

Guia informativa per a familiars i acompanyants

**Unitat de Cures Intensives
(UCI)**



**HOSPITAL UNIVERSITARI
DE MATARÓ**
CONSORCI SANITARI DEL MARESME

Unitat de Cures Intensives

Hospital Universitari de Mataró

Carretera de Cirera, 230, 08304 Mataró

Telèfon: 937 417 700, ext. 2137-2139



La Unitat de Cures Intensives (UCI) és un espai on s'atén persones en estat crític, que necessiten vigilància i atenció constant.

Tenir un ésser estimat ingressat a l'UCI pot generar molta angoixa i incertesa. La guia us ajudarà a entendre millor aquesta unitat, saber com funciona i què podeu fer per acompanyar el vostre familiar de la millor manera possible.

La col·laboració de la família en aquesta situació ajuda a proporcionar les millors cures a la persona ingressada i és important en el procés de recuperació.

Si teniu dubtes, ens les podeu preguntar, estem aquí per donar-vos resposta.

Qui us atindrà?

L'UCI compta amb un equip multidisciplinari disponible les 24 h: **metges, infermeres, tècnics auxiliars d'infermeria (TCAI), zeladors, fisioterapeutes, logopedes i personal no assistencial.**

Encara que el pacient sigui tractat per diferents professionals de l'equip, diàriament es posa en comú, entre tot l'equip, l'evolució, tractament i cures de cada pacient.

Tots treballem conjuntament per cuidar i acompanyar el vostre familiar amb professionalitat i calidesa.

El dia a dia del vostre familiar

Cada habitació compta amb dispositius i monitors per controlar la salut del pacient. Tota la informació s'envia a un monitor central situat a la zona d'infermeria i permet al personal assistencial observar de forma continuada l'estat del pacient.

No tots els pacients ingressats a l'UCI necessitaran els dispositius que hi ha a l'habitació. Cada pacient, en funció de les seves necessitats, depenent del seu estat de salut i a criteri de l'equip assistencial, requerirà una determinada atenció i l'ús d'un determinat material, aparells i tècniques.

De vegades, sentireu algunes alarmes que poden sonar per motius diferents, però no sempre corresponen a una situació d'emergència. Si en teniu dubtes, pregunteu.

Pot haver-hi ocasions en què el personal us demanarà que sortiu de l'habitació per fer alguns dels procediments necessaris que no són agradables i podrien molestar-vos emocionalment. Alhora, permetreu oferir més espai al personal per treballar.

Si voleu participar en alguna cura personal del vostre familiar, consulteu-ho al personal responsable, que us orientarà sobre què podeu fer i quina és la millor manera. Si el vostre familiar està conscient, sempre se li demanarà el seu consentiment.

Respiració

És freqüent que els pacients necessitin suport per respirar (màscares, tubs, etc.). Us informarem sempre del seu estat, de l'evolució i de la planificació de les mesures que cal que seguim.



Alimentació

Si el vostre familiar no pot menjar per si mateix, se li administrarà aliment per sonda a través del nas fins a l'estómac. Si porta ventilació no invasiva, podrà menjar quantitats petites i beure en els períodes de descans, sempre que no estigui contraindicat. En cas que pugui menjar o beure, pregunteu sempre al personal assistencial com podeu col·laborar.

Recordeu portar les pròtesis dentals, si les necessita, quan comenci a menjar. Comuniqueu al personal qualsevol tipus d'intolerància alimentària o al·lèrgia que pugui tenir, així com la restricció d'algun aliment per motiu de cultura i /o religió.

Eliminació

Pot ser necessari l'ús de sondes o altres suports per controlar l'orina i l'activitat intestinal.

És freqüent que noteu certa inflor corporal en el vostre familiar. Aquesta inflor desapareixerà a mesura que es vagi recuperant.

També és habitual que pateixi restrenyiment. Per això, li administrarem laxants amb freqüència. Per contra, a causa de l'efecte d'alguns medicaments, pot aparèixer diarrea.

Higiene i mobilització

L'equip assistencial s'encarregarà de la seva higiene diària i de mobilitzar-lo per evitar nafres i ajudar-lo a que es mantingui actiu: és possible que trobeu el vostre familiar en diferents posicions alternant un costat i un altre. Quan la seva situació ho permeti, l'ajudarem a aixecar-se amb els mitjans necessaris.

