

Planificación anticipada de su atención médica

Es difícil lidiar con una enfermedad. Para poder brindarle la mejor atención posible necesitamos que nos haga saber qué es lo más importante para usted. A continuación encontrará 3 cosas que puede hacer durante o después de su estadía en el hospital para ayudar a que tanto sus doctores y demás personal del equipo médico, como las personas cercanas a usted conozcan qué tipo de atención médica desea recibir.

1. Piense sobre lo que más le importa

Cada persona tiene sus propias ideas sobre la atención médica que desea o no desea recibir. Piense en lo que es más importante para usted. A continuación encontrará algunos ejemplos de preguntas y respuestas que le podrían servir de ayuda y punto de partida para empezar a reflexionar.

- **¿Qué es lo más importante para usted?** Evitar el dolor y otras molestias podría ser lo más importante. O quizás estaría dispuesto a someterse a tratamientos adicionales con la esperanza de vivir más tiempo.
- **¿Qué es lo que más le preocupa?** Quizás le preocupe el vivir con dolor constante. O puede que se preocupe más por el costo de su atención médica.
- **¿Qué le ayuda a superar los tiempos difíciles?** El apoyo de la familia o los amigos. Su fe. La oración.

Dese tiempo para pensar en lo que importa más. Nuestras prioridades pueden cambiar. Eso es completamente normal. Recuerde que no hay una manera «correcta» o «equivocada» de sentir. Sus sentimientos e ideas son un componente importante de su plan de atención médica.

2. Hable sobre lo que más le importa

Hable con sus seres queridos y dígales qué es lo que más le importa. Hablar de estas cosas puede a veces resultar difícil. No es necesario cubrirlo todo de una vez. Lo puede hacer poco a poco. Si le cuesta trabajo iniciar la plática con sus seres queridos, coméntelo con su equipo médico. Ellos pueden ayudarle a encontrar el apoyo que necesita.

Hable con su doctor y el equipo médico sobre el tipo de cuidados que desea y comuníqueles lo que es importante para usted. Saber lo que más le importa, ayuda a su equipo médico a brindarle la atención que usted desea.

Estamos para servirle. La comunicación con los pacientes sobre los cuidados médicos que desean recibir constituye una parte importante de lo que hacemos todos los días. Queremos que nos diga qué es más importante para usted.

Para iniciar la conversación con su equipo médico sobre lo que más le importa **hágales preguntas tales como:**

- Me gustaría hablar de lo que considero importante sobre mi atención médica, ¿es éste un buen momento para hacerlo?
- ¿Puede hablarme más sobre los tratamientos disponibles para mi enfermedad que me permitirían seguir haciendo las cosas que más me importan?
- ¿Qué puedo hacer para sentirme mejor?
- ¿Puede decirme cuándo cree que podré regresar al trabajo?
- ¿Cuáles son algunas de las cosas que puedo hacer para mantenerme más activo?
- ¿Con quién puedo hablar de lo que me preocupa?

3. Elija a una persona para que sea responsable de la toma de decisiones sobre su atención médica

Elija a una persona, como un miembro de la familia o un amigo cercano, para tomar decisiones médicas por usted en caso de que usted no pueda hacerlo. Esta persona en ocasiones se denomina responsable de la toma de decisiones, representante o apoderado para asuntos médicos. Esta persona usará lo que sabe sobre lo que más le importa a usted para tomar decisiones sobre su atención médica si usted no puede hacerlo.

El documento de voluntades anticipadas es un instrumento legal donde se establece el nombre de esta persona. Este documento también tiene espacio para enumerar los tipos de atención y tratamientos médicos que desea y aquellos que no desea. Se incluye una copia en blanco del documento de voluntades anticipadas en este paquete.

Contenido adaptado de la Guía para Iniciar la Conversación (*Your Conversation Starter Guide*). The Conversation Project (theconversationproject.org): Una iniciativa del Instituto para la Mejora de la Atención Médica (IHI; ihi.org). Autorizado bajo la licencia internacional Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Actualizado a mayo de 2022

Stanford Health Care Patient Experience/Health Education, Engagement, and Promotion