

# ARTÍCULO ESPECIAL

Gac Med Bilbao. 2021;118(1):54-59



## Algunas consideraciones para un control adecuado de síntomas en cuidados paliativos

Bátiz-Cantera Jacinto<sup>a, b</sup>

(a) *Academia de Ciencias Médicas de Bilbao. Presidente de la Sección Cuidados Paliativos. Bilbao, España*

(b) *Hospital San Juan de Dios de Santurtzi. Director del Instituto para Cuidar Mejor. Santurtzi, España*

Recibido el: 4 de noviembre de 2020; aceptado el 7 de diciembre de 2020

### PALABRAS CLAVE

Control de síntomas  
Calidad de vida.  
Fase avanzada.  
Fase terminal.  
Familia.

### Resumen:

En Medicina Paliativa cuando el enfermo manifiesta un síntoma es que lo siente y le provoca alteración en su calidad de vida. Es por ello que los profesionales que le atendemos debemos identificarlo bien para poderlo aliviarlo adecuadamente. Estos síntomas pueden tener diversas causas y por ello hemos de tener en cuenta que el tratamiento con fármacos solo no es suficiente. Factores externos pueden subir o bajar el umbral del síntoma por lo que también debemos estar atentos a estos factores.

Conseguir un buen control sintomático será una prioridad del equipo asistencial porque debe intentar mejorar las horas de sueño y de descanso, disminuir los sentimientos de impotencia y de culpabilidad y fomentar la comunicación y la actividad física del enfermo en cuanto le sea posible. Para todo ello, va a ser necesario conocer las características generales de los síntomas que padecen los enfermos que se encuentran en fase terminal, la metodología que debemos emplear en su control, manejar bien el uso de los fármacos y tener en cuenta a la familia para que nos ayude.

© 2021 Academia de Ciencias Médicas de Bilbao. Todos los derechos reservados.

### GILTZA-HITZAK

Sintoma kontrola.  
Bizi kalitatea.  
Fase aurreratua.  
Fase terminala.  
Familia

### Sintomak adierazteko kontserbazio batzuk pertsonako argitan

#### Laburpena:

Medikuntza Paliatiboan gaixoak sintoma bat agertzen duenean, hori sentitzen duela eta bere bizi kalitatea aldatzea eragiten du. Horregatik, zerbitzatzen ditugun profesionalak ondo identifikatu behar dute, behar bezala arintzeko. Sintoma horiek hainbat arrazoi izan ditzakete eta, beraz, kontuan hartu behar dugu botikaren tratamendua bakarrik ez dela nahikoa. Kanpoko faktoreek sintomaren atalasea igo edo jaitsi dezakete eta, beraz, faktore horien jakitun izan behar dugu.

Kontrol sintomatiko on bat lortzea arreta-taldearen lehen tasuna izango da, lo eta atseden orduak hobetzen saiatu behar duzulako, babesgabatasun eta erruduntasun

sentimenduak murrizten, gaixoaren komunikazioa eta jarduera fisikoa bultzatzen lehenbailehen. Hori guztia dela eta, fase terminalean dauden gaixoei pairatzen dituzten sintomen ezaugarri orokorrak ezagutu beharko dira, haien kontrolean erabili behar dugun metodologia, drogen erabilera ondo kudeatu eta familia kontuan hartu behar da. lagun iezaguzu.

© 2021 Academia de Ciencias Médicas de Bilbao. Eskubide guztiak gordeta.

### Some considerations for adequate symptoms control in palliative care

#### Summary:

In Palliative Medicine when the patient manifests a symptom is that he feels it and causes him to alter his quality of life. That is why the professionals we serve you must identify it well in order to adequately relieve it. These symptoms can have various causes and therefore we have to take into account that drug treatment alone is not enough. External factors can raise or lower the threshold of the symptom so we must also be aware of these factors.

Getting a good symptomatic control will be a priority of the care team because you should try to improve the hours of sleep and rest, reduce feelings of helplessness and guilt, encourage communication and physical activity of the patient as soon as possible. For all this, it will be necessary to know the general characteristics of the symptoms suffered by the patients who are in the terminal phase, the methodology that we must use in their control, manage the use of drugs well and take into account the family so that help us.