Podeu detectar que el vostre familiar va perdent to i força muscular. Això es degut a múltiples factors, entre els quals hi ha la immobilitat o la situació d'estrès clínic. El nostre equip de rehabilitació i fisioteràpia treballarà activament per evitar que passi o, si ja ha passat, que es recuperi.

Cal que porti un necesser amb estris d'higiene personal, sabatilles tancades amples i el carregador de l'aparell que pugui utilitzar (telèfon mòbil, tauleta...).



Comunicació

Si el vostre familiar es troba intubat, pot resultar difícil comunicar-se amb ell. En qualsevol cas, encara que estigui intubat o sedat, podeu parlar amb ell, tocar-lo, mostrar-li afecte. Disposem de pissarres per facilitar la comunicació, si cal.

En cas que es trobi amb ventilació mecànica no invasiva, és preferible que no li feu parlar mentre porta la mascareta, ja que, si ho fa, s'escaparà l'aire i és possible que tingui sensació d'ofec.

El personal assistencial us facilitarà l'eliminació d'obstacles i l'acostament.

Recordeu portar les ulleres i audíofons en cas que els necessiti.

Descans i son

Vetllem pel seu descans.

Durant l'estada, és freqüent que aparegui (degut a la retirada dels sedants, efecte d'altres fàrmacs i canvi del ritme de la son, entre altres factors) un estat temporal de confusió i desorientació anomenat "deliri". Per prevenir-ho, és important que durant les visites li recordeu on és i el reorienteu en el temps. Tot i aquestes mesures, pot ser que segueixi desorientat i fins i tot, de vegades, no reconegui la família. Si aquest és el cas, intentarem reorientar-lo parlant amb ell, però de vegades serà necessari l'ús de medicaments.

Confort i benestar

Si el vostre familiar està despert, agrairà tenir un llibre, música o dispositius com el mòbil o la tauleta per entretenir-se.



Visites i normativa

Disposem d'un règim flexible de visites, adaptat a les necessitats del pacient i de la família.

En el moment de l'ingrés, caldrà definir la figura de l'acompanyant/cuidador principal. Serà el familiar que rebrà la informació mèdica i podrà acompanyar el pacient durant tot el dia, sempre pactat amb l'equip responsable i amb el propi pacient, en funció del seu estat i de la dinàmica del servei. A més, haurà de romandre exclusivament dintre de l'habitació del seu familiar.

Durant la nit, les visites no estan permeses. Es valorarà individualment la necessitat de cada pacient.

Horari de visita

(2 persones com a màxim per habitació)

Es podran fer canvis de familiars fora de la Unitat, mai als passadissos:

6:45 - 7:15 h

13:00 - 14:00 h.

18:00 - 19:30 h.

21:30 - 22:00 h.

Important:

- Mantingueu un to de veu baix i quedeu-vos dins de l'habitació.
- Feu higiene de mans abans i després d'entrar a l'habitació amb gel hidroalcohòlic.
- Si en algun moment el vostre familiar requereix alguna mesura especial d'aïllament, l'equip responsable us indicarà quina és.
- L'ús del mòbil està permès, però en silenci. No es poden fer fotos ni vídeos.

El règim de visites obert us podrà ser retirat si en algun moment no es compleixen les normes de la Unitat o no s'afavoreix la dinàmica de treball.

Visita de menors

Els menors de 12 anys poden visitar el familiar amb les següents condicions:

- Serà decisió dels seus progenitors.
- El menor haurà d'estar acompanyat per un adult responsable que prèviament hagi detallat al menor l'estat del vostre familiar. Disposem d'un petit vídeo explicatiu de la Unitat que pot servir al menor per fer-se una idea inicial d'on i com es troba el vostre familiar, i així ajudar-lo a resoldre els dubtes inicials que pugui tenir.
- Caldrà acordar el moment idoni amb la infermera responsable.

Informació mèdica

El metge responsable informará cada dia a les 13 h. Els caps de setmana ho farà l'equip de guàrdia.

