

COVID-19: Planificación Anticipada de Cuidados de Salud

La pandemia del COVID-19 (coronavirus), ha creado una conciencia aguda que se enfoca en nuestra mortalidad. Independientemente de su edad o estado de salud, ahora es el tiempo de definir sus preferencias de cuidados para fin de vida.

Compassion & Choices ofrece una guía comprensiva bilingüe de planificación para fin de vida, la cual contiene un juego de herramientas para estas decisiones. La guía, en [inglés](#) y [español](#), le ayudará a pensar en sus valores y prioridades personales, para que también elija un representante con poder de salud, que pueda documentar sus preferencias de cuidados de fin de vida.

Sin embargo una directiva anticipada tradicional, no entra al nivel específico necesario para abordar la posible progresión del coronavirus. Por eso, le aconsejamos crear un anexo específico a su directiva anticipada de salud para el COVID-19. También recomendamos llenar la directiva anticipada y nombrar a su representante con poder de salud, utilizando el formulario adjunto.

¿Qué debo saber sobre el COVID-19?

Nuestra hoja de datos del [COVID-19: Conociendo sus Opciones](#), contiene una descripción general de las opciones más comunes de tratamientos para el coronavirus. Por desgracia, no existe certidumbre que se lleven a cabo las decisiones de cuidados de fin de vida. Cada persona debe evaluar sus valores y prioridades, con la información disponible sobre la supervivencia y recuperación del COVID-19, dadas las opciones de tratamientos disponibles y su estado de salud.

Como el coronavirus es nuevo, existe muy poca información clínica sobre el COVID-19, relacionada con las opciones de tratamientos y los posibles resultados. Sin embargo, existen datos sobre los resultados del tratamiento del Síndrome de Dificultad Respiratoria Aguda, conocido como *ARDS*, (*por sus siglas en inglés*) que puede ser causado por enfermedades subyacentes del paciente. Esto puede traerle al paciente malos resultados, incluyendo la muerte por el coronavirus. Es importante entender que el COVID-19 es una enfermedad más agresiva. Los pacientes que padecen de ARDS causado por el COVID-19, permanecen más tiempo conectados a un ventilador (de dos a tres veces más), que el tiempo que permanecen quienes no padecen el coronavirus. Por lo tanto, la probabilidad de supervivencia puede ser más baja y la recuperación para quienes la sobreviven, resulta ser más difícil.

¿Qué debo platicar con mis seres queridos ahora que me encuentro bien de salud?

La mayoría de las personas visualizan morir en su casa, rodeados de sus seres queridos. Existe cierta intimidad cuando llega ese momento, que trae consigo el cierre al ciclo de la vida. Las familias se reúnen y logran despedirse de la persona que se está muriendo.

Estos son momentos muy valiosos que ayudan a que ese tiempo tan difícil, sea menos doloroso. Las personas con un caso grave del COVID-19, no pueden despedirse de sus seres queridos. Muchos pacientes ven a su familia en persona por última vez, cuando se van al hospital.

Por eso aconsejamos que haga ahora, *una revisión de vida* para darle un cierre al ciclo de su vida, mientras puede hacerlo. Existen varias maneras:

- *Más simple.* Platique con sus seres queridos, cuente sus historias, o comparta con ellos los momentos más personales de su vida.
- *Más formalmente.* Complete el [Proyecto de la Carta de Stanford](#), que le proporciona una forma estructurada para examinar su vida, de reconocer y mostrar agradecimiento a las personas más importantes de su vida y pedir perdón, si es necesario.

Independientemente de la opción que usted elija, dese tiempo para platicar lo que es importante para usted, antes de ir al hospital. No le va hacer daño a nadie compartir estos sentimientos ahora, aunque al final usted se recupere y regrese a su casa.

¿Cuáles son los pasos a seguir para crear un plan?

