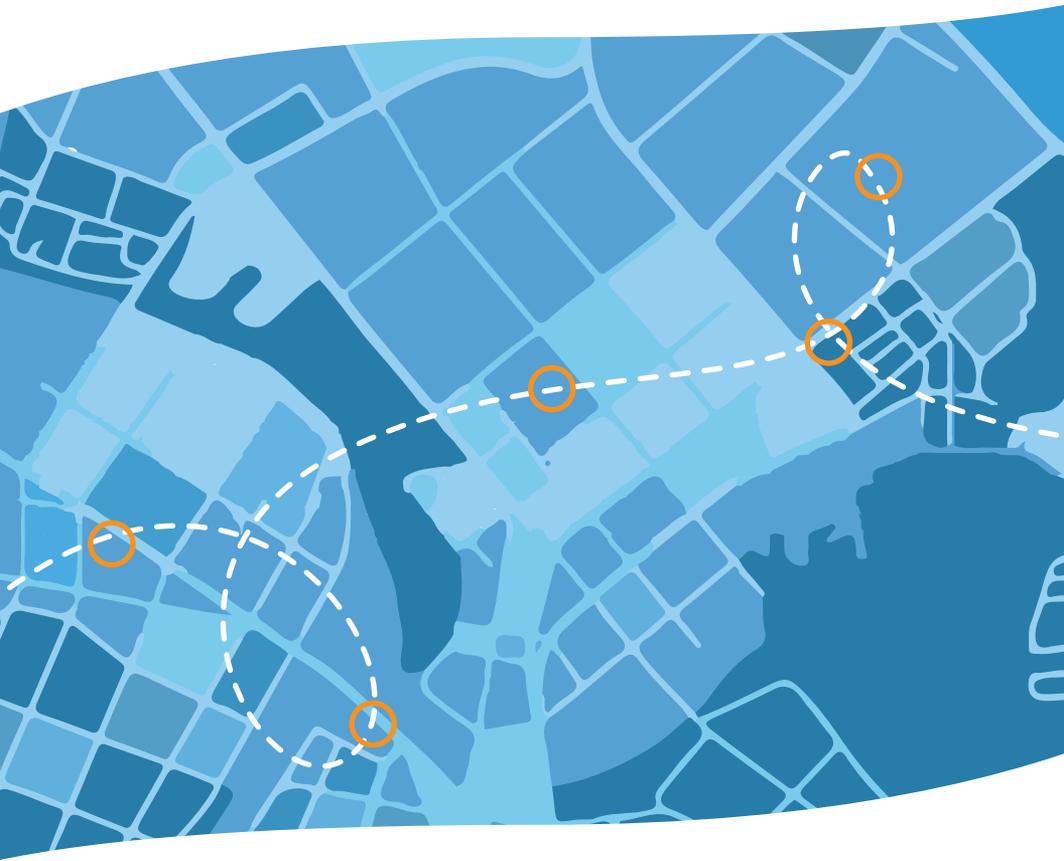


# Voluntades anticipadas

## ----- Planificación -----



*Hacer planes para el camino a recorrer*



*Estos materiales no constituyen asesoría legal ni son documentos con poder legal. Por favor, consulte con su abogado.*

## Controle las decisiones sobre sus cuidados médicos

Usted puede tomar decisiones respecto a sus cuidados médicos, incluso cuando se encuentra demasiado enfermo o lesionado como para poder dar a conocer sus deseos. Esto se llama «voluntades anticipadas» y pueden incluir documentos (tales como directivas anticipadas de cuidados médicos) que ayudan a que su equipo médico y sus familiares tengan conocimiento sobre sus preferencias de tratamiento.

**Si usted hace planes ahora, puede asegurar que se conozcan sus deseos.** Esto puede ayudarle a recibir el tipo de cuidados que usted desea y eximir a sus seres queridos de tomar decisiones difíciles y estresantes.

Este folleto le ayudará a comprender los diferentes aspectos de las voluntades anticipadas. Si decide completar documentos específicos de voluntades anticipadas, podemos facilitarle información adicional.

