



Cómo preparar a los miembros del hogar para la diálisis en el hogar



CONSEJOS

Decidir hacer diálisis en el hogar es una decisión importante. Si elige esta opción, organizará un “minicentro de diálisis” en su hogar, lo cual puede ocupar espacio y afectar a otras personas que viven con usted.

Deberá informar a los miembros del hogar su decisión, lo que significa para el hogar y cómo podría afectarles. Esta guía de debate lo ayudará a mantener estas conversaciones.

Estas conversaciones pueden hacerles saber a los miembros del hogar por lo que está pasando para que puedan entenderlo y brindarle apoyo.

El equipo de atención médica puede recomendarle o incluso exigirle que tenga un cuidador para ayudarlo con los tratamientos. El cuidador puede vivir o no con usted. Si no vive con usted, puede incluirlo en estas conversaciones.

Estos son algunos consejos para tener conversaciones buenas y significativas:

- **Esté preparado:** piense en lo que quiere decir antes de las conversaciones. ¡Es posible que incluso desee practicar hablando con usted mismo frente al espejo!
- **Sea abierto y honesto** sobre sus sentimientos y necesidades.
- **Escuche de forma activa:** escuche y concéntrese en lo que la otra persona dice, no en lo que usted dirá a continuación.

¡Recuerde que esta no es una conversación única! Mantenga una comunicación abierta y honesta a medida que usted y los miembros del hogar se acostumbran a la diálisis en el hogar.

Hablar antes de decidir hacer diálisis en el hogar

Decidir hacer diálisis en el hogar es una decisión importante. Hágale saber a los miembros del hogar (que pueden ser sus familiares, amigos o compañeros de piso) que está pensando en esta posibilidad.

Puede hablar con ellos sobre lo siguiente:

- Qué es la diálisis en el hogar.
- Por qué quiere hacerlo.
- Lo que implica.
- Lo que quizá tengan que hacer, en caso de que sea necesario.
- Cuánto espacio se necesitará.

Hablar sobre su decisión

Si decide hacer diálisis en el hogar, informe su elección a los miembros del hogar. Es probable que su decisión los afecte, por lo que debe asegurarse de que estén preparados.

Puede hablar con ellos sobre lo siguiente:

- Por qué elige hacer diálisis en el hogar.
- Qué implicarán los tratamientos y con qué frecuencia los realizará.
- Cómo pueden ayudarlo antes, durante o después de los tratamientos.
- Cualquier pregunta o inquietud que puedan tener.

Hablar sobre su programa de tratamiento

El programa de tratamiento puede cambiar los horarios o las actividades habituales de los miembros del hogar. Por ejemplo, si recibe tratamiento nocturno a las 7:30 de la tarde, pero su familia suele cenar a esa hora, es posible que usted tenga que cenar antes o después.

También es probable que su cronograma cambie el cronograma, las responsabilidades o las actividades habituales de su cuidador. Es posible que tenga que dejar una actividad o no hacer algo para ayudarlo. El cuidador tendrá que conocer su cronograma para poder hacer cambios en su propio cronograma.

Puede hablar con los miembros del hogar y el cuidador sobre lo siguiente:

- El programa de tratamiento y el grado de flexibilidad.
- Si es necesario modificar el calendario o las actividades habituales de otra persona.
- Cómo hacer que cualquier cambio de horario sea lo más sencillo posible.



Hablar sobre dónde realizará los tratamientos y almacenará los insumos

Necesitará un espacio o una habitación donde realizar los tratamientos y guardar los insumos. Esto incluirá lo siguiente:

- Su máquina (si realiza hemodiálisis en el hogar o diálisis peritoneal cíclica continua [DPCC]).
- Dónde se sentará o descansará durante el tratamiento.
- Dónde guardará los insumos.

Organizar este lugar puede significar mover las pertenencias de otras personas para hacer espacio. A menudo, existen formas creativas de almacenar los insumos para afectar a los demás lo menos posible. Ayuda a reconocer y agradecer a las personas los cambios que hacen por usted.

Puede hablar con ellos sobre lo siguiente:

- Dónde le gustaría disponer de un espacio cómodo para el tratamiento.
- Dónde puede guardar los insumos.
- Si necesita mover las cosas de otras personas u organizar para hacer espacio, y si es así, quién lo hará.

Hablar sobre la limpieza

Es importante que mantenga los espacios de tratamiento y de insumos lo suficientemente limpios como para evitar infecciones.

La zona no tiene por qué estar impecable, pero vale la pena hablar con quienes vive para pedirles que la zona esté ordenada.

Puede hablar con ellos sobre lo siguiente:

- Por qué es importante mantener ordenados los espacios de tratamiento y de insumos.
- Quién mantendrá ordenados los espacios.
- Si tiene mascotas en el hogar, cómo mantenerlas fuera del área de tratamiento.
- Cómo higienizarse bien las manos (lavarse las manos o usar desinfectante para manos).
 - » Usted y su cuidador deberán mantener una buena higiene de manos mientras usted realiza los tratamientos.
 - » Tal vez quiera que otras personas de su hogar tengan una buena higiene de las manos si tocan o mueven cosas en el espacio de tratamiento.

Hablar sobre los residuos, la electricidad y el agua adicionales

El tratamiento de diálisis puede hacer que su hogar utilice más electricidad o agua de lo normal. Los insumos para diálisis generarán más residuos, como cajas de cartón, envoltura de plástico e insumos usados.

Puede hablar con ellos sobre lo siguiente:

- Por qué el tratamiento consumirá más electricidad y agua.
- Quién pagará las facturas de electricidad y agua, si aumentan.
- Quién limpiará los residuos adicionales en el hogar.
- Si recicla, hable sobre lo que se puede reciclar y lo que no.
- Cómo desechar correctamente algunos insumos usados. Asegúrese de que todos sepan lo siguiente:
 - » Las agujas o jeringas usadas se deben desechar en un recipiente para objetos punzantes. Luego llévelo a un lugar de desecho especial, como una farmacia o el consultorio del médico; no lo tire a la basura.
 - » Si realiza diálisis peritoneal (DP), el líquido de DP usado debe tirarse por el inodoro, el lavabo del baño o del cuarto de servicios, o el desagüe de la ducha o la bañera. El miembro del personal de enfermería le aconsejará con qué frecuencia debe limpiar los desagües con lejía.

Hablar sobre dónde pueden encontrar más información

Es posible que los miembros del hogar quieran saber más sobre la diálisis en el hogar y cómo pueden brindarle apoyo.

Informe a los miembros del hogar lo siguiente:

- Pueden comunicarse con el miembro del personal de enfermería de diálisis de su centro de diálisis. Usted puede llamarlos en cualquier momento (hay alguien disponible incluso fuera del horario de atención) para recibir ayuda de inmediato o ayuda no urgente.
- Pueden comunicarse con un trabajador social del centro de diálisis para conocer otras maneras en las que pueden brindarle apoyo.
- Pueden obtener más información sobre la enfermedad del riñón y la diálisis en el hogar en línea en [kidney.org/home-dialysis](https://www.kidney.org/home-dialysis).
- Pueden unirse a una comunidad de apoyo en línea en [kidney.org/treatment-support/communities](https://www.kidney.org/treatment-support/communities).

Para obtener más información, comuníquese con la National Kidney Foundation.

Línea de ayuda gratuita: **855.NKF.CARES** o correo electrónico: nkfcare@kidney.org