1. Haga una cita con su proveedor médico a través de telesalud, para una planificación anticipada de sus cuidados. Si aún no ha hablado con su proveedor médico, intente hacer una cita por teléfono, video, etc. para platicar sobre sus cuidados anticipados de salud. Es posible que su proveedor médico no pueda programar por ahora este tipo de consultas, pero no deje que eso lo detenga para continuar con dicho proceso. Si usted tiene Medicare, puede recibir dos consultas de telesalud de 30 minutos cada una, para hacer una planificación anticipada de cuidados médicos (códigos de reembolso médico: 99497 y 99498). La evaluación y planificación anticipada de cuidados de salud para un paciente con discapacidad cognitiva o mental, también están cubiertas, (código de reembolso médico: 99483). Si tiene algún otro tipo de cobertura médica, asegúrese de consultar si dichos servicios están cubiertos por su plan de salud.
2. Asigne a una persona que tome sus decisiones médicas o un representante con poder de cuidados de salud. Esta persona hablará por usted, en caso de que usted no pueda hablar por sí mismo. Elija a una persona de su confianza, para que cumpla sus deseos y sepa lo que usted más quiere. Con el COVID-19, la mayoría de los sistemas médicos, no permiten que los representantes con poder de cuidados de salud, estén junto al paciente en el hospital mientras lo examinan. Sin embargo, es posible que el personal médico pueda llamarle a sus familiares. Por eso es importante asegurar que su equipo médico conozca sus deseos. Usted puede asignar a

su representante con poder de cuidados de salud, a través de un formulario estatal, o asegurar que dicha persona ya esté incluida en su directiva anticipada.

3. Llene una Directiva Anticipada, que también se conoce como un testamento vital o poder notarial de cuidados médicos. Estos documentos puede tener otro nombre, dependiendo del estado donde vive la persona. Dicho documento legal muestra sus objetivos, valores, así como sus preferencias personales de sus cuidados de fin de vida. Le permite elegir a una persona que pueda tomar decisiones de sus cuidados médicos, cuando usted ya no pueda hablar por sí mismo. Encuentre el [formulario de la Directiva Anticipada en su estado donde vive](#).
4. Imprima, Llene y Firme un Anexo para el COVID-19. Puede completar el Anexo del COVID-19 de forma adjunta, para decidir qué tipo de cuidados médicos desea en caso de ser diagnosticado con el coronavirus. Debe usted firmarlo, al igual que sus testigos y asegurarse de adjuntar el anexo, a la directiva anticipada específica de su estado. Imprima, llene y firme el Anexo del COVID-19, que encontrará por Internet.
5. Determine si está en orden un Formulario POLST. Un formulario POLST, por sus siglas en inglés, o *Petición Portátil para el Mantenimiento de Vida*, se utiliza para los pacientes que padecen enfermedades graves. Con este documento, los profesionales médicos no se sorprenderán, si el paciente llega a morir en un lapso de 1 a 2 años. El formulario POLST es opcional y está hecho por personas que desean dejar en claro sus decisiones de tratamientos

médicos, incluyendo si desean resucitación cardiopulmonar, conocido por sus siglas en inglés como CPR, ventilación mecánica, o si desean ser llevados a la unidad de cuidados intensivos o ICU. Pregúntele a su proveedor médico si proporcionan un formulario POLST, sin tener que ir al consultorio médico. El *POLST* es una orden médica que tiene más valor que una directiva anticipada.

6. Imprima un Documento, Grabe un Video y Distribuya sus Deseos Personales. Las emergencias ocurren inesperadamente. Imprima un documento o grabe un video con su celular, sobre sus deseos personales. Compartelo con su representante con poder de sus cuidados de salud, a su proveedor médico y al hospital más cercano a usted. Asegúrese de tener todo esto listo por si va al hospital, ya que es posible que su apoderado de cuidados de salud, no pueda entrar con usted.

Recursos Adicionales

De Compassion & Choices:

- [COVID-19 Addendum to your Advance Directive](#) o Anexo a la Directiva Anticipada
- [COVID-19: Understanding Your Options](#) o Conociendo Sus Opciones
- [COVID-19: Using Telehealth To Reduce Your Risks](#) o Uso de Telesalud para Reducir Sus Riesgos
- [COVID-19: Dying In the Era of Pandemic](#) o Muriendo en la Era de la Pandemia
- [COVID-19: Plan Your Care Resource Center](#) o Planifique su Centro de Recursos de Cuidados de Salud

De Otras Organizaciones:

- [Advance Care Planning](#) National Hospice and Palliative Organization o Planificación Anticipada de Cuidados de Salud- National Hospice and Palliative o Cuidados de Salud:
- [Caregiving: Advance Care Planning](#) o Planificación Anticipada de Cuidados de Salud National Institute on Aging

De Otras Organizaciones:

- [Learn How the Virus is spread](#) o Conozca Cómo se Propaga el Coronavirus
- [How to Protect Yourself](#) o Cómo Protegerse a sí Mismo
- [Steps to Take When You Are Sick](#) o Pasos a Seguir Cuando Se Llegue a Enfermar
- [Warning Signs](#) o Señales de Advertencia
- [Creating a Household Plan](#) o Elaborando un Plan para el Hogar