



# Instrucciones anticipadas

**¿Qué son las instrucciones anticipadas?** Las instrucciones anticipadas son una manera de informar sus deseos si usted no puede hablar por sí mismo. Le permiten describir los tipos de tratamientos que desearía o que no desearía recibir si estuviese enfermo. También le permiten indicar *quién* quiere que tome decisiones por usted si no puede comunicarse.

Aunque es difícil hablar de planes para cuando una enfermedad sea muy grave y la muerte pueda estar cerca, hacer estos planes puede ser un regalo para sus seres queridos. Si no puede hablar por usted mismo, se le pedirá a su familia que tome decisiones sobre su atención. Al elaborar las instrucciones anticipadas, usted los ayuda a prepararse.

## Tomar decisiones sobre su atención médica

La mayoría de las personas están acostumbradas a tomar sus propias decisiones sobre los tratamientos que desean o que no desean recibir. Usted tiene el derecho de aceptar o rechazar cualquier atención médica que se le ofrezca, incluso tratamientos o procedimientos que puedan mantenerlo con vida por más tiempo.

A nadie le gusta pensar que estará tan enfermo que será imposible tomar sus propias decisiones. Pero las personas que sufren enfermedades graves pueden estar en esta situación y es bueno estar preparado. Es importante pensar con anticipación sobre quién tomaría las decisiones por usted si se enfermara tanto que no las pudiera tomar usted mismo, y sobre qué decisiones desearía que se tomaran.

Algunas personas desean que “se haga todo lo posible” con la esperanza de extender su vida, incluso si un tratamiento médico solo tiene una pequeña posibilidad de funcionar y puede causar efectos secundarios graves. Otras sienten que, cuando una enfermedad empeora mucho, su calidad de vida es más importante que intentar seguir con vida por más tiempo. Estas personas no desean recibir un tratamiento que solo tenga una pequeña posibilidad de funcionar y que podría tener efectos secundarios graves.

## Establecer sus instrucciones anticipadas

Consulte a su médico sobre las instrucciones anticipadas. En el estado de New York, hay distintos tipos de instrucciones anticipadas:

- Un **poder de representación para la atención médica** es un documento legal que le permite nombrar a una o más personas que hablarán en su nombre en el caso de que no pueda tomar sus propias decisiones. Estas son personas en las que usted confía y que actuarán como sus “agentes de atención médica”. La ley de New York requiere que los hospitales, hogares de convalecencia y centros de atención médica le brinden un formulario de poder de representación para la atención médica e información sobre este, además de brindarle asistencia para completarlo si la necesita.

Es importante que la persona que quiera nombrar como su agente sepa que lo va a hacer y que también sepa un poco sobre sus deseos de tratamientos médicos. Lo mejor es que usted y su agente tengan una conversación ahora sobre sus valores y preferencias. Debería hablar sobre el tipo de decisiones que tomaría si estuviese muy enfermo y se le presentara la opción de un tratamiento que tiene una pequeña posibilidad de prolongar su vida, pero que podría tener efectos secundarios graves.

Cuando complete su poder de representación para la atención médica, puede incluir una declaración sobre sus deseos de tratamiento, o puede realizar un testamento vital por separado. En el poder de representación para la atención médica, también puede indicar lo que desea que su agente no haga. Usted y dos testigos deben firmar y fechar el formulario. Ni su agente ni su agente alternativo pueden actuar como testigos. Si usted no puede firmar el poder, puede solicitarle a otro adulto que lo firme por usted.

*Sigue al dorso.*

- Un **testamento vital** es un documento que explica sus deseos de atención médica, en especial sobre la atención al final de la vida. No puede utilizar un testamento vital para nombrar a un agente de atención médica; para hacerlo, debe usar un poder de representación para la atención médica. Cuando crea un testamento vital, escribe una declaración sobre sus deseos personales de atención médica. Usted y dos testigos deben firmarlo y fecharlo.
- Una **orden de no reanimar (Do Not Resuscitate Order, DNR)** solo expresa su deseo de que no se le realice reanimación cardiopulmonar (RCP), es decir, tratamiento de emergencia para resucitar su corazón o sus pulmones en caso de que deje de respirar o se detenga su corazón. RCP implica presionar con fuerza el pecho para bombear la sangre y hacer respiración boca a boca. La orden de DNR solo significa que no se le realizará RCP. Se le debe brindar todo lo que necesite para la comodidad y la atención médica básicas, lo que comprende el tratamiento para todas las heridas, el dolor, las dificultades para respirar y otras afecciones médicas.

Una **orden de DNR dentro del hospital** se analizará con usted si lo internan en un hospital o en otro centro de atención médica. Si está en su hogar, tal vez quiera pedirle a su médico o enfermero que obtenga una **orden de DNR fuera del hospital**. También puede informar sus deseos sobre DNR en su poder de representación para la atención médica o testamento vital.

## Luego de elaborar las instrucciones anticipadas

Sin importar qué tipo de instrucción anticipada tenga, hay una serie de cosas que debe hacer luego de firmarla.

- Haga varias copias y tenga una en su hogar en un lugar seguro.
- Infórmeles a otras personas de su familia dónde está.
- Entregue copias a su agente de atención médica, su agente alternativo, sus familiares cercanos, sus médicos y a cualquiera que elija involucrar en su atención médica.
- En virtud de la ley de New York, cualquier médico que reciba un formulario de poder de representación para la atención médica debe encargarse de que se incluya una copia del formulario en su registro médico.
- Considere llevar una tarjeta en la billetera que contenga información sobre la existencia y la ubicación de su poder de representación para la atención médica o su testamento vital.

## Puntos importantes para recordar:

- Puede tomar las decisiones de aceptar o rechazar atención médica de cualquier tipo. Para hacerlo, debe pedirle a su médico información completa sobre su enfermedad, y sobre los riesgos y beneficios de cada tratamiento.
- Si su enfermedad empeora mucho y usted no puede hablar por sí mismo, se respetarán sus valores y preferencias de atención si tiene una instrucción anticipada.
- Las instrucciones anticipadas son para todos, y el mejor momento para establecerlas es cuando se encuentra relativamente bien.
- Recuerde que las instrucciones anticipadas se pueden cancelar o cambiar en cualquier momento.

## Serie de educación para el paciente

# Instrucciones anticipadas

Si desea obtener ayuda para comunicarse con recursos, hable con el médico, enfermero o trabajador social de su centro de salud.