No es donarà informació mèdica per telèfon, a excepció que s'hagi acordat prèviament. En cas de canvi important en l'estat del pacient, us trucarem.

Durant els períodes d'acompanyament, la infermera i els TCAI responsables us poden informar de tot el que necessiteu sobre les cures del vostre familiar.



Tinc el meu familiar ingressat a l'UCI... i jo, com estic?

L'ingrés d'un familiar a l'UCI pot afectar de manera desfavorable l'estructura familiar. L'estrès, els dubtes i la incertesa poden afectar la nostra vida quotidiana i el nostre benestar emocional.

És normal que apareguin sentiments com el xoc emocional, la negació, la por, la tristesa, l'ansietat, la culpa o la preocupació.

Els professionals de l'equip de l'UCI treballem per cuidar el vostre familiar, però també ens preocupem per vosaltres. Estem aquí per acompanyar-vos, escoltar-vos i ajudar-vos a passar per aquest moment tan delicat de la millor manera possible.



Què puc fer per cuidar-me?

Tot i que no podem canviar la situació, hi ha algunes coses que us poden ajudar a sentir-vos una mica millor:

- **Descanseu tant com pugueu.** Dormir i fer petites pauses ajuda a pensar amb més claredat i tenir més energia.
- **Alimenteu-vos bé.** Menjar de manera equilibrada us donarà forces per afrontar el dia a dia.
- **Moveu-vos una mica.** Sortir a caminar o estirar les cames pot ajudar a reduir la tensió.
- **Pregunteu tot el que necessiteu saber.** No us quedeu amb dubtes. Estem aquí per informar-vos i resoldre qualsevol inquietud.
- **Expresseu els vostres sentiments i necessitats.** Parlar amb algú de confiança o escriure el que sentiu pot ajudar a alliberar emocions.

Puc fer alguna cosa pel meu familiar?

Moltes persones tenen la necessitat de participar en la cura del seu ésser estimat. Si és el vostre cas, parleu amb l'equip d'infermeria. Segons l'estat clínic del pacient, potser podreu ajudar en petites accions com:

- Pentinar-lo
- Ajudar-lo amb la higiene bucal
- Fer-li un massatge a les mans
- Portar-li música que li agradi
- Llegir-li un llibre, una revista o explicar-li què passa fora de l'hospital

Tot això pot tenir un impacte positiu en el seu estat emocional i també en el vostre vincle.

I després de l'UCI?

Quan el vostre familiar comenci a millorar, és possible que deixi de necessitar el suport de les màquines. En aquest moment, potser es trobarà feble i li costarà fer coses bàsiques com caminar, menjar o parlar. És un procés normal.

L'equip de fisioteràpia, infermeria i logopèdia treballarà amb el vostre familiar per ajudar-lo a recuperar-se. Quan tingui prou estabilitat, es plantejarà el seu trasllat a una unitat d'hospitalització.

Sabem que aquest canvi pot generar noves emocions i incerteses. Ens assegurarem que es faciliti informació de forma completa i acurada, i podreu parlar amb nosaltres sempre que ho necessiteu.

Recursos que poden ser útils:

Justificants d'ingrés

Si necessiteu un justificant, el podeu demanar a la secretaria de l'UCI (planta -1, lletra B) de dilluns a divendres de 7:40 a 15 h.

Fora d'aquest horari, podeu dirigir-vos al Servei d'Informació de l'entrada principal de l'Hospital o a la finestra d'Admissió d'Urgències.

Treball social

Si us trobeu en una situació social complicada, l'Hospital compta amb una Unitat de Treball Social que pot ajudar-vos. Demaneu al vostre equip assistencial que activi aquest recurs.

Unitat d'Atenció a la Ciutadania

Per a qualsevol consulta, suggeriment o reclamació, podeu adreçar-vos a la Unitat d'Atenció a la Ciutadania (planta 0, al passadís de la cafeteria de familiars). Funciona amb cita prèvia, que cal gestionar a través del gestor de cues situat al costat de la recepció de la planta baixa de l'Hospital.

Espai d'oració multireligiós

Hi ha un espai obert les 24 h, ubicat a la planta -1, lletra J, prop dels ascensors, pensat perquè tothom hi pugui trobar un lloc de recolliment i calma.

