HPNA Hospice and Palliative Nurses Association
ADVANCING EXPERT CARE IN SERIOUS ILLNESS

PATIENT / FAMILY TEACHING SHEET

Managing Restlessness
Manejando la Intranquilidad

What is restlessness?
¿Qué es la Inquietud?

- Una inhabilidad para descansar, relajarse o concentrarse
- Extrema inquietud, también se conoce como agitación
- Una condición que ocurre en casi la mitad de los pacientes que se encuentran en las últimas 48 horas de vida

What are signs restlessness?
¿Cuáles son las señales que indican que un paciente sufre de inquietud o intranquilidad?

- Contracción muscular.
- Se mueve de un lado para el otro, sin razón conocida.
- Tirar de las sábanas, mantas o ropa.
- Tratar de levantarse de la cama sin razón alguna.
- No parar de moverse.
- Insomnio.
- Incapacidad para conseguir estar cómodo.
- Hacer muecas.

What to report to the hospice/palliative care team?
¿Qué debe de informar al equipo del hospicio/cuidado paliativo?

- Cualquier señal de los comportamientos mencionados anteriormente.
- Inhabilidad de la persona de pasar los medicamentos.
- Cosas que hacen que su intranquilidad o inquietud empeore (por ejemplo - música ruidosa).
- Cosas que hacen que su intranquilidad o inquietud mejore (por ejemplo - música suave).
- Preocupaciones que usted puede tener como cuidador de un paciente (qué le podría ayudar a hacer frente a este problema de la inquietud o intranquilidad).
- Necesidad de ayuda espiritual para el paciente o el cuidador.
- Situaciones que pueden ser inseguras.

orig. 06 08, rev. 06 11

What can be done for restlessness?
¿Qué puede hacerse?

El equipo médico intentará encontrar la razón del padecimiento y hablará con usted sobre tratamientos.

Cosas que usted puede hacer:

- Dar las medicaciones señaladas o recetadas al paciente.
- Ofrecer consuelo frecuentemente al paciente.
- Ofrecer actividades de relajación, por ejemplo ponga música suave.
- Mantenga las cosas en calma alrededor del paciente, por ejemplo, disminuya el número de visitants.
- Lea las historias, poemas, etc. preferidos a su ser querido en una voz tranquila.
- Darle la mano, darle masajes suaves.
- Mantenga al paciente a salvo (por ejemplo, no deje al paciente sólo mientras que está intranquilo y mantener chequeos frecuentemente cuando esté calmado).
- Entienda que el estar intranquilo o inquieto puede ser una señal de que el paciente está en sus últimos días de vida - deje a otros miembros de la familia saber qué está sucediendo.

Otros consejos disponibles en www.hpna.org
Other HPNA Teaching Sheets on are available at www.HPNA.org.

Reference

Core Curriculum for the Generalist Hospice and Palliative Nurse. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing Company; 2010.

Approved by the HPNA Education Committee June 2008.
Reviewed by the HPNA Education Services Committee June 2011.
orig. 06 08, rev. 06 11