

GUÍA PARA LA PLANIFICACIÓN ANTICIPADA DE LA ATENCIÓN MÉDICA

Una de las decisiones más importantes que debe tomar es aquella relacionada con la atención médica que desea recibir en el futuro. Tomar decisiones y definir deseos sobre cómo quiere que lo traten y atiendan cuando ya no pueda hablar o decidir por sí mismo es una de las tareas más difíciles que debe llevar a cabo. En esta sección, encontrará muchas preguntas que lo ayudarán a reflexionar. Tal vez desee realizar esta tarea solo, con algún familiar o con alguna persona muy cercana. Las preguntas tratan sobre sus pensamientos, sentimientos, decisiones y deseos; por lo tanto, no hay respuestas incorrectas. Repase sus decisiones, pensamientos y sentimientos periódicamente para confirmar lo elegido en términos de atención médica para el futuro. Siempre puede cambiar de opinión.

Comencemos

Cuando se enfrentan a una enfermedad incurable, muchas personas analizan lo que consideran más importante, como las relaciones, los valores, los acontecimientos, las decisiones y las tareas. Surgen muchas preguntas que es necesario responder.

Si responde las siguientes preguntas, podrá dar a conocer sus decisiones y deseos.

| Mientras reflexiona sobre estas preguntas, imagine que le quedan seis meses de vida:

¿Qué es lo que más he disfrutado en la vida?

¿Qué me ha hecho sentir triste o arrepentido?

¿Qué le da sentido y propósito a mi vida?

¿Qué creencias religiosas, espirituales o éticas guían mis pensamientos sobre la vida y la muerte?
¿Les contaría sobre ellas a mis familiares y amigos?

¿Es el perdón una cuestión importante para mí? De ser así, ¿a quién se lo pediría y cómo lo haría?
¿A quién debo perdonar?

¿Me preocupa algo sobre mi salud o atención médica en el futuro?

¿Qué me genera más placer en la vida?
Por ejemplo, ¿encuentro paz al escuchar música o al estar al aire libre?

¿Qué importancia tiene mi entorno?

| Visión personal para considerar cuando se acerca el final de la vida:

¿Qué me ayudaría a vivir bien en este momento de mi vida?

¿Hay algún lugar al que me gustaría ir o alguna persona a la que me gustaría visitar?

¿Cómo me gustaría compartir tiempo con mis familiares y amigos?

¿Qué tipo de conversaciones me reconfortarían?

¿Cuáles me angustiarían?

¿Qué quiero que sepan mis familiares y amigos?

¿Cuándo y dónde tendré esas conversaciones?

| Decisiones sobre cuestiones legales, laborales y económicas:

¿Quién es el titular de mi poder legal permanente?

Si todavía trabajo, ¿puedo delegar algunas obligaciones, tareas y proyectos que deben realizarse?

¿Qué quiero que sepan mis familiares y amigos sobre el trabajo durante esta etapa?

¿Tengo un fideicomiso, un testamento o algún otro documento legal en vida?
¿Dónde lo guardo?

¿Quiero que los demás sepan sobre los arreglos económicos que hice, como transferencias de propiedades, disposiciones relacionadas con dependientes, donaciones a organizaciones benéficas o, quizás, algún plan de seguro?

¿Dónde guardo la información sobre pólizas de seguro, cuentas bancarias, escrituras, títulos, certificados de acciones, etc.?
Aparte de mí, ¿alguien más sabe dónde los guardo?

| Decisiones cercanas al final de la vida:

¿A quién elegí como titular del poder notarial médico o defensor de atención médica?

¿Tengo una segunda opción?

¿He conversado con esta persona sobre mis decisiones y deseos? Si no lo hice, ¿cuándo lo haré?

¿Qué significa para mí recibir un buen tratamiento del dolor?

¿Cuáles son los niveles aceptables de dolor para mí?

¿En qué circunstancias o situaciones rechazaría o suspendería un tratamiento que podría prolongarme la vida?

¿Me interesaría recibir servicios de atención paliativa o para la comodidad que me alivien el dolor y me mantengan cómodo?

Si ya no pudiera tragar, ¿querría recibir alimentación a través de una sonda?

¿Deseo que me administren medicamentos pero mantenerme despierto?

¿Deseo que me seden si esa fuera la mejor manera para controlar el dolor?

¿Hay algún tratamiento o procedimiento específico al que no volvería a someterme?

¿Estoy dispuesto a participar en un estudio de investigación?



| Marque su respuesta y agregue otros comentarios o pensamientos que tenga sobre las siguientes preguntas:

¿Decidiría iniciar o continuar tratamientos, como alimentación por sonda, intubación, reanimación cardiopulmonar, cirugía importante, transfusiones de sangre, diálisis, antibióticos o cualquier otra cosa que tenga como fin mantenerme con vida, en los siguientes casos?

Si ya no puedo comunicarme con mis familiares o amigos, o con el equipo de médicos

Sí No Explique el motivo: _____

Si ya no puedo pensar por mí mismo

Sí No Explique el motivo: _____

Si me encuentro en estado vegetativo (permanentemente inconsciente)

Sí No Explique el motivo: _____

| Al final de la vida:

¿Escribiría una carta o filmaría un video dedicados a algún familiar o amigo para que la lea o lo vea en algún otro momento?

Si pudiera elegir, ¿dónde quiero estar en el momento de mi muerte?

¿Cuál sería la segunda opción?

¿Qué me daría paz y comodidad?

¿Preferiría estar acompañado por familiares y amigos?

¿Preferiría un entorno tranquilo y privado?

¿Me gustaría que mis familiares y amigos pusieran música o compartieran historias, fotografías y tradiciones?

¿Qué apoyo espiritual o religioso deseo tener mientras la muerte se aproxima?

¿Querría orar con un sacerdote o que me leyeran algún pasaje religioso o espiritual?

¿Deseo donar mis órganos y tejidos?

¿Me gustaría donar mi cuerpo para investigaciones médicas científicas? De ser así, ¿a qué institución?

¿Prefiero que me cremen o que me entierren?

¿He planificado y hecho los arreglos finales?

¿Dónde encontrará mi familia la documentación con mis decisiones y deseos?

| Estas páginas son privadas, y le brindarán la tranquilidad de saber que sus decisiones y deseos se respetarán, se cumplirán y se entenderán. También les darán confianza y tranquilidad a usted y a las personas que deberán tomar las decisiones de atención médica en su nombre.