© 2021 Academia de Ciencias Médicas de Bilbao. All rights reserved.

### KEYWORDS

Symptom control.  
Quality of life.  
Advanced phase.  
Terminal phase.  
Family.

### Introducción

Los síntomas son para el enfermo una llamada de atención de su propio organismo que manifiesta que no se encuentra bien. Cuanto más intensos y persistentes son, mayor sensación de amenaza representan para él. Por ello, desea que se los aliviemos.

El control de los síntomas del enfermo, que padece una enfermedad avanzada o se encuentra en fase terminal, debe realizarse como una “atención global”. Serviría de muy poco que aplicáramos un tratamiento farmacológico, por muy correcto que fuese, si no va acompañado de un intenso soporte emocional. Debemos tener presente que nuestro objetivo debe satisfacer todas las necesidades del enfermo que, en esta etapa final, se suelen presentar bajo el aspecto físico, emocional, espiritual o social.

Antes de conocer cuáles son las características generales de los síntomas de los enfermos que se encuentran en fase terminal y su metodología para su control, tenemos que ser conscientes de la importancia del control de síntomas en Cuidados Paliativos.

El control de síntomas en el enfermo en fase terminal es la base en la que se sustentan todos los demás principios de esta filosofía de cuidar. El enfermo se sentirá bien si somos capaces de controlar todos sus síntomas molestos. Si desconoce su origen, si piensa que no existe alivio y percibe su presencia como una amenaza, el enfermo aumentará la intensidad de esos síntomas. Por el contrario, si le procuramos atención a los pequeños detalles, hacemos una detección y tratamiento precoz de ellos y le presta-

mos compañía y apoyo, ayudaremos a disminuir su intensidad.

Cuando ya hemos superado la fase terapéutica con intenciones curativas, pasamos a una fase paliativa donde el control de los síntomas se convierte en un instrumento esencial para poder mantener la calidad de vida del enfermo. En este momento de su enfermedad, al enfermo le interesa más el control de sus molestias que su diagnóstico.

Para realizar un control adecuado de sus síntomas va a ser necesario tener en cuenta algunos principios básicos en su control. Estos nos ayudarán a evitar el disconfort que le provocan al enfermo restándole calidad a la escasa vida que su enfermedad le permite.

### ¿Cuáles son las características generales de los síntomas que padecen los enfermos que se encuentran en fase terminal?

Estos enfermos a lo largo de la evolución de su enfermedad presentan múltiples síntomas, de intensidad variable, cambiantes y de origen multifactorial. Sus características generales son las siguientes:

- *Múltiples.* En un mismo enfermo coexisten diversos síntomas que causan distintos grados de incapacitación, preocupación o impacto emocional, dependiendo de muchos factores. Esta característica nos va a obligar a una evaluación sistemática inicial y a una monitorización de su evolución donde podamos valorar su intensidad, su causa, su impacto en las actividades de la vida diaria, impacto emocional y probabilidad

de control. Además, esta característica expresa la situación clínica compleja de estos enfermos y la necesidad de un abordaje global de manera interdisciplinar.

- **Intensos.** La intensidad de los síntomas depende de factores como su percepción y su significado. Hay otros factores que están asociados al grado de control de los demás síntomas como son la compañía, la distracción, el afecto, así como los factores modificables del ambiente. Además, la intensidad de estos síntomas va a aumentar a medida que avanza la enfermedad. En algunos enfermos los síntomas pueden ser muy intensos y de larga duración, requiriendo tratamientos muy complejos e insistentes.
- **Multifactoriales.** Cada síntoma puede tener diversas causas; conocerlas va a permitir un tratamiento concreto basado en su etiopatogenia. Debemos tener en cuenta que no todo cuanto sucede tiene necesariamente que estar relacionado con la evolución de la enfermedad o el tratamiento. En muchas ocasiones tendremos que aceptar la existencia de varias causas y en ese caso establecer un tratamiento sintomático polivalente.
- **Cambiantes.** La evolución de los enfermos avanzados y en fase terminal está caracterizada por frecuentes cambios que en muchas ocasiones se pueden producir bruscamente y que pueden llegar a descompensar situaciones de equilibrio muy frágiles como puede ser, con frecuencia, su grado de ajuste emocional, que van a demandar más atención. A medida que avanza la enfermedad y se va acercando hacia la situación clínica de agonía, cambia la frecuencia de los síntomas y las preocupaciones de los enfermos. Debemos adoptar una actitud preventivo-activa para poder detectar precozmente los signos del deterioro y comentar estas posibilidades con el enfermo, con su familia y con el equipo. Es preciso que tengamos en cuenta que la situación de enfermedad terminal es una situación de fragilidad extrema que discurre con frecuentes cambios.
- **Multidimensionales.** Cualquiera de los síntomas puede afectar a distintas dimensiones del enfermo (la física, la emocional, la social y la espiritual) por lo que tendremos que analizarlos de manera total para que su tratamiento también abarque este aspecto global del síntoma.
- **Probabilidad de control.** La probabilidad de control de los distintos síntomas permite distinguir a un grupo con elevada probabilidad de control, como son el dolor, el estreñimiento las náuseas y los vómitos, y en los que el objetivo debe ser su control. En los síntomas con escasa probabilidad de control como son la anorexia, la debilidad, la pérdida de peso..., nuestro esfuerzo deberá estar dirigido a favorecer la adaptación del enfermo y de su familia.