**Sin embargo, su tarea más importante es pensar en estas decisiones importantes y hablar sobre ellas con sus allegados. Esa es la esencia de las voluntades anticipadas.**

## Navegación

<b>¿Qué son las voluntades anticipadas? ¿Cómo podrían ayudarle documentos específicos de voluntades anticipadas?</b>	<b>4</b>
<b>Cómo tomar y documentar decisiones de voluntades anticipadas</b>	<b>7</b>
<b>Preguntas y notas</b>	<b>22</b>
<b>Para más información</b>	<b>24</b>

# ¿Qué son las voluntades anticipadas? ¿Cómo podrían ayudarle documentos específicos de voluntades anticipadas?

Las voluntades anticipadas le ayudan a establecer y dar a conocer los tipos de cuidados que se ajustan a sus preferencias en momentos en los que usted no es capaz de participar en la toma de decisiones por encontrarse gravemente enfermo o lesionado. Los documentos de voluntades anticipadas son instrucciones escritas que manifiestan sus deseos en relación a los cuidados médicos. Estos documentos pueden dirigir la toma de decisiones médicas importantes si usted se pone tan enfermo que no puede hablar.

En un documento de voluntades anticipadas, usted puede:

- Designar a alguien para que tome decisiones médicas por usted cuando usted no es capaz de expresar o comunicar sus preferencias de tratamiento.
- Dar a conocer qué tratamientos médicos desea recibir y cuáles no.

Los documentos de voluntades anticipadas pueden ser una buena opción para cualquier persona, no solo para personas mayores. Pueden suceder eventos inesperados a cualquier edad, por ello es importante que todas las personas adultas consideren los documentos de voluntades anticipadas como parte de sus voluntades anticipadas.

Este folleto le facilita información sobre documentos de voluntades anticipadas.

## Motivos para completar los documentos de voluntades anticipadas

Los documentos de voluntades anticipadas contienen información útil sobre lo que usted valora y lo que es importante para usted. Estos pueden ser un regalo para sus familiares y amigos. En caso de que usted no fuera capaz de expresar o comunicar sus preferencias de tratamiento, sus proveedores de atención médica buscarán los documentos que usted haya completado u otra documentación que usted haya ofrecido sobre sus deseos de atención médica. En caso de que no se encontrará ningún documento, los proveedores se dirigirán a las personas

*Los documentos de voluntades anticipadas pueden ser un regalo para sus familiares y amigos.*

más allegadas a usted para orientación, y esas personas podrían no saber qué tipo de tratamientos usted desea recibir. Los siguientes apartados proveen información que le ayudará a hacer un plan de voluntades anticipadas.



## Cómo tomar y documentar decisiones sobre voluntades anticipadas

Hay cinco pasos principales para crear voluntades anticipadas con éxito:

1. **Pensar** – Piense en lo que es importante para usted.
2. **Hablar** – Hable sobre sus deseos con sus familiares, amigos y proveedores de atención médica. Sus proveedores de atención médica documentarán estas conversaciones en su expediente médico.
3. **Dejarlo por escrito** – Documente sus opciones y decisiones para que estén disponibles cuando se necesiten.
4. **Compartir** – Comparta sus documentos con sus familiares, amigos y proveedores de atención médica.
5. **Revisar** – Revise su plan periódicamente junto con sus proveedores de atención médica, incluyendo cualquier documentación que haya creado, al menos, una vez al año.

Puede leer más sobre estos pasos en las páginas siguientes.

## Pensar

Las siguientes preguntas podrían ayudarle a pensar en lo que más le importa. Tómese bastante tiempo para pensar en lo que usted quisiera que pasara o que no pasara si usted llegara a enfermarse o lesionarse gravemente. Quizás le ayude escribir sus ideas.

- **¿Quién quisiera usted que hable en su nombre sobre las decisiones de cuidados médicos si usted no puede expresarse por sí mismo?**
- **¿Qué es lo que usted entiende acerca de su salud y su bienestar?**
- **¿Cuáles son sus objetivos o prioridades respecto a sus cuidados médicos?**
- **¿Qué cosas le dan fuerza o le hacen sentirse bien con su vida?**

- **¿Ha tenido buenas experiencias al recibir cuidados médicos? ¿Experimentó/sucedió algo que no comprendió o que le hizo sentirse mal?**
- **¿Qué temores o preocupaciones tiene sobre su salud futura?**
- **¿Cuánto saben ya sus familiares y amigos sobre sus prioridades y deseos?**
- **¿Qué tan preparados se sienten sus familiares y amigos sobre su capacidad de poder hablar de las prioridades y deseos de usted con miembros de su equipo médico?**

## Hablar

Ahora que usted ha pensado en lo que más le importa, es posible que esté preparado para compartir sus ideas con:

- Sus familiares
- Sus proveedores de atención médica
- Los más allegados a usted
- Cualquiera que quizá participe en sus decisiones futuras sobre sus cuidados médicos.

