

“Los demás pueden estar ahí para ayudarnos, enseñarnos, guiarnos a lo largo de nuestro camino, pero la lección a aprender es siempre nuestra.” DESCONOCIDO

# En esta guía

<b>Bienvenido a Providence Holy Cross Medical Center</b>	3
<b>Acerca de nosotros</b>	4
<b>Directorio telefónico</b>	5
<b>Durante su permanencia</b>	6-8
Horarios de visita	6
Horarios de visita de otras unidades	6
Estacionamiento	6
Cómo llamar a la enfermera	6
Intérpretes	6
Teléfono	6
Teléfonos celulares	7
Seguridad contra incendios	7
Simulacros de incendio	7
Fumadores	7
Aparatos eléctricos	7
Deje sus objetos de valor en casa	7
Cajero automático	7
¿Dónde está la cafetería?	8
Televisión	8
Flores y correspondencia	8
Tienda de regalos	8
Atención Pastoral	8



9

## Hable

*Hágase cargo de su atención.*



12

## Cuide su seguridad

*Usted puede colaborar con la seguridad de la atención médica.*



## NUESTRA DIRECCIÓN

15031 Rinaldi Street  
Mission Hills, CA 91345



20

**No se vaya sin antes...**  
*6 cosas que usted debe  
saber antes de irse.*



25

**Para el cuidador**  
*Su función como  
defensor del paciente.*



28

**Recursos**

<b>Hable</b>	9
<b>Sus derechos y responsabilidades</b>	10-11
<b>Cuide su seguridad</b>	12-15
<b>¿Qué son sus instrucciones anticipadas?</b>	16
<b>Su privacidad e información</b>	17-18
<b>¿Siente dolor?</b>	19
<b>No se vaya sin antes...</b>	20-22
<b>Preparación para recibir el alta</b>	23-24
El regreso al hogar	23
Facturación	23
Coordinación de beneficios (COB)	23
Medicare	24
Seguro comercial	24
Para los pacientes que pagan sus propios gastos	24
Después de recibir el alta	24
¿No tiene seguro?	24
<b>Para el cuidador</b>	25-26
<b>Retribución</b>	27
<b>Recursos</b>	28
Definiciones del personal	28
<b>Notas</b>	29-31
<b>Control de medicamentos</b>	32



# Bienvenido a Providence Holy Cross Medical Center

■ Si ésta es su primera visita al hospital, probablemente tenga inquietudes con respecto a su atención, tales como: qué debe esperar, quién responderá a sus preguntas y cuál es la mejor manera de participar en su recuperación. Esta guía responderá a muchas de sus preguntas y lo ayudará a sentirse más cómodo con respecto a su hospitalización.

Providence Holy Cross Medical Center tiene una larga trayectoria en el suministro de atención compasiva y personalizada. Desde 1961, nuestro equipo de atención médica se dedica a ofrecer la mejor atención médica posible.

Todo nuestro equipo de enfermeras, médicos, tecnólogos, terapeutas y equipo de apoyo participan en la tradición de atención de Providence. Juntos nos dedicamos a prestar todos los servicios necesarios para que usted reciba una atención respetuosa y de excelencia.

Como principal miembro de su equipo de atención médica, le sugerimos que participe en su atención. Haga preguntas. Háblenos sobre sus inquietudes, esperanzas y necesidades. Con su ayuda, podemos lograr nuestro objetivo en común: brindarle una atención excelente en un entorno de apoyo.

Lea esta información y téngala cerca durante su permanencia.

Bernard Klein, M.D.  
Director Ejecutivo  
Providence Holy Cross Medical Center



## Declaración de la misión

Como miembros de Providence, revelamos el amor que siente Dios por todos, especialmente por los más pobres y vulnerables, a través de un servicio compasivo.

## Valores fundamentales

- Respeto
- Compasión
- Responsabilidad
- Justicia
- Excelencia





# Acerca de nosotros

## NUESTRA DIRECCIÓN

15031 Rinaldi Street  
Mission Hills, CA 91345

## ESTADÍSTICAS DEL HOSPITAL

Estadísticas de interés (2012)

Empleados: 1,900+

Personal médico: 600+

Camas autorizadas: 377

Nacimientos: 2,757

Admisiones: 17,038

Visitas al Departamento de  
urgencia (ED): 81,986

Casos de trauma: 1,313

Cirugías de pacientes  
ambulatorios: 1,978

## Horario de la cafetería

Todos los días de  
6:30 a.m. a 8:00 p.m. &  
12:30 a.m. a 3:30 a.m.

## Su opinión cuenta

Poco después de recibir el alta, es posible que una compañía independiente en nombre del hospital le envíe por correo una encuesta confidencial de satisfacción del paciente. Sea tan amable de tomarse el tiempo para completar la encuesta y compartir sus opiniones acerca de su permanencia en el hospital. Sus comentarios constituyen una parte importante de nuestro objetivo de mejorar la atención y los servicios que prestamos.



Providence Holy Cross Medical Center es conocido por brindar un tratamiento excepcional a través de sus centros para el tratamiento del cáncer, centro de cardiología, ortopedia, neurociencias y servicios de rehabilitación, así como también servicios para la mujer y el niño. Además, contamos con uno de los únicos centros de traumatología de doble turno en el Valle de San Fernando y nuestros servicios de emergencia altamente especializados brindan tratamiento a más de 1,500 víctimas de traumas cada año.

Por más de 50 años, los médicos, las enfermeras y el personal de Providence Holy Cross han sido reconocidos por su compromiso con una atención para pacientes de excelencia. En 2007, Providence Holy Cross fue el primer hospital comunitario en el condado de Los Ángeles que recibió la distinción "Magnet Status" por la excelencia de los servicios de enfermería del Centro de credenciales de enfermeras estadounidense (ANCC). Además, HealthGrades® reconoció a Providence Holy Cross entre el 5% de todos los hospitales de la nación por el desarrollo clínico general, durante 4 años consecutivos.

