



Planificación anticipada de la atención médica

Esta información describe cómo puede proteger su derecho a tomar sus propias decisiones sobre su atención médica. Contiene información sobre:

- Cómo hablar con sus seres queridos acerca de la atención que querría si no puede hablar por sí mismo.
- Cómo elegir a alguien para tomar decisiones de atención médica por usted, si usted no lo puede hacer.
- Cómo documentar sus elecciones de una manera que sea reconocida por la ley.

Este proceso se denomina planificación anticipada de la atención médica. La planificación anticipada de la atención médica le permite pensar acerca de problemas de salud importantes cuando está sano y no necesita tomar estas decisiones de inmediato. Planificar su atención médica cuando no está bajo demasiado estrés emocional le ayudará a obtener la atención médica que usted desearía si no fuera capaz de tomar decisiones por su propia cuenta. Planificar por adelantado ayuda a tranquilizar a sus seres queridos porque no tienen que adivinar lo que usted querría ni se preocupan por haber tomado la decisión correcta.

Puede ser difícil pensar en el tipo de atención médica que usted querría si se enferma gravemente o cuando se acerca al final de su vida. Hemos diseñado esta información para ayudarle a pensar en lo que usted desearía y para hablar con sus seres queridos al respecto. A medida que siga esta guía, es posible que quiera usar los espacios proporcionados para escribir notas y preguntas.

Elija su agente de atención médica

Su agente de atención médica (también llamado apoderado o representante) es alguien que usted elige para tomar decisiones de atención médica por usted si no puede hacerlo por sí mismo. Si puede comunicarse y puede entender sus opciones de tratamiento, usted trabajará con su equipo de atención médica para tomar sus propias decisiones sobre su tratamiento. Su agente de atención médica está involucrado únicamente en decisiones médicas y no tiene autoridad legal para tomar decisiones sobre sus finanzas o cualquier otra cosa.

Elija a alguien que pueda servir legalmente como su agente de atención médica. Un amigo, familiar o alguien de su confianza puede ser su agente de atención médica, siempre y cuando la persona tenga por lo menos 18 años y no sea miembro de su equipo de atención médica. Además, es importante que elija a alguien que:

- Esté dispuesto a hablar con usted acerca de sus deseos con respecto a la atención médica.
- En quién usted confíe que seguirá adelante con sus decisiones.
- Entiende sus creencias religiosas y éticas.
- Estará disponible en el futuro.
- Entiende el papel de un agente de atención médica y esté dispuesto a servir como uno de estos.
- Sea capaz de comunicarse bien con los demás.
- Pueda tomar decisiones difíciles.

Muchas personas eligen a su cónyuge, pareja u otro familiar. Sin embargo, no todos se sentirán cómodos siendo un agente de atención médica. No importa quién elija, es importante hablar abiertamente y honestamente con la persona antes de tomar una decisión.

Puede elegir más de 1 agente de atención médica. Por ejemplo, usted podría tener un agente de atención médica primario y un agente de atención médica secundario. De esa manera, si su agente de atención médica primario no está disponible en una emergencia, su médico llamará a la segunda persona.

Cuando tenga a alguien en mente, revise la información que figura en la siguiente sección con estas personas. Es importante revisar esto de vez en cuando porque sus opiniones pueden cambiar.

Hable acerca de sus creencias y metas

Hable con su agente de atención médica sobre lo que usted desearía, y discuta por qué se siente de esa manera. Esto le ayudará a entender sus deseos. Usted no tiene que explicar en detalle los tratamientos médicos específicos que desea o no desea. También es útil hablar con sus proveedores de atención médica, otros amigos y familiares, y otras personas de su confianza, como un asesor espiritual o un abogado.

Hablar acerca de sus creencias y metas puede ser difícil. Para ayudarle a empezar, hemos dado ejemplos de algunas preguntas que debe hacerse a usted mismo. Recuerde, la planificación anticipada de la atención médica es un proceso, no algo que se hace todo de una vez.

¿Hay ciertas situaciones en las cuales usted no desearía demasiado tratamiento médico?

¿A cuánto está dispuesto a someterse para prolongar su vida?

Los cuidados paliativos se centran en el alivio del dolor y otros síntomas, tanto físicos como emocionales. Se pueden proporcionar en cualquier momento durante una enfermedad, incluso al mismo tiempo que otros tratamientos. Los cuidados paliativos no son lo mismo que los cuidados terminales, que se explican a continuación.

¿Cuál es su opinión con respecto a los cuidados paliativos?

Los cuidados paliativos y los cuidados terminales no son lo mismo. Los cuidados terminales comienzan cuando la vida de una persona puede ser de 6 meses o menos. El objetivo de los cuidados terminales es proporcionar comodidad y apoyo al tiempo que se detiene cualquier tratamiento que intente curar una enfermedad. Los cuidados terminales pueden tener lugar en el hogar o en una institución de salud. ¿Estaría interesado en los cuidados terminales al final de su vida?

Entender qué son las voluntades anticipadas

Las voluntades anticipadas son instrucciones por escrito sobre cómo desea que se tomen las decisiones médicas si usted no puede comunicarse o tomar las decisiones usted mismo. Los 2 tipos más comunes de voluntades anticipadas son un poder de atención médica y un testamento en vida.

