

*Hacer planes futuros acerca de su atención médica ayuda a asegurar que recibirá la atención que quiere, incluso cuando otros estén tomando decisiones médicas por usted.*



## Guía para la Planificación anticipada de la atención médica

*Establezca sus preferencias para la atención médica*

Una herramienta fundamental de planificación personal desarrollada para usted por



## Planificación anticipada de la atención médica

Cuando la vida le lleva a tomar decisiones médicas difíciles, es posible que deba considerar diferentes opiniones de:

- Su familia y amigos
- Su comunidad religiosa
- Diversos médicos
- Internet



Imagine que alguien tiene que tomar estas decisiones *por usted*, porque usted no puede hacerlo por sí mismo.

El objetivo de un Plan Anticipado de Atención Médica (ACP, por sus siglas en inglés) es contar con alguien de confianza:

- Que esté *preparado y dispuesto* a ser su intercesor y a tomar decisiones médicas si usted no puede tomarlas.
- Que esté *informado* acerca de lo que usted valora en la vida y en la salud
- Que pueda *respetar sus deseos* al tratar con su equipo de atención médica

Esta guía le ayudará a:

- Seleccionar un alguien que tome decisiones médicas
- Evaluar lo que es importante para usted
- Comunicar sus necesidades y deseos
- Elaborar su plan legal y sin costo

## Cómo elaborar un ACP



Debido a que los accidentes y los cambios de las condiciones médicas pueden suceder de forma inesperada, es importante que cualquier persona mayor de 18 años tenga un Plan anticipado de atención médica.

Usted no necesita un abogado para crear un ACP.

Si necesita ayuda con esta guía, solicítela a su equipo de atención médica.

Mi equipo de atención médica: \_\_\_\_\_

Información de contacto: \_\_\_\_\_

## Paso 1: Seleccionar a la persona adecuada



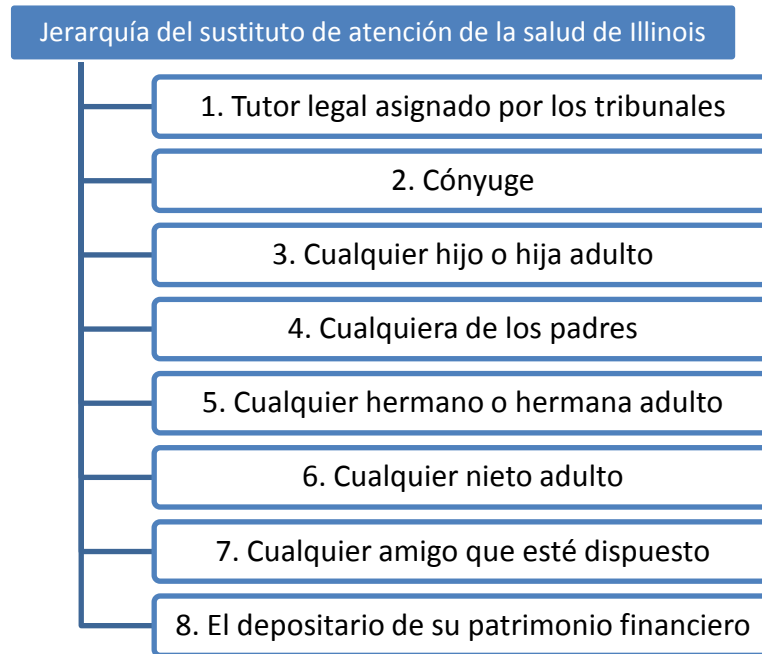
La persona que tome decisiones médicas por usted puede ponerse en situaciones de mucha presión, lo que podría causar mucha angustia emocional. Le recomendamos que elija una persona que:

- Pueda respetar sus deseos
- Tenga valores similares a usted (en términos de lo que hace que la vida valga la pena ser vivida)
- Pueda pensar como usted
- Pueda ponderar decisiones médicas difíciles
- Pueda trabajar bien bajo presión
- Acepte la responsabilidad de tomar decisiones médicas velando por sus intereses

Recuerde, la selección de la persona que tome decisiones médicas no significa que los demás no tengan una opinión, pero puede ayudar a minimizar las discusiones y la tensión.

# Jerarquía del sustituto de atención de la salud de Illinois

Si no tiene un ACP, el estado de Illinois decide quién será el que tome las decisiones médicas. La Ley de Illinois para la jerarquía del sustituto de atención de la salud da autoridad para la toma de decisiones médicas en el siguiente orden:



Recuerde, cuanto más comunique sus deseos, más fácil será para quien tome las decisiones médicas encargarse de las decisiones difíciles. Complete los siguientes pasos para ayudar a crear su ACP. Como mínimo, debe informar a su equipo de atención médica quién será el que tome las decisiones médicas por usted.