Como un establecimiento sin fines de lucro y de 377 camas, Providence Holy Cross Medical Center ofrece un total de servicios para la salud continuo, desde atención médica hospitalaria o ambulatoria hasta atención médica domiciliaria. Con una ubicación estratégica próxima a las intersecciones de las autopistas 405, 5, 118 y 210, Providence Holy Cross Medical Center tiene el compromiso de servir a la comunidad. Para satisfacer las necesidades médicas de esta creciente área, Providence Holy Cross añadió un nuevo 138-cama ala atención de los pacientes haciendo Providence Holy Cross en uno de los hospitales más grandes del Valley.



# Directorio telefónico

Los horarios de atención general son de lunes a viernes,  
de 8:00 a.m. a 4:30 p.m.

Admisión	818-496-4497
Centro de diagnóstico para pacientes ambulatorios	818-496-4686
Audiología y patología del habla	818-496-4467
Control de casos	818-496-4651
Trabajador social	818-496-4366
Salud para la comunidad	818-847-3980
Educación sobre la diabetes	818-496-4310
Mesón de informaciones	818-496-1824
Departamento de urgencias	818-496-1858
Asesor financiero	818-496-4509
Apoyo para la lactancia	818-847-4142
Registros médicos	818-496-4537
Administración de la enfermería	818-496-4571
Servicios de nutrición	818-496-1183
Atención paliativa	818-496-4769
Atención espiritual y pastoral	818-496-4604
Relaciones con el paciente	818-496-4558
Farmacia	818-496-4698
Derivación del médico	1-888-432-5464
Radiología	818-496-4530
Servicios de rehabilitación	818-496-4529
Gestión de riesgos	818-496-4552
Seguridad	818-496-1801
Cirugía	818-496-4664

1-888-HEALING (432-5464)

Visítenos en [www.providence.org/holycross](http://www.providence.org/holycross)

Si desea proporcionar un número de teléfono directo para que familiares o amigos puedan llamarlo: 818-496 -1\_\_\_\_\_

(más los tres dígitos del número de su habitación)

Ejemplo: La habitación 411 sería 818-496-1411

## NÚMERO PRINCIPAL

818-365-8051

### Información del paciente/Vestíbulo

818-496-1824

### Alta

818-496-4651

### Facturación

310-241-2503

### Tienda de regalos

818-496-1842

### Cafetería

818-496-1845





# Durante su permanencia

## HORARIOS DE VISITA

*Las visitas son una parte bienvenida de la permanencia en el hospital y son importantes para su recuperación. No obstante, si usted desea, el personal de enfermería puede restringir las visitas. Solicitamos que sea considerado con los demás pacientes y que ayude a controlar el ruido.*

*Pueden ingresar sólo tres visitas a la habitación del paciente en cualquier momento. Las demás deben aguardar en el vestíbulo principal del hospital. Es posible que cada departamento tenga políticas de visita diferentes; por lo tanto, deberá verificarlo con su enfermera.*

## General

de 8:00 a.m. a 8:00 p.m.

## Maternidad

de 8:00 a.m. a 8:00 p.m. No se permite el ingreso a menores de 16 años, salvo que sean hermanos del recién nacido.

## Cuidado Intensivo

Lunes a viernes

8:30 a.m. a 9:30 a.m.,  
10:30 a.m. a 2:30 p.m.,  
4:00 p.m. a 7:00 p.m.,  
8:30 p.m. a 10:00 p.m.

Sábados y domingos

8:30 a.m. a 2:30 p.m.,  
4:00 p.m. a 7:00 p.m.,  
8:30 p.m. a 10:00 p.m.

Tenemos políticas y procedimientos vigentes para ayudarlo a usted y a su familia a trabajar con los médicos, los enfermeros y el personal para obtener los mayores beneficios de su estadía en el hospital. Tómese unos minutos para revisar estas pautas junto a sus seres queridos.

## Estacionamiento

El estacionamiento de las visitas se encuentra junto al centro médico (lado Oeste), con entradas por Rinaldi Street. El pequeño terreno al lado del Departamento de emergencia es sólo para llegadas de emergencia.

## Cómo llamar a la enfermera

El sistema de intercomunicador de su habitación está instalado en la pared sobre la mesa de luz. El sistema se utiliza para tener un contacto de voz directo con los miembros del personal que se encuentran en la estación de enfermería. Del intercomunicador se prolonga un altavoz de almohada que se puede sujetar a su cama para mayor comodidad. Para llamar a la estación de enfermería, presione la barra superior marcada como "NURSE" (enfermero) y un miembro del personal le responderá vía intercomunicador. Cuando el miembro del personal de enfermería le responda, sea tan amable de realizar su pedido en un tono de voz normal. Algunas camas tienen el botón de llamado a enfermería incorporado en la baranda. Verifique con su enfermero acerca de qué sistema de llamado a enfermería tiene.

## Intérpretes

Los servicios de interpretación y traducción se encuentran disponibles para cuando se los solicite. El teléfono Cryacrom azul puede ayudar con la traducción en cualquier idioma

## Teléfono

Cada habitación cuenta con un teléfono. Para hacer una llamada local marque "9", espere el tono de discado y, luego, marque el número. Para el servicio de larga distancia, cobro, tarjeta de crédito o llamadas de terceros marque "0" para comunicarse con el operador. Las llamadas entrantes pueden recibirse directamente en su teléfono, solicite a un miembro del personal el número de teléfono de su habitación.



