

Planificación anticipada de cuidados médicos

La planificación anticipada de cuidados médicos (ACP, por sus siglas en inglés) es un proceso que consiste en reflexionar y hablar sobre cuestiones complejas y delicadas relacionadas con su futura asistencia médica. La educación y las preguntas que siguen le ayudarán a usted y a sus allegados a comprender lo que debe hacer.

Elegir un agente de atención médica

Usted tiene muchos derechos cuando recibe atención médica, incluido el derecho a:

- Ser informado sobre las opciones médicas y sus riesgos y beneficios
- Aceptar o rechazar estas opciones
- Que se respeten sus decisiones

También tiene derecho a elegir a alguien que pueda tomar decisiones médicas por usted y ser su voz si no puedes hablar por ti mismo. Esta persona se denomina **agente médico**.

Aspectos que hay que tener en cuenta al elegir un agente de atención médica

La persona que elija para ser su agente de atención médica debe estar dispuesta a:

- Asumir este papel y esta responsabilidad.
- Hablar con usted sobre la atención médica que desea o no desea si tiene una lesión o enfermedad grave.

También deben ser capaces de:

- Cumplir con sus decisiones médicas aunque no estén de acuerdo con sus elecciones.
- Tomar estas decisiones médicas en situaciones difíciles y a menudo estresantes.

Si la persona que ha elegido no puede responder “sí” a todas estas responsabilidades, es posible que quiera elegir a otra persona para que sea su agente de atención médica.

Preparar a su agente de atención médica

Invite a su agente de atención médica a que le acompañe a sus citas médicas. Esto les ayudará a conocer a su proveedor. También les permitirá hacer preguntas para que entiendan sus condiciones de salud o sus preocupaciones.

Su agente de atención médica debe conocer sus deseos en cuanto a la atención médica futura y lo que más le importa. Hable con ellos sobre el tipo de atención que desea o no desea.

Las siguientes secciones le ayudarán a recorrer algunas preguntas que pueden ayudar a dar forma a su plan de atención médica por adelantado.

Mirando hacia atrás

Lo que somos, lo que creemos y lo que valoramos está formado por nuestras experiencias vitales. La religión, las tradiciones familiares, los trabajos y las amistades nos afectan profundamente. Responda a las siguientes preguntas:

- ¿Ha sucedido algo en su pasado que haya influido en sus sentimientos sobre el tratamiento médico?
- Piense en una experiencia en la que un familiar o amigo se haya enfrentado a una decisión sobre la atención médica cerca del final de la vida.
 - ¿Qué fue lo positivo de esa experiencia?
 - ¿Qué le gustaría que se hubiera hecho de otra manera?

Aquí y ahora

Comprender cuál es su estado de salud en la actualidad es importante a la hora de tomar decisiones médicas en el futuro.

- ¿Tiene algún problema de salud importante?
- ¿Qué tipo de cosas le alegran? Si un problema de salud le impidiera seguir haciéndolas, ¿cambiaría el sentido de su vida?
- ¿Qué objetivos tiene a corto o largo plazo? ¿Cómo podría el tratamiento médico ayudar o dificultar sus esfuerzos por alcanzar esos objetivos? ¿Cuáles son los riesgos?

Planificar el mañana

Pensar en el futuro puede parecer a veces imposible. Aquí tienes algunas preguntas que debe hacerse:

- ¿Qué problemas médicos importantes teme que puedan afectarle en el futuro?
- ¿Cómo te sientes ante la posibilidad de tener que ir a una residencia de ancianos?
- ¿Cómo se tomarían las decisiones si usted no pudiera tomarlas?

Dar instrucciones para futuras decisiones médicas puede parecer una tarea imposible. ¿Cómo puede planificar todas las posibilidades? No puede, y no tiene que hacerlo. Sin embargo, es necesario planificar situaciones en las que:

- Se vuelva inesperadamente incapaz de tomar sus propias decisiones.
- Claramente tenga poca o ninguna recuperación.
- Tenga una lesión o una pérdida de función importante.

Estas situaciones pueden estar causadas por una lesión en el cerebro provocada por un accidente, un derrame cerebral o una enfermedad de progresión lenta como el Alzheimer.

