosa y a ver las cosas desde un punto de vista pesimista. Esto dificulta la resolución de problemas e incluso puede aumentar la sensación de dolor o descompensar enfermedades crónicas. Además, es más difícil tomar decisiones y ayudar a tu familiar para que se recupere.

Es posible que debido a las preocupaciones que sentís en estos momentos te cueste conciliar el sueño. Si tenés dificultades para dormir, que se prolongan en el tiempo, te recomendamos consultar a tu médico.

### • Ejercicios o actividades de distracción

Recomendamos realizar alguna técnica de relajación con ejercicios de respiración profunda y relajación de los músculos. Podés acompañarla con música para dormir mejor. Durante las 5 horas previas a dormir, evitá consumir mate, café, té, bebidas cola, alcohol y cigarrillos.



## Tengo dudas: ¿qué hacer en estos casos?

Te invitamos a preguntar siempre lo que quieras saber. Los profesionales de la UCI, a través de esta guía e informes diarios, te mantendrán informado. No obstante, es importante que todas aquellas dudas que tengas, las preguntes al médico o enfermero a cargo de tu familiar.

Recomendamos que escribas todas las dudas que desees preguntar, para no olvidarlas en el momento del parte médico. Es importante que expreses cómo te sentís y qué necesitas para estar mejor. No guardes los sentimientos por miedo a preocupar a otros, la mayoría de las veces contarle genera alivio y, además, ayuda a encontrar soluciones a diferentes problemas.

## ¿Qué pasa después de la UCI?

Vamos a planificar con vos el egreso de la Unidad de Cuidados Intensivos y a notificarlo con antelación, teniendo en cuenta los siguientes puntos:

- Las partidas de egreso pueden ser, entre ellas, a otra unidad dentro del Hospital, a un tercer nivel o al domicilio con pautas de cuidado.
- En caso de egreso al domicilio o un tercer nivel, un médico del equipo a cargo te entregará las indicaciones necesarias.
- Enfermería educará y chequeará la comprensión sobre los cuidados a seguir en tu domicilio, acerca de temas que creas convenientes y podamos ayudar.
- Para completar los tramites administrativos podrás consultar con la gestora de office, quien te guiará en el proceso.

¡Hacé el test de lectura!



... y contamos cuánto aprendiste de esta guía





## Vías de comunicación

Si tenés alguna observación o comentario, podés contactarte con el médico a cargo de tu familiar, el coordinador médico o de Enfermería.

También, por cualquier consulta administrativa o inquietud que tengas, podés acudir a la Gestora de Office.

Por agradecimientos, consultas o sugerencias, acercate a Servicios al Paciente, (ubicado en planta baja) o enviá un correo a [serviciosalpaciente@cas.austral.edu.ar](mailto:serviciosalpaciente@cas.austral.edu.ar)