## Deje sus objetos de valor en casa

Le sugerimos que deje los objetos de valor en su casa. Si trae un objeto de valor, deposítelo en la caja fuerte del hospital. Un oficial de seguridad le dará un recibo. Para preguntar sobre artículos perdidos, comuníquese con su enfermera. No coloque anteojos, audífonos ni dentaduras postizas sobre la cama ni en la bandeja de la comida; podrían dañarse o perderse. Providence Holy Cross Medical Center no puede hacerse responsable del reemplazo de pertenencias personales.

## Cajero automático

Para su comodidad, en el primer piso del hospital cerca del Departamento de radiología se encuentra un cajero automático (ATM).

## Teléfonos celulares

Se prohíbe el uso de teléfonos celulares en áreas designadas para la atención del paciente. Comunique esta norma a sus visitas. Cuenta con un teléfono junto a la cama.

Para comunicarse con un paciente desde un teléfono externo, puede llamar directamente a su habitación o marcar 818-365-8051, e indicar el número de cama y habitación. Los pacientes pueden recibir llamadas de 7:00 a.m. a 10:00 p.m. Se encuentran disponibles cuando se los requiera teléfonos especiales con control de volumen, luz de llamada y servicios de traducción. Las visitas pueden utilizar los teléfonos públicos que se encuentran en el vestíbulo principal.

## Seguridad contra incendios

Periódicamente realizamos simulacros de incendio. Si escucha una alarma, quédese donde está. En el caso de que se trate de una emergencia real, el personal del hospital se lo notificará.

## Simulacros de incendio

Para su seguridad, el hospital realiza simulacros de emergencia e incendios periódicamente. Se le solicitará que ignore las luces intermitentes, los timbres de llamada y de puerta. Si ocurre un simulacro mientras se encuentra aquí, usted y sus visitas deberán mantener las puertas cerradas y permanecer en su habitación hasta que concluya la actividad.

## Fumadores

Providence Holy Cross Medical Center es un establecimiento libre de humo. Ésto se aplica a todos los pacientes y visitas. Se prohíbe terminantemente fumar adentro del centro médico. Pregunte sobre las áreas designadas para fumadores afuera del establecimiento.

## Aparatos eléctricos

Dispositivos electrónicos incluidos secadores de cabello, pinzas rizadoras, máquinas de afeitar, radios, almohadillas térmicas, videograbadoras, computadoras y otros dispositivos no se permiten en las habitaciones de los pacientes. Sólo puede utilizar dispositivos que funcionan con pilas.



# Durante su permanencia

## ¿Dónde está la cafetería?

### Ubicación:

Primer piso del hospital cerca del vestíbulo principal.

### Cafetería

Las máquinas expendedores de refrigerios y bebidas se encuentran ubicadas dentro de la cafetería y funcionan las 24 horas del día. Se invita a los visitantes a comer en la cafetería.

### Horario de atención:

Todos los días de 6:30 a.m. a 8:00 p.m. y 12:30 a.m. a 3:30 a.m.

## Televisión

Se proporcionan televisores en cada habitación de los pacientes. Sea considerado y mantenga bajo el volumen del televisor. Los televisores se controlan mediante el altavoz de almohada, que puede sujetarse a la cama, o mediante los controles que se encuentran en el panel de las barandas. Las listas de canales se encuentran al dorso de este libro. Todos los televisores cuentan con subtítulado para pacientes con discapacidad auditiva.

## Flores y correspondencia

Durante la semana, los voluntarios entregan flores y correspondencia en su habitación. También deberán enviar su correspondencia saliente. La correspondencia recibida después de su alta se reenviará a su hogar. Debido a la gravedad de las afecciones del paciente, no se permite el ingreso de flores en áreas de Cuidados intensivos.

## Tienda de regalos

La Tienda de regalos Providence ofrece flores, regalos, artículos de tocador y artículos de temporada. Se aceptan dinero en efectivo, cheques y tarjetas de crédito. Situado en el primer piso.

### Horarios de atención:

La tienda de regalos se encuentra abierta todos los días.

## Atención Pastoral

El Capellán del hospital y un grupo de ministros voluntarios de diversas religiones están a disposición de todos los pacientes y sus familias. También hay disponible un Ministro de oración para orar junto a los miembros del personal. Comuníquese con el enfermero para solicitar estos servicios. Una capilla se encuentra en el cuarto piso.



“Quien pregunta mucho, deberá aprender mucho, y retener mucho.”

# ¡Hable!

## *Hágase cargo de su atención.*

**D**urante su estadía, los médicos, los enfermeros y el personal de su hospital lo tratarán a usted y a su familia como participantes de su propia atención. Una forma importante de involucrarse es hablando. Haga preguntas, exprese sus preocupaciones y no tema plantear ningún asunto, ya sea que esté relacionado con su atención y su tratamiento, como también con los servicios globales del hospital.

En las páginas siguientes, encontrará una guía paso a paso que lo ayudará a beneficiarse al máximo de su permanencia en el hospital; le enseñará cómo cuidar su seguridad, obtener la información que necesita, hacer las preguntas adecuadas e interactuar de manera eficaz con los médicos, los enfermeros y el personal del hospital.



## DÉ UN PASO AL FRENTE Y HABLE

**HABLE:** Haga preguntas y exprese sus preocupaciones. Se trata de su cuerpo y tiene derecho a saber.

**PRESTE ATENCIÓN:** Asegúrese de estar recibiendo los tratamientos y los medicamentos adecuados.

**EDÚQUESE:** Entérese sobre los exámenes médicos que le realizan y sobre su plan de tratamiento.

**ENCUENTRE UN DEFENSOR:** Escoja un familiar o amigo para que sea su defensor.

**QUÉ MEDICAMENTOS Y POR QUÉ:** Sepa qué medicamentos toma y por qué los toma.

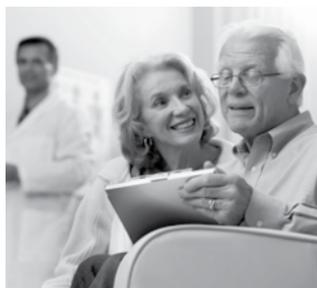
**COMPRUEBE ANTES DE IR:** Utilice un hospital, una clínica, un centro quirúrgico u otro tipo de organización de atención médica que cumpla con los estándares de la Comisión conjunta.