## Paso 2: Evalúe sus valores

Cada persona es única en su forma de ver la vida y lo que es más importante para ella. Las siguientes tablas le ayudarán a determinar qué valores son los más importantes en su vida y puede ser de utilidad para orientar las decisiones futuras. Califique cada punto de acuerdo a su importancia para usted.

### Valores médicos

<i>Quiero...</i>	No es importante					Es muy importante	
	1	2	3	4	5	6	7
Estar libre de dolor							
No tener que luchar para respirar							
Conocer todas las opciones de mi afección							
Saber lo que va a pasar con mi cuerpo en el transcurso de mi enfermedad							
Comer y disfrutar de los alimentos de forma natural, no por medios artificiales o médicos							
Que hayan probado todos los tratamientos médicos posibles							
Estar mentalmente alerta y reconocer a mis seres queridos							
Vivir todos los días que sea posible, sin importar la condición de mi cuerpo							
Estar involucrado con estudios de investigación, aunque sólo sea para ayudar a otros							
Que se donen mis órganos							

## Valores personales

<i>Quiero ...</i>	No es importante					Es muy importante	
	1	2	3	4	5	6	7
Mantener mi dignidad							
Hablar abiertamente sobre mis miedos/ansiedades							
No tener que vivir en un hogar de ancianos							
Legar consejos y orientación							
Que mi familia no discuta							
Pedir perdón							
Asegurarme de que mis asuntos están en orden para reducir al mínimo el efecto sobre mis seres queridos							
Asegurarme de que puedo lograr metas importantes en la vida							
Dejar mi vida en las manos de Dios, sin tratamientos médicos con medidas extremas							
Tomar en consideración las tradiciones religiosas, las creencias y las prácticas							
Recibir apoyo de mi pastor, rabino o clérigo							

## Valores sobre la muerte

<i>Quiero ...</i>	No es importante					Es muy importante	
	1	2	3	4	5	6	7
Tener a mi familia conmigo/no morir solo							
Tener la posibilidad de decir adiós a mis seres queridos							
Morir en casa							
Tener una muerte natural, no conectado a tubos o a máquinas							

## Valores adicionales

<i>Quiero ...</i>	No es importante					Es muy importante	
	1	2	3	4	5	6	7
<i>Introduzca valores adicionales aquí</i>							





### Paso 3: Considere varios escenarios

Ahora, piense cómo le gustaría cuidar de sí mismo en diversas situaciones.

Aunque algunos escenarios podrían ser difíciles de imaginar, se le exhorta a que elija respuestas y escriba comentarios acerca de cómo le gustaría ser atendido.

Estos escenarios pueden ayudarle a la toma de decisiones médicas en decisiones difíciles. Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas.

En caso de necesitar ayuda, solicítela por favor a su equipo de atención médica.

<i>Imagine que ...</i>	<i>Seleccione una opción para cada escenario</i>	<i>Comentarios</i>
<p>Goza de salud cuando tiene un accidente automovilístico fuerte. Sufre de daño cerebral significativo y requiere sistemas de apoyo vital y equipo médico para mantener su corazón, pulmones y otros órganos vitales funcionando. Su futuro es incierto.</p> <p>¿Seguiría dependiendo del apoyo vital?</p>	<p><input type="checkbox"/> Sí, seguiría dependiendo del apoyo vital</p> <p><input type="checkbox"/> No, no seguiría dependiendo del apoyo vital</p> <p><input type="checkbox"/> Otro</p>	
<p>Ha tenido dos ataques al corazón. Tiene un tercer ataque masivo al corazón. Éste lo deja inconsciente. Si sobrevive, su calidad de vida quedará muy disminuida. Mientras está inconsciente, su corazón se detiene.</p> <p>¿Permite que los médicos hagan todo lo posible para mantenerlo vivo o deja que la naturaleza siga su curso?</p>	<p><input type="checkbox"/> Hagan todo lo posible para mantenerme con vida</p> <p><input type="checkbox"/> Dejen que la naturaleza siga su curso</p> <p><input type="checkbox"/> Otro</p>	
<p>Tiene sobrepeso excesivo con enfermedad cardíaca y diabetes. Tratar todo para prolongar la vida podría potencialmente implicar procedimientos cardíacos invasivos y estancias hospitalarias largas y complicadas.</p> <p>¿Le gustaría seguir con tratamientos agresivos o dejar que la vida siga su curso?</p>	<p><input type="checkbox"/> Seguiría con los tratamientos agresivos</p> <p><input type="checkbox"/> Dejaría que la vida siguiera su curso</p> <p><input type="checkbox"/> Otro</p>	