Esta conversación puede ser difícil. Es importante recordar que esto es algo sobre lo que usted debe hablar más de una vez. Mientras más hable de sus preferencias en cuanto a cuidados médicos, más cómodos se sentirán usted y sus familiares.

### Estas son algunas ideas para comenzar su conversación:

- Con sus familiares o sus más allegados

*«¿Sabes lo que pasó con...? Eso me ha hecho pensar y quiero asegurarme de que sepas cuáles son mis preferencias de cuidados médicos si alguna vez tuvieras que decidir por mí.»*

*«Hay algo en lo que he estado pensando desde hace tiempo y que quiero compartir. Necesito que me pongan mucha atención.»*

- Con los proveedores de cuidados médicos

*«He estado pensando en mis propias decisiones sobre atención médica en el futuro si mi salud empeorara o no pudiera comunicar mis deseos. ¿Puedo concertar una cita para hablarle de mis deseos?»*

**Mientras más hable sobre sus preferencias de cuidados médicos, más cómodos se sentirán usted y sus familiares.**

## Cómo decidir sobre sus tratamientos

Hay muchos tratamientos médicos que pueden ofrecerle para ayudar a salvar o prolongar su vida si usted se encuentra gravemente enfermo o lesionado. Muchas personas desean recibir estos tratamientos si existe la posibilidad de que los tratamientos prolonguen su vida o restauren su salud. Sin embargo, hay personas que establecen límites en cuanto a estos tratamientos a fin de que sean los más convenientes para ellas. Por ejemplo, es posible que una persona quiera rechazar un tratamiento que no vaya a prolongar su vida o que no sea muy efectivo. Otro ejemplo es que algunas personas no desean prolongar su vida mediante un dispositivo o máquina si ello supusiera no poder ver o comunicarse con su familia, o si tuvieran dolor fuerte constante. También es posible que decidan recibir estos tratamientos durante un tiempo limitado. Esto ofrece un periodo de prueba para ver si los tratamientos ayudan.

**Usted es quien mejor puede decidir sobre estas opciones de tratamiento, a la luz de sus propios valores y objetivos.** Tanto si usted decide rechazar un tratamiento o no rechazarlo, sus proveedores de atención médica intentarán minimizar su dolor u otros síntomas molestos. **Usted no tiene que tomar estas decisiones solo;** hable sobre sus opciones con su médico de cabecera o pregunte si puede ver a un

especialista en cuidados paliativos. Hable también con sus familiares sobre el tipo de tratamientos que usted desea y sobre los que no desea.

En la tabla siguiente se incluye información general sobre los tipos de tratamientos para prolongar la vida que usted podría considerar, así como alternativas si usted decidiera prescindir de estos tratamientos.

Por qué se hace	Cómo se hace	¿Cuál es la alternativa?
<b>Reanimación cardiopulmonar o RCP</b>		
Intenta reiniciar los latidos cardíacos normales si su corazón deja de latir o lo hace muy irregularmente, y deja de respirar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los proveedores de cuidados médicos presionan fuertemente su pecho muchas veces e intentan soplar aire al interior de sus pulmones.</li> <li>Es posible que le inserten un tubo en la garganta para llevar aire a los pulmones, también se conoce como intubación.</li> <li>A veces le dan choques eléctricos a su corazón.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Muerte natural sin reanimación ni intubación.</li> <li>Los médicos y las enfermeras emplean tratamientos como oxígeno, antibióticos, líquidos por i.v., a menos que usted haya indicado lo contrario.</li> <li>Medicamentos para el dolor u otros tratamientos para proveer comodidad cuando se acerca la muerte.</li> </ul>

## Respirador o ventilación mecánica

Da oxígeno a sus pulmones si usted dejara de respirar o estuviera demasiado enfermo para poder respirar bien por sí mismo.