**PARTICIPE EN SU ATENCIÓN:** Usted es el centro del equipo de atención médica.

### Recuerde:

- Tome nota de cualquier pregunta que tenga.
- Escoja a un familiar para que se comunique con los médicos y el personal.
- Anote los médicos que consulta y los medicamentos que le recetan.

**¡No se agobie,  
tome nota!**



*Cortesía de la Comisión Conjunta.*



# Sus derechos y responsabilidades

## ¿Inquietudes?

Providence Holy Cross Medical Center ofrece un Equipo de relaciones con el paciente para ayudarlo a resolver sus inquietudes durante su permanencia. Nos dedicamos a atenderlo y queremos asegurarnos de que su experiencia con nosotros sea positiva. Si tiene alguna inquietud sobre la atención que usted o su familiar recibió, le recomendamos que hable con el supervisor de enfermería. Si cree que no se resolvió su problema, comuníquese con el Departamento de relaciones con el paciente al 818-496-4792.



Como paciente, usted tiene derecho a recibir una atención respetuosa y cordial. Además, tiene derechos y responsabilidades específicos durante su permanencia en el hospital.

## Usted tiene derecho a:

- ✓ ser informado acerca de las normas y los reglamentos del hospital que rigen su conducta.
- ✓ esperar privacidad y dignidad en el tratamiento, como así también un buen servicio médico y una buena atención psiquiátrica.
- ✓ recibir atención cordial y respetuosa en todo momento, bajo cualquier circunstancia.
- ✓ recibir respuestas rápidas y razonables a sus preguntas.
- ✓ saber quién es la persona responsable de autorizar y realizar sus procedimientos o tratamientos.
- ✓ saber la identidad y el nivel profesional de sus cuidadores.
- ✓ conocer qué servicios de apoyo al paciente se encuentran disponibles, incluido el acceso a un intérprete en caso de que el idioma sea un problema.
- ✓ tener acceso a sus registros médicos de acuerdo con la política del hospital.
- ✓ ser informado acerca de la naturaleza de su afección, el tratamiento o procedimiento propuesto, los riesgos, los beneficios, los pronósticos y todo requisito de atención médica continua luego de su alta en términos que pueda comprender.
- ✓ ser informado acerca de las alternativas médicas para su atención o tratamiento.
- ✓ rechazar un tratamiento, salvo que la ley disponga lo contrario, como así también a ser informado sobre las consecuencias de su rechazo.
- ✓ tener acceso al tratamiento médico o a las instalaciones de atención médica, independientemente de la raza, el sexo, el credo, la orientación sexual, la nacionalidad, la religión, la existencia de una discapacidad física o el origen del pago.
- ✓ saber si el tratamiento médico recetado para usted tiene fines experimentales y a dar su consentimiento por escrito para participar si así lo decide.



- ✓ participar en el proceso de toma de decisiones en lo que respecta a su plan de atención.
- ✓ tener acceso a profesionales para que lo asistan en el cuidado emocional o espiritual.
- ✓ ejercer sus valores culturales y sus creencias espirituales, siempre y cuando no interfieran con el bienestar de los demás o con el curso programado de la atención médica.
- ✓ participar en los debates sobre los problemas étnicos que puedan surgir.
- ✓ expresar inquietudes con respecto a cualquiera de estos derechos según el proceso de presentación de reclamos.
- ✓ formular instrucciones anticipadas y designar un responsable sustituto para tomar decisiones sobre la atención médica en su nombre, hasta el grado que permita la ley.

### **Usted tiene la responsabilidad de:**

- ✓ brindar información exacta y completa a sus proveedores de atención médica acerca de sus afecciones médicas actuales y anteriores y de todos los demás asuntos en relación con su salud.
- ✓ informar a sus proveedores de atención médica cualquier cambio inesperado en su afección.
- ✓ informar a sus proveedores de atención médica si comprende, o no, el plan de atención y qué se espera de usted.
- ✓ seguir el plan de tratamiento que sus proveedores de atención médica le han recomendado.
- ✓ acudir a las citas y, en caso de no poder hacerlo, notificar a la persona correspondiente.
- ✓ conocer las consecuencias de sus propias acciones en caso de no aceptar el tratamiento o no seguir las instrucciones de los proveedores de atención médica.
- ✓ ser consciente de los derechos de otros pacientes y del personal del hospital, y de seguir las políticas y los reglamentos del hospital en relación a la atención y la conducta.



“El temor es el padre del coraje  
y la madre de la seguridad.”

# Cuide su seguridad

*Usted puede colaborar con la seguridad de la atención médica.*

Mientras esté en el hospital, muchas personas entrarán a su habitación, desde médicos y enfermeros hasta auxiliares y camilleros. La siguiente información ayudará a que su permanencia en el hospital sea segura y cómoda.



## Identificación del empleado

Todos los empleados del hospital llevan una credencial de identificación. Siéntase en libertad de preguntarle a cualquier miembro del personal por su nombre y su puesto de trabajo. Llame al enfermero inmediatamente, en caso vea que un empleado no lleva una credencial de identificación.

## No tenga miedo de preguntar...

Es posible que una cantidad de personas entren a su habitación en el hospital. Asegúrese de:

- Solicitar la identificación de todo aquel que ingrese a su habitación.
- Hablar si el personal del hospital no solicita revisar su identificación.
- Preguntar si la persona se ha lavado las manos antes de tocarlo.
- Si le dicen que necesita determinadas pruebas o procedimientos, preguntar por qué los necesita, cuándo se llevarán a cabo y dentro de cuánto tiempo tendrá los resultados.

## IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

Cada vez que el personal ingresa a su habitación para administrarle medicamentos, transportarlo o llevar a cabo algún procedimiento o tratamiento, debe verificar su fecha de nacimiento y su nombre antes de proceder. Es posible que en ocasiones se le hagan las mismas preguntas repetidamente. Somos conscientes que esto puede ser fastidioso. Sin embargo, comprenda que este proceso de verificación es un componente muy importante para nuestro programa de seguridad al paciente para así asegurar que todos nuestros pacientes reciban los medicamentos y los tratamientos correctos.



# Eliminación de infecciones

Mientras está en el hospital para mejorarse, existe la posibilidad que desarrolle una infección. Lo más importante que puede hacer para ayudar a evitar las infecciones es lavarse las manos y asegurarse de que cualquier persona que lo toque, incluidos los médicos y los enfermeros, también se laven las manos.

## Usted, su familia y sus amigos deben lavarse las manos:

1. después de tocar objetos o superficies en la habitación del hospital
2. antes de comer
3. después de ir al baño

Es importante que los proveedores de atención médica se laven las manos con agua y jabón o con productos para limpiar las manos a base de alcohol, antes y después que lo toquen. Los proveedores de atención médica saben que deben higienizarse las manos, pero en ocasiones se olvidan. Usted y su familia no deben tener miedo ni vergüenza de hablar y pedirles que se laven las manos.



Los médicos, enfermeros y otros proveedores de atención de salud están en contacto con muchas bacterias y virus. Así que antes que ellos lo traten, pregúnteles si se han lavado las manos.



## ¡Feliz cumpleaños a usted!

Lávese las manos con agua tibia y jabón durante 15 a 20 segundos. Es aproximadamente la misma cantidad de tiempo que se demora en cantar el “Cumpleaños feliz” dos veces.



## ¿No hay jabón? No hay problema.

Los desinfectantes para manos a base de alcohol son tan efectivos como el agua y el jabón para matar los gérmenes. Para usar un desinfectante, aplíquelo sobre la palma de la mano y frótese las manos. Siga frotándose bien todos los dedos y ambos lados de las manos hasta que el desinfectante se seque.

# Conozca sus medicamentos



Mientras esté hospitalizado, es posible que su médico le recete medicamentos. Asegúrese de comprender exactamente qué son y por qué se los recetan. Utilice esta lista de comprobación como una ayuda para obtener la información que necesita de su médico:

- ¿Cuál es el nombre del medicamento?
- ¿Cuál es su nombre genérico?
- ¿Por qué debo tomar este medicamento?
- ¿Qué dosis tomaré? ¿Cuán frecuentemente y por cuánto tiempo?
- ¿Cuándo comenzará a hacer efecto el medicamento?
- ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios?
- ¿Puedo tomar este medicamento mientras tomo mis otros medicamentos o suplementos dietarios?
- ¿Hay algún alimento, alguna bebida o alguna actividad que deba evitar mientras tomo este medicamento?
- ¿Debo tomar mi medicamento junto con las comidas o entre las comidas?
- ¿Debo tomar el medicamento con el estómago vacío, con comida o con un vaso lleno de agua?
- ¿Qué debo hacer si me olvido de tomar el medicamento y no tomo una dosis?

**UTILICE EL CONTROL DE MEDICAMENTOS EN LA PÁGINA 32 PARA AYUDARLO A SUPERVISAR SUS MEDICAMENTOS.**



## Prevención de errores con los medicamentos

Al participar en su propia atención, puede ayudar a los miembros de su equipo de atención médica a evitar errores con los medicamentos. Ésta es la manera:

Asegúrese de que todos sus médicos sepan qué medicamentos está tomando, incluidos los medicamentos recetados, los medicamentos de venta libre, los suplementos herbarios y vitamínicos, los remedios naturales y las drogas recreativas.

Asegúrese de que todos sus médicos estén al tanto de cualquier alergia que pueda tener a medicamentos, anestésicos, alimentos, productos de látex, etc.

Cuando le lleven medicamentos o fluidos por vía intravenosa, pídale a la persona que se asegure de que usted es el paciente que debe recibir los medicamentos.

Muéstrele a esa persona su brazalete de identificación para corroborar.

**Recuerde: usted juega un papel importante a la hora de ayudar a reducir los errores con los medicamentos.**



# Prevención de caídas

■ Con frecuencia los pacientes del hospital se caen porque están débiles o inestables debido a una enfermedad o procedimientos médicos, sus medicamentos les causan mareos o porque estuvieron sentados o acostados durante largos periodos de tiempo. A Providence Holy Cross Medical Center le importa la seguridad de sus pacientes. Ayúdenos a mantenerlo seguro siguiendo estas pautas durante su permanencia en el hospital:

- No salga de la cama por sí mismo. Las camas del hospital pueden ser más altas y angostas que la cama de su casa y puede caerse fácilmente mientras trata de levantarse o recostarse. Use el botón para llamar al enfermero y pida ayuda.
- Mantenga a su alcance los artículos que utiliza con frecuencia como por ejemplo el botón de llamada, pañuelos, agua, anteojos, teléfono, control remoto del televisor.
- No camine con los pies descalzos. Use medias o pantuflas antideslizantes.
- Asegúrese que su bata o pijamas no se arrastren en el piso ya que pueden hacerlo tropezar.
- Use las barandas en su baño y en todo el hospital en todo momento.
- Pida al enfermero que le enseñe cómo caminar adecuadamente con su polo intravenoso, bolsas de drenaje o cualquier otro equipo.
- Asegúrese que su silla de ruedas esté asegurada cuando se siente y se levante de ella. Nunca pise sobre el soporte para pies.
- Si observa un derrame en el piso, infórmelo de inmediato.