<i>Imagine que ...</i>	<i>Seleccione una opción para cada escenario</i>	<i>Comentarios</i>
<p>Tiene una enfermedad pulmonar incurable y ha estado entrando y saliendo del hospital varias veces, por dificultades para respirar. Un día se le admite en la Unidad de Cuidados Intensivos y le colocan en un ventilador para respirar y sobrevivir.</p> <p>¿Permanecería en el ventilador?</p>	<p><input type="checkbox"/> Sí, me gustaría mantener el ventilador</p> <p><input type="checkbox"/> No, no me gustaría mantener el ventilador</p> <p><input type="checkbox"/> Otro</p>	
<p>Ha sido diagnosticado con demencia irreversible. La enfermedad progresa tanto que usted no puede cuidar de sí mismo, hablar o tragar. La única manera de sobrevivir es mediante un tubo insertado en el estómago para administrarle nutrición líquida.</p> <p>¿Le gustaría que le colocaran el tubo en el estómago?</p>	<p><input type="checkbox"/> Sí, me gustaría que me colocaran el tubo en el estómago</p> <p><input type="checkbox"/> No, no me gustaría que me colocaran el tubo en el estómago</p> <p><input type="checkbox"/> Otro</p>	
<p>Se le ha diagnosticado con un cáncer que se ha diseminado. Los tratamientos detienen temporalmente su crecimiento, pero en algún momento van a dejar de funcionar. El cáncer causará eventualmente la muerte.</p> <p>Estando demasiado débil para caminar, ¿dónde le gustaría recibir la atención: en casa o en el hospital?</p>	<p><input type="checkbox"/> Me gustaría ser atendido en casa</p> <p><input type="checkbox"/> Me gustaría ser atendido en el hospital</p> <p><input type="checkbox"/> Otro</p>	
<p>Está muy enfermo y no puede interactuar con sus seres queridos. Hay una pequeña posibilidad de recuperación, que disminuye con el tiempo.</p> <p>¿Durante cuánto tiempo está dispuesto a intentarlo por todos los medios médicos posibles, incluyendo procedimientos que podrían ser muy dolorosos?</p>	<p><input type="checkbox"/> Me gustaría probar todas las opciones posibles hasta que me muera</p> <p><input type="checkbox"/> Sólo lo intentaría con esas opciones si mis probabilidades de recuperación fueran buenas</p> <p><input type="checkbox"/> Otro</p>	

## Paso 4: Comuniqué las consideraciones adicionales

Hay otras consideraciones, que pueden ayudar a quien va a tomar las decisiones médicas importantes. Por favor escriba las respuestas a las siguientes preguntas.



¿Existe una condición física que pudiera usted no tolerar, especialmente si fuera por un período prolongado de tiempo?

---

---

---

¿Puede pensar en afecciones o estados de enfermedad en los que usted no querría cuidado médico agresivo para mantenerlo con vida? Es decir, escenarios en los que preferiría morir de forma natural, cómoda, y posiblemente en casa.

---

---

---

Después de morir, ¿quiere un funeral o un servicio conmemorativo? ¿Prefiere ser enterrado, incinerado o donar su cuerpo a la ciencia?

---

---

---

## Paso 5: Determine cómo desea que proceda quien vaya a tomar las decisiones médicas

Ahora que ha evaluado sus valores y ha considerado diversas situaciones, piense cómo quiere usted que proceda quien va a tomar las decisiones médicas en su nombre.

En la tabla a continuación, seleccione los elementos que desea que considere quien va a tomar las decisiones médicas y escriba comentarios adicionales para mayor claridad.

<i>Al tomar decisiones médicas por mí ...</i>	<i>Añada comentarios adicionales a continuación (Si es necesario)</i>
<input type="checkbox"/> Trata de cumplir con mis deseos lo más estrictamente posible	
<input type="checkbox"/> Confío en ti y sé que tomarás la decisión correcta, sin importar cuál sea.	
<input type="checkbox"/> Busca el consejo de un médico personal de confianza para ver que cree él que es lo mejor para mí	
<input type="checkbox"/> Por favor, explora todas las opciones de tratamiento posible, incluyendo la búsqueda de una segunda opinión y los tratamientos experimentales que pudieran estar disponibles	
<input type="checkbox"/> Habla con tus amigos, familiares y líderes religiosos para pedirles consejo	
<input type="checkbox"/> Considera los valores culturales y/o religiosos que sean importantes para mí	

Nombre (en letra de molde): \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

## Paso 6: Tener una conversación

Después de haber determinado cuáles son sus valores, qué decisiones tomaría y cómo le gustaría que tomara las decisiones médicas quien las va a tomar por usted, es hora de comunicarle esta información.