Un formulario de **poder de atención médica** es un documento legal que identifica a la persona que usted desea que tome las decisiones médicas en su nombre si no puede hacerlas por usted mismo.

Un **testamento en vida** es un documento que indica sus deseos sobre su atención médica. Los proveedores de atención médica revisarán su testamento en vida para obtener orientación si usted no puede comunicarse por sí mismo. En el documento, usted especifica qué tratamientos desea o no desea recibir si se encuentra en esta situación.

¿Cuáles son algunas cosas que harían que el final de su vida fuera más apacible?

¿Cuáles son sus mayores preocupaciones o temores sobre el final de su vida?

¿Qué tan importante es para usted poder cuidarse a sí mismo al final de su vida?

Puede ser útil hablar con su agente de atención médica acerca de tratamientos específicos que usted puede querer o no querer recibir y las circunstancias en las que usted querría o no querría recibirlos. He aquí algunos ejemplos:

La reanimación cardiopulmonar (RCP) se puede llevar a cabo si su corazón deja de latir. Para intentar reiniciar su corazón, usted puede recibir presión fuerte en su pecho (compresiones) y descargas eléctricas (desfibrilación). Para darle aire, es posible que usted reciba respiración boca a boca, se le inserte un tubo respiratorio en la vía aérea (intubación), se haga que una máquina respire por usted (ventilación mecánica), o todas estas 3 opciones. Escriba sus preguntas y pensamientos acerca de si usted desea recibir RCP y en qué situaciones.

Si deja de respirar mientras su corazón sigue latiendo, es posible que usted reciba respiración boca a boca, se le inserte un tubo respiratorio en la vía aérea (intubación), se haga que una máquina respire por usted (ventilación mecánica), o todas estas 3 opciones. Escriba sus preguntas y pensamientos acerca de si desea que se le coloque un respirador y en qué situaciones.

La hidratación y la nutrición artificiales se suman o reemplazan el comer y beber normales. Se puede colocar una sonda de alimentación para administrarle alimentos y líquidos directamente en su estómago o intestino, o a través de la nariz y al interior de su estómago. También puede recibir nutrición a través de una vena. La hidratación y la nutrición artificiales pueden usarse si usted no puede comer o beber lo suficiente mientras recibe tratamiento que podría ayudarlo a recuperarse. También pueden usarse para mantener vivo su cuerpo si está inconsciente y hay muy pocas posibilidades de que vuelva a recobrar el conocimiento de nuevo. Escriba sus preguntas y pensamientos acerca de si desearía recibir hidratación o nutrición artificiales, y en qué situaciones.

Notas adicionales: _____

Documente sus decisiones

Una vez que usted tenga a alguien que haya aceptado ser su agente de atención médica, tendrá que ponerlo por escrito. Podrá hacer esto al completar un formulario de poder para la atención médica. Los formularios están disponibles a través de su proveedor de atención médica en MSK, un representante de pacientes o en los sitios web que aparecen al final de este recurso.

En Nueva York, un formulario de poder para la atención médica se hace válido una vez que usted lo firma y fecha frente a 2 testigos. Cualquier persona que tenga 18 años de edad o más puede ser su testigo, pero su agente de atención médica no puede ser su testigo. También será necesario que su testigo firme el formulario. No necesita un abogado o un notario para completar este formulario.

Entregue una copia de su formulario de poder para la atención médica completado a todos sus proveedores de atención médica, su agente de atención médica y su abogado, si tiene uno. También deberá guardar una copia para usted. Dígale a sus otros seres queridos quién es su agente de atención médica y pídale que apoyen a esa persona.

Con la planificación anticipada de la atención médica, sus seres queridos podrán llevar a cabo de mejor manera sus deseos si usted no puede hablar por sí mismo. La elección y documentación de su agente de atención médica es solo el comienzo. Una vez que haya empezado, será más fácil hablar de cambios u otras cosas que surjan en el futuro. Sus deseos pueden cambiar con el tiempo, por lo que es una buena idea hablar sobre su plan cada vez que cambien sus metas de tratamiento.

Recursos adicionales

Si tiene alguna pregunta sobre la planificación anticipada de la atención médica, hable con su equipo de atención médica. También puede hablar con un miembro del personal de nuestra oficina de representantes de pacientes llamando al 212-639-7202.

CaringInfo

www.caringinfo.org

Proporciona muchos recursos para la planificación anticipada de la atención médica, incluyendo formularios de poder para la atención médica de cualquier estado.

Sitio web del Departamento de Salud del Estado de Nueva Jersey. ¿Qué es una voluntad anticipada?

www.state.nj.us/health/advancedirective/ad/what-is/

Información sobre la planificación anticipada de la atención médica en general y específica para Nueva Jersey.

Departamento de Salud del Estado de Nueva York

www.health.ny.gov/professionals/patients/health_care_proxy/

Información sobre la planificación anticipada de la atención médica y los formularios de poder para la atención médica en NY en varios idiomas.

Utilice este espacio para anotar preguntas para su proveedor de atención médica. _____