Guía informativa para familiares y acompañantes

Unidad de Cuidados Intensivos (UCI)



**HOSPITAL UNIVERSITARI
DE MATARÓ**
CONSORCI SANITARI DEL MARESME

Unidad de Cuidados Intensivos

Hospital Universitari de Mataró

Carretera de Cirera, 230, 08304 Mataró

Teléfono: 937 417 700, ext. 2137-2139



La Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) es un espacio donde se atiende a personas en estado crítico, que necesitan vigilancia y atención constante.

Tener un ser querido ingresado en la UCI puede generar mucha angustia e incertidumbre. La guía os ayudará a entender mejor esta unidad, saber cómo funciona y qué podéis hacer para acompañar a vuestro familiar de la mejor manera posible.

La colaboración de la familia en esta situación ayuda a proporcionar los mejores cuidados a la persona ingresada y es importante en el proceso de recuperación.

Si tenéis dudas, nos las podéis preguntar, estamos aquí para daros respuesta.

¿Quién os atenderá?

La UCI cuenta con un equipo multidisciplinario disponible las 24 h: **médicos, enfermeras, técnicos auxiliares de enfermería (TCAI), celadores, fisioterapeutas, logopedas y personal no asistencial.**

Aunque el paciente sea tratado por diferentes profesionales del equipo, diariamente se comenta, entre todo el equipo, la evolución, tratamiento y cuidados de cada paciente.

Todos trabajamos conjuntamente para cuidar y acompañar a vuestro familiar con profesionalidad y calidez.

El día a día de vuestro familiar

Cada habitación cuenta con dispositivos y monitores para controlar la salud del paciente. Toda la información se envía a un monitor central situado en la zona de enfermería y permite al personal asistencial observar de forma continuada el estado del paciente.

No todos los pacientes ingresados en la UCI necesitarán los dispositivos que hay en la habitación. Cada paciente, en función de sus necesidades, dependiendo de su estado de salud y a criterio del equipo asistencial, requerirá una determinada atención y el uso de un determinado material, aparatos y técnicas.

A veces, oiréis algunas alarmas que pueden sonar por motivos diferentes, pero no siempre corresponden a una situación de emergencia. Si tenéis dudas sobre ello, preguntad.

Puede haber ocasiones en las que el personal os pedirá que salgáis de la habitación para realizar algunos de los procedimientos necesarios que no son agradables y podrían molestaros emocionalmente. Al mismo tiempo, permitiréis ofrecer más espacio al personal para trabajar.

Si queréis participar en algún cuidado personal de vuestro familiar, consultadlo al personal responsable, que os orientará sobre qué podéis hacer y cuál es la mejor manera. Si vuestro familiar está consciente, siempre se le pedirá su consentimiento.

Respiración

Frecuentemente, los pacientes necesitan ayuda para respirar (máscaras, tubos, etc.). Os informaremos siempre de su estado, de la evolución y de la planificación de las medidas que es necesario que sigamos.



Alimentación

Si vuestro familiar no puede comer por sí mismo, se le administrará alimento por sonda a través de la nariz hasta el estómago. Si está con ventilación no invasiva, podrá comer cantidades pequeñas y beber en los períodos de descanso, siempre que no esté contraindicado. En el caso de que pueda comer o beber, preguntad siempre al personal asistencial como podéis colaborar.

Acordaros de traer las prótesis dentales, si las necesita, cuando comience a comer. Comunicad al personal cualquier tipo de intolerancia alimentaria o alergia que pueda tener, así como la restricción de algún alimento por motivo de cultura y/o religión.

Eliminación

Puede ser necesario el uso de sondas u otros dispositivos para controlar la orina y la actividad intestinal.

Con frecuencia, podéis notar cierta hinchazón corporal en vuestro familiar. Esta hinchazón desaparecerá a medida que se vaya recuperando.

También es habitual que sufra estreñimiento. Por eso, le administraremos laxantes con frecuencia. Por el contrario, a causa del efecto de algunos medicamentos, puede aparecer diarrea.

Higiene y movilización

El equipo asistencial se encargará de su higiene diaria y de movilizarlo para evitar llagas y ayudarlo a que se mantenga activo: es posible que encontréis a vuestro familiar en diferentes posiciones alternando un lado y otro. Cuando su situación lo permita, le ayudaremos a levantar-se con los medios necesarios.