Para asegurarse de que su conversación sea fluida:

- Téngala en un ambiente cómodo
- Determine si le gustaría que la conversación sea personal con quien va a tomar las decisiones médicas o con otros, para asegurarse de que todos estén en la misma sintonía
- Dígale a quien va a tomar las decisiones médicas por qué lo seleccionó para este importante papel
- Use esta guía como ayuda para conducir la conversación, puede incluso optar por proporcionar una copia de lo que escribió a los demás, y dejar que analicen sus respuestas antes de platicar
- Dígales lo que piensa acerca de su estado actual de salud y lo que le podría suceder
- Expréseles lo que valora en la vida y lo que es más importante para usted
- Dígales con que escenarios que no le gustaría encontrarse.
- Proporcióneles consejos útiles sobre cómo desea tomar decisiones de vida o muerte para usted
- Dele a sus seres queridos importantes una copia de todos los documentos legales, para que tengan fácil acceso a ellos cuando sea necesario



## Pasos siguientes

Esta guía **no** es un documento legal. Para seleccionar legalmente a alguien que tome decisiones médicas por usted, debe llenar una carta poder para atención médica de Illinois:

[https://www.isms.org/uploadedFiles/Main\\_Site/Content/Resources/For\\_Physicians/Advance\\_Directives/POAHealthCare.pdf](https://www.isms.org/uploadedFiles/Main_Site/Content/Resources/For_Physicians/Advance_Directives/POAHealthCare.pdf). Es un documento gratuito, está disponible en línea o a través de su equipo de atención médica y requiere la firma de un testigo. **El testigo no puede ser quien va a tomar las decisiones médicas.**



Después de llenar el formulario, llévelo con usted en su próxima cita. Compartir esta información con su equipo de salud les permite saber quién va a tomar decisiones médicas por usted y les ayuda a garantizar que se cumplan sus deseos.

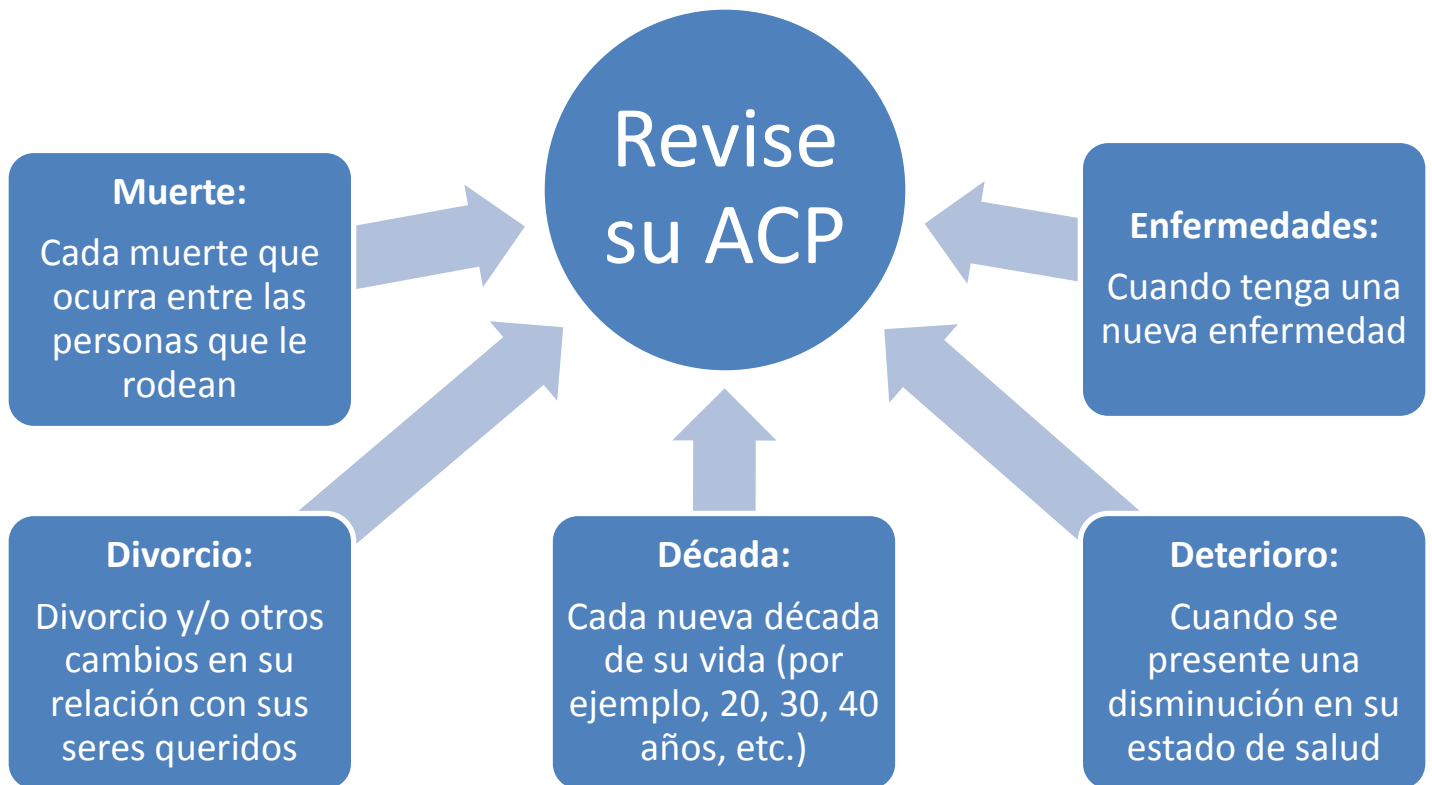
- Infórmeles a quién ha seleccionado como la persona que va a tomar las decisiones médicas
- Proporciónelos una copia de su carta poder para atención médica de Illinois
- Infórmeles acerca de sus valores y deseos para que lo añadan a su expediente médico