Estas características nos van a orientar a elaborar una estrategia de tratamiento adecuada para garantizar nuestra eficacia y, sobre todo, la calidad de vida del enfermo, en esta etapa en la que él se encuentra tan frágil que ya no le importa vivir, pero lo que sí espera de nosotros es que le ayudemos a no sufrir. Antes de llevar a cabo una determinada actuación para mejorar un síntoma, hay que valorar si los beneficios que nuestra actuación le pueda aportar compensan las molestias que le podría ocasionar.

### ¿Qué metodología debemos emplear en su control?

Cuando tenemos que controlar algunos de los síntomas que les están provocando un gran discomfort a los enfermos, hemos de plantearnos unos objetivos que deberán ser progresivos y, además, realistas.

Ante un enfermo con dolor, lo primero que tenemos que intentar es aumentar las horas de sueño (una noche que pueda dormir porque no sienta ningún dolor será el mejor regalo que le podamos hacer). Una vez conseguido esto, habrá que intentar controlar el dolor en reposo y, solo después, intentaremos controlar el dolor provocado por los movimientos. Esto sería un objetivo progresivo del control de su dolor.

Algunos síntomas son más o menos fáciles de controlar, como es el dolor, la disnea, la tos, el insomnio, etc. Pero hay otros síntomas que no es posible controlar como la debilidad, la pérdida de peso, la incontinencia... La mayoría de estos síntomas incontrolables son los que pueden hacer que el enfermo pierda su autoestima y su autonomía.

Antes de iniciar cualquier tratamiento sintomático será necesario que averigüemos si la causa del citado síntoma es atribuible a la propia enfermedad, a los efectos secundarios de los tratamientos específicos que estamos empleando, o si bien no tiene relación con ellos.

También será preciso determinar la necesidad de tratar el síntoma en función de la fase evolutiva del enfermo y de su situación clínica. Para ello debemos valorar la relación daño/beneficio. El tratamiento lo deberemos iniciar lo antes posible y hacer un seguimiento de la respuesta a ese tratamiento que hemos indicado. No nos tenemos que conformar con poner el tratamiento adecuado, sino que además sea eficaz para el enfermo. Esta eficacia la podremos conseguir si tenemos en cuenta los siguientes principios metodológicos:

- **Evaluar antes de tratar.** Antes de tratar tendremos que averiguar el mecanismo fisiopatológico concreto del síntoma que tenemos que controlar y así podremos atribuir la causa concreta. Pero, además de conocer la causa, debemos evaluar su intensidad, el impacto físico y emocional que le provoca, así como los factores que aumenten la intensidad de cada síntoma. El tratamiento debe partir, al igual que en las situaciones clínicas agudas, de la identificación de su causa y la probable reversibilidad de ese síntoma, con la única diferencia de que, en el caso del enfermo en fase terminal, esta valoración deberá realizar,

siempre que sea posible, a partir de la historia y examen clínico, evitando las exploraciones potencialmente lesivas.