Podéis detectar que vuestro familiar va perdiendo tono y fuerza muscular. Esto es debido a múltiples factores, entre los cuales se encuentran la inmovilidad o la situación de estrés clínico. Nuestro equipo de rehabilitación y fisioterapia trabajará activamente para evitar que pase o, si ya ha pasado, que se recupere.

Es necesario que traiga un neceser con objetos de higiene personal, zapatillas cerradas anchas y el cargador del aparato que pueda utilizar (teléfono móvil, tableta...).



Comunicación

Si vuestro familiar se encuentra entubado, puede resultar difícil comunicarse con él. En cualquier caso, aunque esté entubado o sedado, podéis hablar con él, tocarlo, mostrarle afecto. Disponemos de pizarras para facilitar la comunicación, si es necesario.

En el caso de que se encuentre con ventilación mecánica no invasiva, es preferible que no le hagáis hablar mientras lleva la mascarilla, ya que, si lo hace, se escapará el aire y es posible que tenga sensación de ahogo.

El personal asistencial os facilitará la eliminación de obstáculos y el acercamiento.

Acordaros de traer las gafas y audífonos en el caso de que los necesite.

Descanso y sueño

Velamos por su descanso.

Durante la estancia, frecuentemente aparece (debido a la retirada de los sedantes, efecto de otros fármacos y cambio del ritmo del sueño, entre otros factores) un estado temporal de confusión y desorientación denominado "delirio". Para prevenirlo, es importante que durante las visitas le recordéis dónde está y lo reorientéis en el tiempo. A pesar de estas medidas, es posible que siga desorientado e incluso, a veces, que no reconozca a la familia. Si es así, intentaremos reorientarlo hablando con él, pero a veces será necesario el uso de medicamentos.

Confort y bienestar

Si vuestro familiar está despierto, agradecerá tener un libro, música o dispositivos como el móvil o la tableta para entretenerse.



Visitas y normativa

Disponemos de un régimen flexible de visitas, adaptado a las necesidades del paciente y de la familia.

En el momento del ingreso, será necesario definir la figura del acompañante/cuidador principal. Será el familiar que recibirá la información médica y podrá acompañar al paciente durante todo el día, siempre pactado con el equipo responsable y con el propio paciente, en función de su estado y de la dinámica del servicio. Además, deberá permanecer exclusivamente dentro de la habitación de su familiar.

Durante la noche, las visitas no están permitidas. Se valorará individualmente la necesidad de cada paciente.

Horario de visita

(2 personas como máximo por habitación)

Se podrán hacer cambios de familiares fuera de la Unidad, nunca en los pasillos:

6:45 - 7:15 h

13:00 - 14:00 h.

18:00 - 19:30 h.

21:30 - 22:00 h.

Importante:

- Mantened un tono de voz baja y quedaros dentro de la habitación.
- Haced higiene de manos antes y después de entrar en la habitación con gel hidroalcohólico.
- Si en algún momento vuestro familiar requiere alguna medida especial de aislamiento, el equipo responsable os indicará cuál es.
- El uso del móvil está permitido, pero en silencio. No se pueden hacer fotos ni vídeos.

El régimen de visitas abierto os podrá ser retirado si en algún momento no se cumplen las normas de la Unidad o no se favorece la dinámica de trabajo.

Visita de menores

Los menores de 12 años pueden visitar al familiar con las siguientes condiciones:

- Será decisión de sus progenitores.
- El menor deberá estar acompañado por un adulto responsable que previamente haya detallado al menor el estado de vuestro familiar. Disponemos de un pequeño vídeo explicativo de la Unidad que puede servirle al menor para hacerse una idea inicial de dónde y cómo se encuentra vuestro familiar, y así ayudarle a resolver las dudas iniciales que pueda tener.
- Será necesario acordar el momento idóneo con la enfermera responsable.

Información médica

El médico responsable informará cada día a las 13 h. Los fines de semana lo hará el equipo de guardia.

No se dará información médica por teléfono, a excepción de que se haya acordado previamente. En caso de cambio importante en el estado del paciente, os llamaremos.