## TVP: Reduzca el riesgo

La trombosis venosa profunda (TVP) se produce cuando se forman coágulos en las piernas y bloquean la circulación. Los coágulos pueden alojarse en el cerebro, en el corazón o en los pulmones, provocando lesiones o incluso la muerte. Cuando está hospitalizado y en cama con un nivel de actividad física limitado, su riesgo de tener una TVP aumenta.

Consulte a su médico acerca del uso de botas o medias de compresión o anticoagulantes para evitar la TVP durante su estadía en el hospital. Asegúrese de decirle a su médico o enfermero si tiene alguno de los siguientes síntomas de advertencia:

- Un calambre de pierna o pantorrilla que empeora
- Hinchazón o decoloración en su pierna, brazo superior o cuello
- Falta de aliento inexplicable
- Molestia torácica que empeora cuando respira profundamente o tose
- Mareos o desmayos

**LOS PACIENTES DE TODAS LAS EDADES CORREN RIESGO DE CAERSE PORQUE ES POSIBLE QUE LOS MEDICAMENTOS LOS MAREEN, LES CAUSEN DEBILIDAD O HAGAN QUE PIERDAN LA ESTABILIDAD.**



# ¿Qué son sus instrucciones anticipadas?

## ¿Qué son las instrucciones anticipadas?

Un testamento en vida, un poder legal permanente para las decisiones de atención médica, son documentos legales que le permiten darles instrucciones al personal médico, a sus familiares y amigos con respecto a su atención futura cuando no pueda hablar por sí mismo. No necesita un abogado para poder completar las instrucciones anticipadas.

## Comité de Ética

En el caso de que haya un desacuerdo entre los miembros de su familia u otros cuidadores con respecto a sus deseos en cuanto al tratamiento para prolongarle la vida u otros asuntos relacionados con sus instrucciones anticipadas, el Comité de ética se encuentra disponible para escuchar dichos desacuerdos.

## El regreso al hogar

Una vez que haya recibido el alta del hospital, se le entrega nuevamente la Instrucción anticipada y se guarda una copia de la misma en los Registros médicos. Si regresa al hospital, deberá informar si se realizaron cambios en la Instrucción anticipada y proporcionar la versión más actualizada.

## Instrucciones anticipadas

Usted tiene derecho a tomar decisiones sobre su propio tratamiento médico. Estas decisiones se dificultan si, debido a una enfermedad o a un cambio en la condición mental, no puede decirles al médico y a sus seres queridos qué tipo de tratamientos de atención médica desea. Es por eso que es importante que informe sus deseos con anterioridad. Aquí tiene una breve descripción de cada tipo de instrucción:

### Testamento en vida

Un conjunto de instrucciones que documentan sus deseos acerca de la atención médica para prolongarle la vida. Se utiliza si usted sufre una enfermedad terminal, queda incapacitado o no puede comunicar sus decisiones o incluso tomarlas. Un testamento en vida protege sus derechos de aceptar o rechazar la atención médica y le quita a su familia, a sus amigos y a los profesionales médicos la carga de tomar estas decisiones.

### Apoderado de atención médica

Una persona (agente) que usted designa para tomar decisiones médicas en caso de que usted no pueda hacerlo. Escoja a alguien que conozca bien y en quién confíe para que represente sus preferencias. Asegúrese de hablar con la persona que eligió antes de nombrarla como su agente. Recuerde que es posible que un agente deba usar su criterio en el caso de que sea necesario tomar una decisión médica sin conocer sus deseos al respecto.

### Poder legal permanente para decisiones de atención médica

Para decisiones de atención médica: un documento legal que nombra a su apoderado de atención médica. Una vez escrito, se debe firmar, fechar, atestiguar, notariar, copiar y adjuntar a su registro médico.

Para las finanzas: también puede designar a alguien que administre sus asuntos financieros cuando usted no pueda. Un poder legal permanente para las finanzas es un documento legal independiente del poder legal permanente para las decisiones de atención médica. Puede elegir a la misma persona para los dos poderes o elegir a diferentes personas para que lo representen en cada caso.



# Su privacidad e información

## La privacidad y su información médica

■ Usted tiene derechos de privacidad según la legislación federal que protege su información médica. Es importante que conozca estos derechos. La legislación federal establece normas y límites sobre quién puede acceder a su información médica y quién puede recibirla.

## ¿Quiénes deben cumplir con esta legislación?

- La mayoría de los médicos, enfermeras, farmacias, hospitales, clínicas, casas de reposo y muchos otros proveedores de atención médica.
- Las compañías de seguros médicos, las Organizaciones de Atención Médica Administrada (HMO) y la mayoría de los planes de salud grupales ofrecidos por el empleador.
- Ciertos programas del gobierno que pagan por la atención médica, como Medicare y Medicaid.

## ¿Qué información se encuentra protegida?

- La información que los médicos, las enfermeras y otros proveedores de atención médica asientan en sus registros médicos.
- Las conversaciones que su médico tenga con las enfermeras y otras personas con respecto a su atención o tratamiento.
- La información que su compañía de seguro médico tenga sobre usted en el sistema informático.
- La información de facturación entre usted y su clínica.
- La mayoría de la información médica que tengan en su poder aquellas personas que deban cumplir con esta legislación.

## Usted tiene derechos sobre su información médica. Los proveedores y las aseguradoras de salud que deben cumplir con esta legislación deben acatar el derecho que usted tiene a:

- Solicitar acceso a sus registros médicos y obtener una copia de éstos.
- Hacer agregar correcciones a su información médica.
- Recibir una notificación que le informe las formas en que se puede utilizar y compartir su información médica.
- Decidir si usted desea dar su permiso antes de que su información médica pueda ser utilizada o compartida

## Su información

Si considera que su información médica fue utilizada o compartida de una manera que no está permitida por la ley de privacidad o si no pudo ejercer sus derechos, puede presentar un reclamo ante su proveedor o seguro de salud. También puede presentar un reclamo ante el gobierno de los Estados Unidos. Visite [www.hhs.gov/ocr/hipaa/](http://www.hhs.gov/ocr/hipaa/) para obtener más información.





