

# Recibe el cuidado que deseas: Colabora con su médico

Colaborar con tu médico significa conversar para que puedas entender tu situación médica y, al mismo tiempo, que su doctor pueda conocer mejor tus perspectivas, tus valores, prioridades y deseos.

## Sigue estos pasos para colaborar con su médico:

1. **Programe una cita** para hablar sobre sus directivas anticipadas (Medicare cubre las visitas de planificación anticipada de cuidados). Esta cita está diseñada para que usted y su médico hablen sobre su situación de salud y las opciones disponibles, mientras usted decide cuáles son sus metas de cuidado.
2. **Prepárese** escribiendo los temas importantes que quiera compartir y las preguntas que tenga. Considere invitar a una persona de confianza para que lo acompañe y le brinde apoyo.
3. **Complete** su directiva anticipada y la Herramienta de Valores y Prioridades para la Demencia de Compassion & Choices. Esta herramienta genera un documento especial para las personas que viven con demencia, que puede añadir a su directiva anticipada y así planificar situaciones que puedan presentarse. Lleve una copia a su cita médica para que le agreguen el documento a su expediente médico.
4. Según sus necesidades, su médico podría recomendarle llenar un formulario **POLST** o **MOST**. Este documento convierte sus deseos de cuidado en órdenes médicas. Es la manera más segura de asegurarse de que sus propósitos sean respetados si en algún momento no puede expresarlos.



## Si vive con una enfermedad o condición seria, considere hablar de lo siguiente con su médico:

Empiece la conversación con algo directo, por ejemplo:

“Quiero tomar decisiones significativas sobre mi cuidado, y para hacerlo necesito entender claramente mi situación médica. Le pido transparencia, honestidad y experiencia profesional.”

Después, haga las siguientes preguntas:

- > ¿Podemos hablar sobre lo que es más importante para mí al fin de la vida?
- > ¿Tiene toda la información sobre mi representante de salud, para que pueda hablar con esa persona si yo no puedo hacerlo?
- > ¿Puede ayudarme a entender cómo progresá naturalmente mi enfermedad o condición?
- > ¿Cuáles son los beneficios y dificultades de continuar con tratamientos curativos o enfocados en la enfermedad?
- > ¿Cómo podría afectar esta enfermedad o condición mi calidad de vida?
- > ¿Qué puedo hacer ahora para prepararme para lo que viene? ¿Cómo puedo apoyar a mis seres queridos para que sepan qué esperar?
- > ¿Usted apoya mis decisiones al final de la vida? ¿En una emergencia, cómo sabría cuáles son mis deseos? ¿Cómo se usaría mi directiva anticipada?
- > ¿Qué opciones tengo respecto a cuidados paliativos o de hospicio?

Hable de estos puntos tanto con su médico de cabecera y cualquier especialista que participe en su cuidado. Este enfoque integral le ayudará a tomar decisiones informadas y fortalecerá la colaboración entre usted y su equipo médico.