- *Explicar las causas al enfermo y su familia.* El enfermo está preocupado y quiere saber a qué se deben los síntomas que le provocan sufrimiento. También lo está su familia. Por ello, debemos explicar las causas de cada uno de los síntomas, pero en términos que el enfermo pueda comprender, así como las medidas terapéuticas que proponemos aplicar para controlarlos. Una familia bien informada de lo que pretendemos hacer será siempre más colaboradora y facilitará mucho el control de los síntomas. Esto tiene mucha importancia cuando el enfermo está siendo cuidado en su domicilio y todo el peso de los cuidados corre a cargo de sus familiares.
- *Emplear siempre una estrategia terapéutica mixta.* Después de valorar los síntomas, según su importancia, debemos establecer un plan terapéutico en el que figuren el tratamiento farmacológico, no farmacológico y ambiental, procurando que sea en su conjunto correcto, continuado, sencillo, tanto para el enfermo como para su familia, y flexible conforme progresa la enfermedad. Esta terapéutica debe ser general de la situación de enfermedad terminal y específica para cada síntoma que comprende, a su vez, medidas farmacológicas y no farmacológicas; no debiendo limitar los tratamientos al uso de medicamentos. La aplicación de calor o frío, la administración de masajes, la dieta, la terapia ocupacional, la rehabilitación, la acupuntura, la relajación y la meditación, son medidas no farmacológicas muy eficaces para ese control. Es conveniente que fijemos los plazos para conseguir los objetivos que pretendemos y contemplar la prevención de nuevos síntomas o situaciones que puedan aparecer.
- *Individualizar el tratamiento.* Es conveniente que se adecue el tratamiento a cada enfermo y para ello debemos consultar con él lo que proponemos como estrategia para aliviar el síntoma que le molesta y le produce sufrimiento. Un buen control sintomático exige mejorar el descanso, disminuir el sentimiento de impotencia y fomentar la comunicación, así como la actividad física del enfermo. Será necesario evaluar la capacidad funcional del enfermo y así establecer sus prioridades. Cuando nos disponemos a instaurar un tratamiento de control de cada uno de los síntomas de cada enfermo, tenemos que tener en cuenta que ese enfermo es único, que padece un síntoma que le afecta de distinta manera que le puede afectar a otro enfermo, por lo que debemos conocer estas características concretas para poder ser eficaz con nuestra estrategia terapéutica. Para ello es muy recomendable discutir las opciones terapéuticas con el enfermo o, si él no estuviera en condiciones de opinar, con la familia.
- *Monitorizar los síntomas.* Para poder monitorizarlos emplearemos instrumentos de medidas estandarizados (escalas de puntuación o escalas analógicas) y esquemas de registros adecuados (esquema corporal del dolor, tabla de síntomas...). Una correcta monitorización nos ayudará a clarificar los objetivos, sistematizar el seguimiento y mejorar nuestro trabajo al poder comparar nuestros resultados.
- *Atender los detalles.* Esta atención a los detalles nos ayudará a optimizar el grado de control de los síntomas y minimizar los efectos secundarios adversos de las medidas terapéuticas que se apliquen. Las actitudes y las conductas adecuadas por parte del equipo terapéutico como puede ser la escucha, la sonrisa, la terapia ocupacional, el contacto físico, etc., contribuyen no sólo a disminuir la sensación de abandono e impotencia del enfermo, sino que además elevan el umbral de percepción del citado síntoma por parte del enfermo como sucede en el caso concreto del dolor. La rigurosidad y la minuciosidad de nuestra actuación tendrá una traducción clínica evidente en el enfermo sobre su nivel de confort, siendo necesario conjuntar una gran experiencia clínica en el manejo de estos enfermos con un alto nivel de sentido común a la hora de tomar decisiones.
- *Dar instrucciones correctas y completas sobre el tratamiento.* Debemos escribir las instrucciones de manera clara y legibles. Es preciso detallar muy bien los medicamentos que tiene que tomar el enfermo, con qué intervalos, la vía de administración, si es conveniente tomarlas con las comidas o no, los medicamentos que tiene que tomar a horas fijas y los que puede tomar solo si precisa. También es importante que el enfermo sepa para qué sirve cada uno de los medicamentos. Tampoco debemos olvidar de informarle sobre los efectos secundarios que pudieran aparecer. Será necesario concretar algunos detalles de cómo tomar la medicación: si debe tomar los medicamentos enteros, sin machacarlos como es el caso de los comprimidos de liberación retardada, etc.
- *Tratar los síntomas constantes a horario fijo y prevenir otros síntomas.* Algunos síntomas en estos enfermos son permanentes y, en estos casos, los medicamentos habrá que darlos de forma "fija"; nunca debiéramos indicarlos "a demanda". De esta manera, evitaremos que reaparezcan dichos síntomas. Habrá ciertos tratamientos que cuando los indiquemos puedan provocar otros síntomas como es el caso de los efectos secundarios de los opioides que pueden provocar vómitos o estreñimiento y que siempre debiéramos prevenir antes de que aparezcan.