# Su privacidad e información

Otra legislación brinda protección adicional de la privacidad para los pacientes en programas de tratamiento por drogas y alcohol. Para obtener más información, ingrese a [www.samhsa.gov](http://www.samhsa.gov).

paraciertos fines, como la comercialización.

- Obtener un informe sobre cuándo y por qué se compartió su información médica para ciertos fines.
- Cómo presentar un reclamo

## **Para asegurarse de que su información médica esté protegida sin interferir con su atención médica, su información médica puede utilizarse o compartirse en los siguientes casos:**

- Para la coordinación de su tratamiento y de su atención
- Para pagar a los médicos y a los hospitales por su atención médica, y para ayudar a manejar sus actividades.
- Con su familia, parientes, amigos u otras personas que usted identifique que estén involucrados en su atención médica o en sus facturas de atención médica, a menos que usted se oponga.
- Para asegurarse de que los médicos le brinden una buena atención y de que las casas de reposo sean limpias y seguras.
- Para proteger la salud del público, por ejemplo informando cuando hay gripe en su área.
- Para realizar informes obligatorios a la policía, como por ejemplo, informar heridas de bala.

## **Sin su permiso por escrito, su proveedor no puede:**

- Brindar su información médica a su empleador.
- Utilizar o compartir su información médica con fines publicitarios o de comercialización.
- Compartir notas privadas sobre sus sesiones de asesoramiento sobre salud mental.

*Adaptado de la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos*



“El curarse arma de valor y todos tenemos valor, incluso si tenemos que buscar un poco para encontrarlo.”

# ¿Siente dolor?

**Controle su dolor para que su estadía en el hospital sea lo más agradable posible.**

Usted es el experto con respecto a cómo se siente. Asegúrese de informarle al médico o al enfermero cuando sienta cualquier tipo de dolor.

## Para ayudar a describir el dolor, asegúrese de informar:

- Cuando comenzó el dolor.
- Dónde siente el dolor.
- Cómo se siente el dolor: agudo, sordo, punzante, ardiente, vibrante.
- Si el dolor es constante o si viene y va.
- Qué alivia el dolor, si hay algo que lo alivie.
- Qué empeora el dolor, si hay algo que lo empeora.
- Cuánto ayuda el medicamento a aliviar el dolor, si es que ayuda en algo.
- Si el medicamento lo ayuda a aliviar el dolor, ¿cuántas horas de alivio obtiene?



**UTILIZAR LA ESCALA DE CALIFICACIÓN DE DOLOR ABAJO PARA DECIRLE A SU MÉDICO O ENFERMERA CÓMO TE ESTÁ AFECTANDO SU DOLOR.**

### Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale



**0**

No Duele

No Hurt



**2**

Duele Un Poco

Hurts Little Bit



**4**

Duele Un Poco Más

Hurts Little More



**6**

Duele Mucho

Hurts Even More



**8**

Duele Mucho Más

Hurts Whole Lot



**10**

Duele El Máximo

Hurts Worst

“En el campo de la observación, la oportunidad solo favorece a la mente preparada.”

# No se vaya sin antes...

*Cosas que debe saber antes de abandonar el hospital.*



**Asegúrese de reunirse** con el planificador del alta del hospital lo antes posible durante su permanencia para garantizar un proceso de alta sin problemas más adelante.

**C**uando sea el momento de abandonar el hospital, su médico autorizará su alta. Esto no significa necesariamente que esté del todo bien; simplemente significa que ya no necesita los servicios del hospital.

Pero antes de que abandone el hospital, hay varias cosas de las cuales usted o su cuidador deben ocuparse.

El primer paso es saber quién estará involucrado en su proceso de alta. Esto comienza con el planificador del alta del hospital, que puede ser un enfermero, un trabajador social o un administrador, o incluso alguien que tenga otro título. Usted y su cuidador deben conocer a esta persona relativamente pronto durante su permanencia

en el hospital; si esto no ocurre, averigüe quién es esta persona y asegúrese de reunirse con ella antes de la fecha estimada de su alta.

## **Si no está de acuerdo**

Usted o un familiar pueden apelar la decisión de alta de su médico. Si usted es paciente de Medicare, asegúrese de que el planificador del alta del hospital o el administrador de casos le entregue “Un mensaje importante de Medicare”. Esto detalla sus derechos a permanecer en el hospital para recibir atención y proporciona información con respecto a quién contactar para apelar una decisión de alta.

## Asegúrese de tener la siguiente información antes de abandonar el hospital:

**1. Resumen del alta.** Esto es un resumen general del motivo por el cual estuvo en el hospital, qué profesionales de atención médica lo trataron, qué procedimientos le realizaron y qué medicamentos le recetaron.

**2. Lista de medicamentos.** Ésta es una lista de los medicamentos que está tomando, porqué debe tomarlos, en qué dosis y quién se los recetó. (Usted ya tendrá esta información si utiliza el formulario Mis medicamentos, en la página 32, para realizar un seguimiento mientras está en el hospital). Pero el hecho de tener también una lista preparada por el hospital es una buena manera de corroborar la información.

**3. Receta.** Una receta de cualquier medicamento que necesite y un suministro de medicamentos para varios días para que tenga tiempo de llenar la(s) receta(s).