- Se le inserta un tubo por la boca, la nariz o se hace una incisión en la base del cuello. A esto se le llama intubación.
- El tubo baja por la tráquea hasta sus pulmones.
- El tubo se conecta a una máquina llamada ventilador o respirador.
- Se administra oxígeno mediante una mascarilla o dos pequeñas puntas nasales.
- Algunas mascarillas emplean presión para ayudar a respirar, a estas se les llama BIBAP o CPAP.

## Alimentación por sonda

Le administra nutrición artificial a base de líquidos cuando usted no puede masticar ni tragar.

- Se le da alimento según lo desee.
- El alimento puede ser triturado o en puré para que tenga una textura que se pueda tragar de forma segura.
- Podría ser necesario que un cuidador le ayude a alimentarse.
- Se le coloca una sonda de alimentación en la nariz, boca o a través del abdomen hasta el estómago.

## Líquidos intravenosos (i.v.)

Le provee hidratación artificial cuando usted no puede tragar.

- Se le inserta una aguja en la vena.
- Se administran líquidos según lo desee.
- Es posible que sea necesario espesar los líquidos para tragarlos de forma segura.
- Se usan bolitas de algodón para mantener húmeda la boca.

## Diálisis renal

Si sus riñones dejan de funcionar, extrae los líquidos sobrantes y los desechos de la sangre.

- Se le inserta un tubo en la vena.
- El tubo se conecta a una máquina que extrae de la sangre el líquido sobrante y los desechos y le devuelve la sangre a su cuerpo.
- El proveedor de cuidados médicos le ofrecerá medicamentos para ayudar a controlar los síntomas que provocan los líquidos sobrantes y los desechos.

Puede decidir prescindir de todo tipo de intervención para prolongar la vida y optar por un tratamiento centrado exclusivamente en proveer comodidad. Entre esas medidas de comodidad se pueden incluir medicamentos para el dolor, cuidados de heridas, oxígeno y nutrición. Cuando la comodidad sea su objetivo principal, es posible que desee preguntar si tienen disponibles servicios de cuidados para enfermos terminales.

## Dejarlo por escrito

Carolina del Norte tiene leyes específicas sobre determinados documentos de voluntades anticipadas. El uso de formularios es opcional. Si usted decide que uno de los documentos puede serle útil, puede completar los formularios usted mismo. No obstante, es posible que quiera consultar con un abogado por diferentes motivos, entre ellos para recibir asesoría sobre cómo hacer que los documentos tengan poder legal.

Sus proveedores de atención médica pueden valerse de sus documentos de voluntades anticipadas para guiar sus acciones. Por ejemplo, crear un documento que identifique su poder notarial de atención médica preferida, puede ayudarle a estar más seguro de quién tomará sus decisiones médicas si usted no pudiera hacerlo. Crear un documento tal como un testamento vital ofrece la posibilidad de especificar los tipos de tratamiento médico que usted quisiera recibir.

Carolina del Norte ofrece dos formularios que quizás desee utilizar en sus voluntades anticipadas. Podemos proporcionarle copias de estos formularios si los solicita o puede acceder a ellos en línea.

- **Declaración para una muerte natural** (formulario de testamento vital)
- **Poder legal para atención de salud**

Existe otra versión de documento de voluntades anticipadas que podría interesarle ya que combina los dos tipos de formularios anteriores. Podemos proporcionarle una copia si lo solicita o puede obtenerlo en línea.

- **El formulario práctico de una directriz avanzada para Carolina del Norte** incluye un testamento vital (una declaración sobre preferencias de tratamientos) y un poder legal para atención de salud (una declaración sobre quién hablaría en su nombre si usted no pudiera expresarse).

*Carolina del Norte  
Voluntades anticipadas*

Si usted contrajera una enfermedad grave o terminal, le aconsejamos pensar en completar unos formularios adicionales. Estos formularios presentan con más detalle lo que usted quiere y lo que no quiere, y requieren de la firma de un proveedor de atención médica. Comuníquese con la oficina de su médico para completar estos formularios.