Para planificar este tipo de situaciones, mucha gente dice: “Si voy a ser un vegetal, déjenme ir”, o “Nada de heroicidades”, o “No me mantengan vivo con máquinas”. Aunque estas observaciones son un comienzo, no son lo suficientemente claras como para orientar la toma de decisiones.

Tiene que describir completamente las circunstancias en las que la decisión cambiaría de intentar prolongar la vida a permitir una muerte natural. En algunas situaciones, ciertos tratamientos pueden no tener sentido porque no ayudarán, pero otros tratamientos serán de importante beneficio.

Algunos ejemplos de opciones de tratamiento y atención pueden ser:

- Soporte de oxígeno.
- Antibióticos.
- Nutrición artificial a corto y largo plazo (sonda de alimentación).
- Intubación (tubo de respiración conectado a una máquina de ventilación - requiere tratamiento en la unidad de cuidados intensivos (ICU, por sus siglas en inglés).
- Control del dolor.
- Cirugía.
- Quimioterapia o radioterapia.
- Transfusión de productos sanguíneos.
- Servicios de rehabilitación (por ejemplo, fisioterapia, terapia ocupacional, logopedia, cuidados de corta duración en una residencia).

Considere estas preguntas:

- ¿Cuándo tendría sentido continuar con ciertos tratamientos para prolongar la vida y buscar la recuperación?
- ¿Cuándo tendría sentido detener o retener los tratamientos y aceptar la muerte cuando llegue?

- En cualquier circunstancia, ¿qué tipo de cuidados de confort desearía?
 - ¿Cómo quiere que se utilicen los medicamentos para proporcionar comodidad?
 - ¿Qué tipo de atención espiritual desea?
 - ¿Hay ciertas cosas que querrías tener a tu alrededor que le proporcionen alegría y confort?

Contrarreloj

Algo que hay que tener en cuenta a la hora de decidir la atención que desea, es si estaría dispuesto a probar ciertas opciones de tratamiento durante un corto periodo de tiempo para ver si su salud mejora y si se alinea con lo que más le importa. Algunos ejemplos de opciones de tratamiento a considerar son la intubación, los cuidados en la ICU, la quimioterapia o la rehabilitación.

Algunos ejemplos de cómo se puede redactar un periodo de prueba en el documento de voluntades anticipadas son:

“Estoy dispuesto a probar la nutrición artificial durante 4 semanas. Si después de las 4 semanas mi médico considera que no he hecho ningún progreso y que no lo haré en un futuro próximo, entonces elijo detener la nutrición artificial y permitir una muerte natural.”

“Estoy dispuesto a probar la intubación durante 2 semanas. Si tras el periodo de prueba no he mejorado, elijo que mi agente de atención médica detenga mi intubación y permita una muerte natural.”

Tomar estas decisiones requiere:

- Comprender su estado y situación
- Sopesar los beneficios y las cargas del tratamiento desde su perspectiva
- Comprensión de los tratamientos y los resultados esperados, en comparación con sus deseos y preferencias identificados
- Hablar de sus elecciones con sus allegados
- Escribir sus opciones en un documento de directiva anticipada, ser específico y no utilizar términos poco claros. Algunos ejemplos de términos poco claros son: “Si voy a ser un vegetal, déjenme ir”, o “Nada de heroicidades”, o “No me mantengan vivo con máquinas”.

Próximos pasos

¿Cómo se asegura de que se respeten sus decisiones? En primer lugar, responda a las preguntas formuladas en este documento. Luego, hable de sus respuestas con su médico y sus allegados. Después, ponga sus opciones por escrito.

Presentar su directiva anticipada

Hay 3 maneras de presentar sus directivas anticipadas. Usted puede:

- Escanear sus documentos y enviarlos por correo electrónico a advancedirective@r1rcm.com, O
- Lleve una copia de sus documentos a la oficina de su proveedor para que los presente, O
- Envíelos por fax al 801-442-0484

Recuerde hacer copias para su agente médico, sus allegados y todos sus proveedores médicos (de cabecera y especialistas).