- *Revisar eficacia del control del síntoma.* Suele ser difícil de conocer de antemano las dosis que necesitará cada enfermo, sobre todo de algunos medicamentos como los analgésicos, los laxantes y los psicofármacos. Además, cada enfermo responde de manera distinta a los mismos tratamientos, por lo que es preciso controlar de cerca la eficacia que deseamos obtener con el tratamiento empleado. Ya hemos explicado que una de las características de los síntomas en estos enfermos es que son cambiantes, por lo que el tratamiento que empleemos lo debemos adaptar a estos cambios. Cambios que suelen ser más frecuentes e importantes a medida que la enfermedad avanza, por lo que una actitud de revisión constante será necesaria para ajustar el tratamiento según sea necesario. La evaluación continua es fundamental para poder replantear el tratamiento conforme evoluciona la enfermedad, marcando plazos adecuados, racionales y realistas para poder resolver las situaciones concretas.

Sería conveniente tener algunas normas adicionales para conseguir un buen control de los síntomas:

- Evitar la polifarmacia para lo que deberemos prescindir de medicamentos innecesarios y podamos mantener un equilibrio entre el alivio de los síntomas, los efectos indeseables y la expectativa de vida.
- Las consultas al especialista y la realización de pruebas diagnósticas debemos reducirlas a las estrictamente necesarias, no indicándolas cuando sus aportaciones y sus resultados no vayan a cambiar la actitud terapéutica.

### ¿Cómo debemos usar los fármacos?

Es conveniente recordar algunos criterios generales para que el uso adecuado de los fármacos contribuya a un control más eficaz.

A medida que avanza la enfermedad, provocando un deterioro progresivo del enfermo, deben cambiar los criterios de utilización de muchos de los fármacos que han sido útiles para el control y mejora de enfermedades crónicas concomitantes. Ahora, debemos simplificar el tratamiento farmacológico para adaptarlo a objetivos más específicos relacionados con la calidad de vida del enfermo. Este objetivo de confort lo tenemos que tener muy presente, ya que nunca vamos a curar al enfermo y toda medicación que suministremos irá encaminada a mejorar su bienestar.

Evitaremos ir cambiando de un medicamento a otro o probando los últimos preparados que salen al mercado. Para controlar los síntomas de los enfermos en fase terminal no suelen ser necesarios más de 15 o 20 medicamentos, pero de ellos tenemos que tener un conocimiento muy exhaustivo para manejarlos con seguridad y eficacia.

Teniendo en cuenta que la vía oral deberá ser la vía de elección siempre que sea posible, elegiremos la pre-

sentación del medicamento más adecuada, al menos en su tamaño y sabor, ya que son enfermos con dificultades para tragar. Otras vías como la subcutánea, la sublingual, la transmucosa, la transdérmica y la rectal son muy útiles también para poder administrar los medicamentos por su familia cuando esté en el domicilio.

La posología deberá ser sencilla, ya que cuanto más fácil sea lo indicado más posibilidades habrá para que se cumpla. Elegir un medicamento que se pueda administrar cada 24 o 12 horas será mejor que uno que haya que administrar cada cuatro horas.

### La familia nos puede ayudar en este control

Ya hemos planteado, cuando nos hemos referido a la metodología del control de síntomas, que la familia también desea conocer las causas de los síntomas y cómo se van a poder controlar, ya que cuando el enfermo esté en su domicilio, será ella la que tenga que administrar algunos de los tratamientos. La familia desea participar en los cuidados del enfermo en todo lo que concierne a su alimentación, a su higiene, los cambios posturales, a las curas, la administración de los medicamentos y, para todo esto, precisa conocer cómo actuar ante algunas situaciones que nosotros le podremos aclarar. A veces este deseo de colaboración se mezcla con cierto miedo a no hacerlo bien y es cuando necesita nuestro apoyo y nuestras explicaciones para que, en ese momento, tan difícil para su familiar, se sienta útil.

