

LA VALENTÍA DE AUTOCANULARSE

**Tomar el control
significa menos dolor,
MÁS independencia**



Por Michelle Carver,
Vicepresidenta de Iniciativas
de Servicios Clínicos en
Fresenius Kidney Care

Si la idea de autocanularse cada vez que te dializas parece imposible, no estás solo. Muchas personas le temen a las agujas, especialmente las grandes que se usan para la diálisis. Pero confía en mí, cuando aprendas a hacerlo, te preguntarán por qué alguna vez dudaste de ti mismo. Te da control, puedes hacer que tu vía de acceso dure más y lo creas o no, duela menos. Uno de mis pacientes de diálisis lo comparó con colocarse un hisopo con punta de algodón en el oído: ¿preferirías hacerlo tú mismo o que lo hiciera otra persona? Solo tu, no tu médico o enfermero, puede sentir ambos extremos de la aguja, para saber cuándo y dónde detenerse, lo que significa menos complicaciones y punciones perdidas. Si no crees que alguna vez te sentirás cómodo con la autocanulación, déjame contarte sobre uno de mis pacientes. Planeaba hacerse diálisis en casa, por lo que necesitaba aprender a autocanularse, porque no había nadie en casa que pudiera hacerlo por él. Pero ni siquiera me miró cuando le coloqué la aguja. Dijo que lo haría al día siguiente, pero, de nuevo, no me miró. Le dije que tendría que hacerlo si quería dializarse en casa, así que finalmente lo intentó. Logro meter la aguja, no tuvo ningún problema y desde ese día nunca dejó que otro profesional lo canalizara. Anteriormente se había quedado cerca de casa, pero después de aprender a autocanularse, viajó por todo el mundo. Superar el miedo fue la llave de su libertad e independencia. También puede ser tuya.

Así es como funciona:

- **Te enseñamos.** Vendrás al centro durante cuatro semanas y te enseñaremos a autocanularte paso a paso. Ofrecemos muchas herramientas y tenemos varios métodos de enseñanza. Debido a que poner la aguja la primera vez da miedo, puede comenzar haciéndolo al revés, quitando la aguja después

de un tratamiento. La técnica de la mano en tándem consiste en colocar la mano sobre la mano del miembro del equipo médico mientras coloca la aguja. Luego, se hará a la inversa, siendo el miembro del equipo el que pondrá su mano sobre la tuya y guiandote mientras colocas la aguja. Después de algunas veces, te preguntarán por qué estabas tan estresado por eso. Nuestro trabajador social también puede trabajar contigo en formas de relajarte y desestresarte, así como enseñarte algunos ejercicios de relajación.

- **Te damos consejos.** El uso de crema anestésica puede ayudar con el dolor, aunque la mayoría de los pacientes descubren que no necesitan usarla después de un tiempo. El uso de gafas para leer ayuda, aunque normalmente no las uses, ya que magnifica todo y hace que sea más fácil ver la parte biselada de la aguja. Una lámpara frontal libera tus manos y el uso de un torniquete con una sola mano te ayuda a ver y dar en el blanco más fácilmente. Las almohadas te ayudan a colocar el brazo para que el acceso sea el correcto. Después de colocar las agujas, te mostraremos cómo asegurarlas con cinta adhesiva y usando pantimedias para mantener las líneas y las agujas en su lugar para que puedas concentrarte en el trabajo de la computadora, tejer, leer o lo que sea que necesites hacer durante el tratamiento.
- **Te apoyamos.** Te brindamos mucha práctica y nos aseguramos de que estés 100 % cómodo antes de autocanularse. Si te dializas en casa y tienes preguntas o inquietudes, una enfermera está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana y puedes llamar en cualquier momento que necesites ayuda o tengas preguntas.
- **Opciones de acceso.** Hay dos métodos para la canulación:
 - **La rotación del sitio** es el método tradicional y el método más común, en el que cada vez se coloca la aguja en un lugar diferente. Es la única opción si

tienes un injerto.

- **Buttonhole® (técnica del ojal), o canulación en mismo sitio,** en la que se coloca la aguja exactamente en el mismo lugar varias veces. Después de aproximadamente dos semanas, se forma una vía y puede cambiar de agujas afiladas a despuntadas o desafiladas, lo que le impide colocar la aguja fuera del vaso sanguíneo. Los pacientes dicen que es más fácil porque no tienes que encontrar un lugar nuevo cada vez, es como poner un arete en una oreja perforada. Eventualmente, la vía es casi indolora. Se forma una pequeña costra sobre la vía y se quita antes de colocar las agujas para el próximo tratamiento. No duele quitar la costra, pero debe asegurarse de tener excelentes técnicas de control de higiene para reducir el riesgo de infección. La técnica del ojal se reserva principalmente para pacientes que se dializan en casa y solo se puede utilizar con una fistula.

La autocanulación te da control. Debido a que te vuelves tan competente y llegas a conocer tan bien tu cuerpo y el proceso, notarás muy rápidamente incluso cambios o problemas leves antes que los demás, por lo que podrás abordarlos rápidamente con tu médico. Aunque puedes autocanularte en el centro, te abre la puerta a la diálisis domiciliaria, lo que te da más libertad.

¿Suena intrigante? Habla con tu equipo de atención sobre cómo aprender a autocanularte.

Michelle Carver, BSN, RN, CNN, es la Vicepresidenta de Iniciativas de Servicios Clínicos en Fresenius Kidney Care. Michelle tiene más de 20 años de experiencia en atención de enfermería de diálisis, específicamente en capacitación y apoyo para hemodiálisis peritoneal y domiciliaria. Actualmente se enfoca en desarrollar e implementar procesos estandarizados para mejorar los resultados clínicos de los pacientes de diálisis.