Lleve esos documentos con usted en todas las visitas al hospital y si ve a un nuevo médico. Téngalos siempre en un lugar fácil de encontrar, en caso de una emergencia.

## Revíselos a menudo

Como lo que usted valora en la vida puede cambiar con acontecimientos importantes de la vida, puede cambiar su ACP en cualquier momento.

Mínimamente debe revisar y actualizar su plan anticipado de atención médica de manera regular, o cuando ocurran en su vida cualquiera de estas 5 situaciones: Muerte, divorcio, década, deterioro o enfermedades.



Asegúrese de comunicar cualquier ajuste a la persona designada para la toma de decisiones médicas.

Si decide cambiar a la persona designada para la toma de decisiones médicas:

- Actualice la carta poder para atención médica de Illinois
- Comunique el cambio a su equipo de atención médica

# La planificación anticipada de la atención médica ayuda a sus seres queridos



Compartir su ACP con sus seres queridos o con alguien de su confianza puede ser considerado como un apoyo que les puede ayudar a tomar decisiones médicas muy difíciles en momentos muy estresantes.

Utilice la siguiente lista para ayudar a crear su ACP.

## MI LISTA DE COMPROBACIÓN DE ACP

- Seleccionar a alguien que tome decisiones médicas
- Si la persona que seleccione para la toma de decisiones médicas no se encuentra en la parte superior de la lista de la Ley de Illinois para la jerarquía del sustituto de atención de la salud, llene la [carta poder para atención médica de Illinois](#) (disponible gratuitamente en Internet)
- Determinar lo que valoro y comunicarlo a la persona seleccionada para tomar decisiones médicas
- Informar a los demás de mi decisión, incluyendo a los parientes cercanos
- Informar a mi equipo de atención médica sobre mi decisión
- Proporcionar copias de todos los documentos legales a quien vaya a tomar decisiones médicas, a mis familiares cercanos y a mi equipo de atención médica
- Revisar mi ACP cada diez años, cada vez que tenga una nueva enfermedad, cuando exista un deterioro de mi salud, cuando ocurra una muerte entre mis seres queridos o si me divorcio



## Recursos adicionales

Visite <http://www.northshore.org/acp> para ver información adicional y un video sobre cómo la Planificación anticipada de la atención médica impactó a los pacientes y a sus familias en el Northshore University HealthSystem.

Los recursos adicionales incluyen:

- [https://www.isms.org/uploadedFiles/Main\\_Site/Content/Resources/For\\_Physicians/Advance\\_Directives/POAHealthCare.pdf](https://www.isms.org/uploadedFiles/Main_Site/Content/Resources/For_Physicians/Advance_Directives/POAHealthCare.pdf)
- <https://www.prepareforyourcare.org/>
- <http://www.caringinfo.org/i4a/pages/index.cfm?pageid=3277>
- [http://www.agingwithdignity.org/catalog/product\\_info.php?products\\_id=28](http://www.agingwithdignity.org/catalog/product_info.php?products_id=28)
- <http://well.blogs.nytimes.com/2009/03/20/planning-for-death-when-youre-healthy/>
- <http://www.gowish.org/staticpages/index.php/thegame>