

› El plan 4Step iCare es un enfoque de 4 pasos simple e individualizado para ayudarle a tomar decisiones médicas difíciles.

En el **Paso 1** usted hablará de su diagnóstico con su médico u otro proveedor de atención médica para llegar a comprender mejor sus problemas médicos. En el **Paso 2** analizará su pronóstico para obtener más información acerca de cómo este pronóstico puede afectar su futuro. En el **Paso 3** pensará detenidamente en sus metas y deseos personales. En el **Paso 4** usted y el proveedor de atención médica usarán esta información para tomar las decisiones médicas y personales que sean mejores para usted.

El objetivo es asegurarse de que usted reciba la atención que necesita y nada menos, y la atención que desea y nada más.



Paso 1: **Comprender el diagnóstico**

Pregúntele al proveedor de atención médica:

- › ¿Cuál es mi diagnóstico? (¿Qué enfermedad o afección tengo?)
- › ¿Hay otros problemas médicos que deba considerar?
- › ¿Tiene más información sobre la afección que padezco?

NOTAS: _____

CUÁNDO TENER ESTA CONVERSACIÓN

Las conversaciones sobre la planificación anticipada de la atención médica pueden ser difíciles, y puede parecer que nunca es el momento adecuado. Si usted ingresó al hospital, recibió el diagnóstico de una enfermedad grave o sufrió un cambio preocupante en su calidad de vida, es un buen momento para tener esta conversación con los proveedores de atención médica y los familiares a cargo de su cuidado. Casi nunca hay un buen motivo para retrasar esta charla.



Paso 2: Analizar el pronóstico

Pregúntele a su proveedor de atención médica:

- ¿Cuál es el pronóstico, de qué manera la afección que padezco afectará mi futuro?
- ¿Cuánto tiempo me queda?
- ¿Podré hacer mis actividades preferidas y vivir de manera independiente?
- ¿Sentiré dolor o tendré problemas para dormir?
- ¿De qué manera cambiará el tiempo que me queda o la calidad de ese tiempo con o sin tratamiento médico intensivo?

NOTAS: _____

ASPECTOS A CONSIDERAR

Debe comprender perfectamente la manera en que la afección médica que padece afectará las cosas que necesita hacer y las que le gusta hacer. También querrá asegurarse de comprender cuánta ayuda necesitará por parte de su familia u otros cuidadores.

Comunicar el pronóstico y asuntos relativos al final de la vida puede ser difícil para médicos y pacientes. Es posible que los médicos hablen con rapidez y usen terminología médica con la que usted no está familiarizado. Si la conversación avanza muy rápido o usted no comprende algo de la jerga, está bien pedirle al médico que vaya más despacio y que explique las cosas en un idioma más comprensible.

3

Paso 3: Identificar las metas de la atención médica

Comuníquese a su proveedor de atención médica:

- ¿Qué es lo que más le importa en este momento?
- ¿Cuán importante es para usted quedarse en su casa?
- ¿Cuánto de calidad de vida está dispuesto a sacrificar para vivir más tiempo?
- ¿Cuán importante es para usted seguir sintiéndose bien y evitar tratamientos desagradables?
- ¿En qué punto quisiera evitar tratamientos intensivos y centrarse en una mejor calidad de vida?

NOTAS: _____

CÉNTRERE EN SU VIDA, NO EN LA ENFERMEDAD

Es momento de centrarse en cómo quiere que sea su vida de ahora en adelante. Cualquiera sea el problema médico, sigue siendo su vida de la que estamos hablando: dónde y cómo quiere vivir; lo que desea lograr; sus expectativas en cuanto a calidad y duración de la vida; sus valores, creencias, metas y sueños.

CUIDADOS PALIATIVOS

En el contexto de una afección médica grave, los cuidados paliativos tienen como fin hacer que las personas se sientan mejor al tratar síntomas como dolor y ansiedad, a la vez que se trabaja simultáneamente con el equipo médico para ayudar a coordinar la atención curativa.

CUIDADOS DE HOSPICIO

A aquellas personas que ingresan en los últimos meses de vida y que han elegido centrarse únicamente en sentirse bien y ya no buscan tratamientos para prolongar la vida se les ofrecen cuidados de hospicio.

4

Paso 4: **Alinear el tratamiento**

Pregúntele a su proveedor de atención médica:

- ¿Cuáles son las opciones de tratamiento considerando mi pronóstico y las metas de atención médica?
- ¿Cuáles son los riesgos y beneficios de estas opciones?
- ¿Qué otros tratamientos existen o con qué médicos debo consultar?
- ¿Qué tratamientos o medicamentos ya no son necesarios?
- ¿En qué circunstancias sería necesario regresar al hospital?
- ¿En qué medida comenzar o continuar con alimentación artificial (sonda de alimentación) e hidratación artificial (líquidos i.v.) se alinea a mis metas?
- ¿Cuáles son mis probabilidades de sobrevivir a reanimación cardiopulmonar (RCP) y de qué manera procedimientos de emergencia como este me ayudarían a alcanzar mis metas de atención médica?
- ¿Un formulario POLST* de NJ es adecuado para mí en este momento?

NOTAS: _____

ASPECTOS A CONSIDERAR

El objetivo es garantizar que, en adelante, todas las decisiones médicas se tomen en función de sus metas y deseos tal como se define en su plan iCare. Antes de tomar decisiones de tratamiento, estos son los tipos de preguntas que deberá analizar con su familia y su médico o proveedor de atención médico.

* **POLST** son las siglas en inglés de Órdenes del profesional para tratamiento de soporte vital (Practitioner Orders for Life-Sustaining Treatment). Son órdenes médicas impartidas por un médico o enfermero especializado que abordan las metas del paciente, el alcance de los tratamientos, el volver a ser hospitalizado, alimentación artificial y estado de reanimación.

Este formulario puede trasladarse por todos los entornos de atención médica en Nueva Jersey. **Estas órdenes son punibles y, por ley, los equipos médicos a cargo de la atención del paciente deben cumplirlas.**

Obtenga más información y descargue un formulario de POLST de NJ en goalsofcare.org.