Durante los periodos de acompañamiento, la enfermera i los TCAI responsables os pueden informar de todo lo que necesitéis sobre los cuidados de vuestro familiar.



Tengo a mi familiar ingresado en la UCI... y yo, ¿cómo estoy?

El ingreso de un familiar en la UCI puede afectar de manera desfavorable a la estructura familiar. El estrés, las dudas y la incertidumbre pueden afectar a nuestra vida cotidiana y a nuestro bienestar emocional.

Es normal que aparezcan sentimientos como el choque emocional, la negación, el miedo, la tristeza, la ansiedad, la culpa o la preocupación.

Los profesionales del equipo de la UCI trabajamos para cuidar a vuestro familiar, pero también nos preocupamos por vosotros. Estamos aquí para acompañaros, escucharos y ayudaros a pasar por este momento tan delicado de la mejor manera posible.



¿Qué puedo hacer para cuidarme?

Aunque no podemos cambiar la situación, hay algunas cosas que os pueden ayudar a sentir os un poco mejor:

- **Descansad todo lo que podáis.** Dormir y hacer pequeñas pausas ayuda a pensar con más claridad y a tener más energía.
- **Alimentaros bien.** Comer de manera equilibrada os dará fuerzas para afrontar el día a día.
- **Moveros un poco.** Salir a caminar o estirar las piernas puede ayudar a reducir la tensión.
- **Preguntad todo lo que necesitéis saber.** No os quedéis con dudas. Estamos aquí para informaros y resolver cualquier inquietud.
- **Expresad vuestros sentimientos y necesidades.** Hablar con alguien de confianza o escribir lo que sentís puede ayudar a liberar emociones.

¿Puedo hacer alguna cosa por mi familiar?

Muchas personas tienen la necesidad de participar en el cuidado de su ser querido. Si este es vuestro caso, hablad con el equipo de enfermería. Según el estado clínico del paciente, quizás podréis ayudar en pequeñas acciones como:

- Peinarlo
- Ayudarle con la higiene bucal
- Hacerle un masaje en las manos
- Llevarle música que le guste
- Leerle un libro, una revista o explicarle qué pasa fuera del hospital

Todo esto puede tener un impacto positivo en su estado emocional y también en vuestro vínculo.

¿Y después de la UCI?

Cuando vuestro familiar comience a mejorar, es posible que deje de necesitar la ayuda de las máquinas. En este momento, quizás se encontrará débil y le costará hacer cosas básicas como caminar, comer o hablar. Es un proceso normal.

El equipo de fisioterapia, enfermería y logopedia trabajará con vuestro familiar para ayudarlo a recuperarse. Cuando tenga suficiente estabilidad, se planteará su traslado a una unidad de hospitalización.

Sabemos que este cambio puede generar nuevas emociones e incertidumbres. Nos aseguraremos de que se facilite información de forma completa y precisa, y podréis hablar con nosotros siempre que lo necesitéis.

Recursos que pueden ser útiles:

Justificantes de ingreso

Si necesitáis un justificante, lo podéis pedir a la secretaria de la UCI (planta -1, letra B) de lunes a viernes de 7:40 a 15 h.

Fuera de este horario, podéis dirigiros al Servicio de Información de la entrada principal del Hospital o a la ventanilla de Admisión de Urgencias.

Trabajo social

Si os encontráis en una situación social complicada, el Hospital cuenta con una Unidad de Trabajo Social que puede ayudaros. Pedid a vuestro equipo asistencial que active este recurso.

Unidad de Atención a la Ciudadanía

Para cualquier consulta, sugerencia o reclamación, podéis dirigiros a la Unidad de Atención a la Ciudadanía (planta 0, en el pasillo de la cafetería de familiares). Funciona con cita previa, que se debe gestionar a través del gestor de colas situado al lado de la recepción de la planta baja del Hospital.

Espacio de oración multirreligioso

Hay un espacio abierto las 24 h, ubicado en la planta -1, letra J, cerca de los ascensores, pensado para que todo el mundo pueda encontrar un lugar de recogimiento y calma.



**HOSPITAL UNIVERSITARI
DE MATARÓ**

CONSORCI SANITARI DEL MARESME