Si la familia está bien informada de lo que pretendemos hacer y del por qué, prestará su colaboración y contribuirá a un control eficaz de los síntomas. Tendremos que tener presente una explicación adecuada a la familia de la posible aparición de nuevos síntomas, el empeoramiento de los que ya padece y de los cambios que realicemos en su tratamiento. Todo esto ayudará a hacerlo mejor al equipo asistencial junto a la familia del enfermo. Necesitamos de la familia, sobre todo, cuando el enfermo esté en su casa. Por eso si apoyamos y educamos a los miembros de su familia, además de favorecer su colaboración, ayudaremos a reforzar los planes que tengamos del control de los síntomas del enfermo.

### Algunas conclusiones que conviene recordar

El control de sus síntomas es lo más importante para el enfermo en fase terminal, pero también lo es para su familia. ¡No lo olvidemos! Ya no les preocupa su enfermedad, sino lo que esta enfermedad le hace sufrir.

Nuestra actitud en este control deberá estar ambientada en la flexibilidad. El enfermo es único y sus síntomas son cambiantes a lo largo de su enfermedad. Nuestra estrategia terapéutica deberá adaptarse a estos cambios de la intensidad de sus síntomas y a la singularidad de quien los padece. Adecuaremos un trato personal a cada enfermo; él es único e irreplicable. Cuando nos propongamos controlar un síntoma lo debemos hacer desde un concepto global porque es el síntoma de una persona con su dimensión global: biológica, emocional, social y espiritual.

La actitud de comunicación y escucha por parte de los profesionales será de gran trascendencia, ya que desempeña un significado papel en el tratamiento, optimizando el grado de control de los síntomas. Contribuye no solo a reducir la sensación de impotencia y abandono del enfermo, sino que incrementa el umbral de percepción de cada uno de los síntomas.

El enfermo, cuando se encuentra en esta fase terminal de su enfermedad, requiere un manejo activo en el control de sus síntomas molestos y que reorientemos prioridades, porque el objetivo ya no es curar, sino mejorar su confort y su calidad de vida.

Si somos rigurosos y minuciosos en nuestra actuación, controlando los síntomas molestos del enfermo, conseguiremos un gran nivel de confort tan necesario en estos momentos. Para ello, tan solo es necesario que conjuntemos nuestra experiencia en el manejo de estos enfermos con un alto nivel de sentido común a la hora de tomar decisiones.

El control de síntomas en Cuidados Paliativos se puede conseguir con la combinación sistemática de un tratamiento farmacológico preciso y estudiado, unas medidas generales no farmacológicas adaptadas al enfermo y un adecuado soporte emocional.

#### **Bibliografía recomendada:**

1. Porta J, Gómez Batiste X y TUCA A. (2013). Manual control de síntomas en pacientes con cáncer avanzado y terminal (3ª edición). ARÁN.
2. Bescós M y Zamora A. (2017). Manual de Cuidados Paliativos para M.I.R. GRÜNENTHAL.
3. Gómez M y Ojeda M (2009). Cuidados Paliativos. Control de síntomas. MEDA.
4. Guías de Práctica Clínica en el SNS. Ministerio de Sanidad y Consumo. (2008). Guía de Práctica Clínica sobre Cuidados Paliativos.
5. Astudillo W, Mendinueta C y Astudillo E. (2002). Cuidados del Enfermo en fase terminal y atención a su familia (4ª edición corregida y aumentada). EUNSA.
6. Centeno C, Gómez M, Nabal M y Pascual A. (2009). Manual de Medicina Paliativa. EUNSA.
7. Walsh D. (2010). Medicina Paliativa. ELSERVIER SAUNDERS.
8. Gómez M. (1999). Medicina Paliativa en la Cultura Latina. ARÁN.
9. Guía de Cuidados Paliativos de la SECPAL.
10. López E (1998). Enfermería en Cuidados Paliativos. Panamericana.