### Orden Médica sobre Alcance de Tratamiento (MOST)

La Orden Médica sobre Alcance de Tratamiento (MOST) es un formulario de color rosa intenso que se completa junto con su médico o enfermera especialista o asistente médico. El formulario MOST está pensado para personas que padecen de una enfermedad grave o terminal. Da órdenes médicas explícitas sobre si desea recibir RCP, el uso de respirador o ventilador, especifica los niveles de cuidados en relación a otras intervenciones médicas, antibióticos, y nutrición o hidratación artificiales. Debe estar firmado por usted o la persona que toma decisiones médicas y por su proveedor de atención médica. Cada año, usted y su proveedor deben revisar el formulario MOST.

- La Orden médica para el alcance de tratamiento (MOST, por sus siglas en inglés) es un formulario de color rosa intenso que se completa junto con su médico o enfermera especialista o asistente médico. El formulario MOST está pensado para personas que padecen de una enfermedad grave o terminal. Da órdenes

### No reanimar (DNR, siglas en inglés)

El documento portátil de «no reanimar» (DNR, por sus siglas en inglés) es una orden que indica a las personas no realizar RCP (reanimación cardiopulmonar) en caso de que usted dejara de respirar o su corazón se detuviera. Es conveniente decidir sobre la RCP antes de que esté lo bastante enfermo como para necesitarla. Debe hablar con su médico sobre su salud y sus deseos antes de obtener una orden DNR portátil.

- El documento portátil de «no reanimar» (DNR, por sus siglas en inglés) es una orden que indica a las personas no realizar RCP (reanimación cardiopulmonar) en caso de que usted dejara de respirar o su corazón se detuviera. Es conveniente decidir sobre la RCP antes de que esté lo bastante enfermo como para necesitarla. Debe hablar con

Más información para pensar y hablar sobre:

- La donación de órganos** es el proceso de dar un órgano o parte de un órgano a otra persona después de fallecer. Si usted decide donar, ello no implica un costo para usted ni su familia. Si usted desea donar sus órganos, puede documentar sus deseos de diferentes formas.

Para obtener más información vaya al sitio web de Donate Life North Carolina en [www.donatelifenc.org](http://www.donatelifenc.org) o llame al (919) 794-7693.

*Nota: Este folleto no trata de sus documentos de voluntades anticipadas psiquiátricas. Hable con su proveedor o abogado si desea preparar ese tipo de documento.*

## Comparta y renueve sus documentos de voluntades anticipadas

Mantenga sus documentos de voluntades anticipadas en un lugar seguro donde sean fáciles de encontrar. **No los ponga dentro de cajas fuertes que solo pueda abrir usted. Entregue copias firmadas de los formularios a sus allegados.**

**Un formulario MOST o formulario DNR portátil debe viajar con usted. Si está en casa, póngalo en un lugar de fácil acceso como la puerta de la refrigeradora o cerca de la cabecera de la cama.**

También, entregue copias a las personas que toman decisiones médicas por usted, a su médico de cabecera y a otros proveedores a quienes vea regularmente. **Pídale a su proveedor de atención médica que incluya los documentos en su expediente médico.**

**Examine sus documentos de voluntades anticipadas cada pocos años.** Revíselos cuando sucedan eventos importantes como matrimonio, el nacimiento de un hijo o el fallecimiento de una persona allegada. Decida si quiere cambiar algunas de sus decisiones anteriores.

Consulte con un abogado si necesita ayuda para asegurarse de que sus documentos tienen poder legal, están registrados como se requiere y que usted los haya puesto a disposición de las personas que pueden necesitar contar con ellos.

**Puede cambiar sus decisiones sobre voluntades anticipadas en cualquier momento.** Para hacer cualquier cambio, hable sobre sus deseos con sus proveedores y asegúrese de cumplir con los requerimientos de la ley de Carolina del Norte. Consulte con un abogado conforme lo necesite.





# Para obtener más información

Por favor, contacte con su proveedor para hacer preguntas y obtener más información sobre las voluntades anticipadas. UNC Health Care se enorgullece de apoyarle a usted y a su salud.



**Provider Information**

*Translated by UNC Health Care Interpreter Services, 12/21/18*