### 4. Instrucciones de atención de seguimiento.

Asegúrese de tener el papeleo que le indique:

- qué restricciones dietarias debe seguir, si es que corresponde, y durante cuánto tiempo
- qué tipo de actividades puede realizar y cuáles no, y durante cuánto tiempo;
- cómo debe curar adecuadamente cualquier lesión o incisión que tenga;
- qué pruebas de seguimiento necesita y para cuándo debe programarlas;
- qué medicamentos debe tomar, porqué y durante cuánto tiempo;
- cuándo debe consultar a su médico;
- cualquier otra instrucción de cuidado en el hogar para su cuidador como, por ejemplo, cómo recostar y levantarlo



**Asegúrese de reunirse** con el planificador de alta **del hospital** pronto durante su internación para garantizar un proceso de alta sin problemas más adelante.

de la cama, cómo utilizar y controlar los equipos necesarios, y ante qué indicios y síntomas debe tener cuidado; y

- los números de teléfono a los cuales puede llamar si usted o su cuidador tienen alguna pregunta con respecto a su atención una vez que abandona el hospital.

**5. Otros servicios.** Cuando abandone el hospital, es posible que deba pasar algún tiempo en un establecimiento de rehabilitación, una casa de reposo u otra institución. O es posible que deba programar exámenes en un centro de diagnóstico por imágenes, realizarse tratamientos en un centro contra el cáncer o llevar a cabo una terapia en su hogar. Asegúrese de hablar con su enfermera o con su médico para obtener todos los detalles necesarios antes de irse.

**6. Recursos comunitarios.** Es posible que usted y su cuidador no se sientan preparados para lo que sucederá después de su alta. Asegúrese de que el planificador del alta le proporcione información acerca de los recursos locales como, por ejemplo, las agencias que pueden ofrecerle servicios como transporte, equipos, atención en el hogar y atención de relevo, y las agencias que pueden proporcionarle ayuda con la atención del paciente y la atención de relevo.

### **Atención médica domiciliaria**

Atención médica de tiempo parcial suministrada por profesionales médicos en el hogar del paciente para ayudarlo a mantener o recuperar su salud. Incluye una amplia variedad de servicios especializados y no especializados, incluida la atención de enfermería de tiempo parcial, la terapia, la asistencia con las actividades diarias y los servicios de oficios domésticos, como la limpieza y la preparación de comidas. Medicare define a la atención médica domiciliaria como servicios o tratamientos médicos intermitentes, ordenados por el médico.

### **Equipo médico durable (DME)**

Equipo médico solicitado por un médico para uso en el hogar de un paciente. Los ejemplos son andadores, muletas, sillas de ruedas y camas de hospital. Tanto Medicare Parte B como Medicare Parte A pagan el DME para los servicios de atención domiciliaria.

### **Vivienda independiente**

Comunidades para adultos mayores que son muy independientes y tienen pocos problemas médicos. Los residentes viven en departamentos privados. Se proporcionan comidas, trabajos domésticos, mantenimiento, salidas sociales y eventos.

### **Vivienda asistida**

Un departamento en un establecimiento de atención a largo plazo para personas mayores o discapacitadas que ya no pueden vivir solas, pero que no necesitan un alto nivel de atención. Establecimientos de vivienda asistida que proporcionan asistencia con los medicamentos, comidas en un

entorno similar a una cafetería o un restaurante y servicio de trabajos domésticos. El establecimiento cuenta con personal de enfermería en el lugar. La mayoría de los establecimientos tienen actividades sociales y ofrecen servicio de transporte a citas con el médico, lugares de compras, etc.

### **Casa de reposo**

Un establecimiento residencial para personas con enfermedades o discapacidades crónicas, en especial, personas mayores que necesitan ayuda con la mayoría de sus actividades de la vida cotidiana, como bañarse, vestirse e ir al baño. Las casas de reposo proporcionan atención especializada las 24 horas y también se denominan hogares de convalecencia o establecimientos de atención a largo plazo. Muchas casas de reposo también ofrecen permanencias de rehabilitación a corto plazo para pacientes que necesitan recuperarse de lesiones o enfermedades. Algunos establecimientos también tienen una unidad especial para residentes con enfermedad de Alzheimer o pérdida de la memoria.

### **Cuidados paliativos**

El hospicio es un tipo de plan de atención que se centra en el tratamiento paliativo de un paciente terminal y atiende a sus necesidades emocionales y espirituales. Hospice está disponible a un paciente que se ha certificado de tener una enfermedad terminal y un pronóstico de seis meses o menos. Está cubierto por Medicare, y otros proveedores de seguros de salud.



**La atención de relevo ofrece un descanso temporal a los cuidadores.**

**Los pacientes permanecen durante un tiempo en programas de atención diurna para adultos o son internados durante una semana o un mes en un establecimiento de atención.**



# Preparación para recibir el alta

## El regreso al hogar

Cuando su médico considere que está listo para abandonar el hospital, autorizará su alta del hospital. Hable con su enfermero acerca de nuestros procedimientos de alta. Probablemente esperar algunas horas para recibir el alta, sea paciente con su equipo de atención médica mientras ellos procesan todo antes de su partida.

Aquí tiene algunos consejos que ayudarán a que el proceso de alta se realice sin problemas:

- Asegúrese de haber hablado con un planificador de alta, o de que su cuidador lo haya hecho, y de comprender qué servicios puede necesitar después de abandonar el hospital. (Consulte la sección No se vaya sin antes... en la página 20 para obtener más sugerencias acerca del alta).
  - Verifique su fecha y horario de alta con el enfermero o el médico.
  - Coordine con alguien que esté disponible para buscarlo.
  - Revise la habitación, el baño y la mesa junto a la cama con cuidado para no olvidarse ningún artículo personal.
  - Asegúrese de tener todo el papeleo necesario para la facturación, las derivaciones, las recetas, etc., o de que su cuidador lo tenga.
- Después de recibir el alta, un miembro del personal del hospital lo acompañará hasta la entrada principal y lo ayudará a subirse al auto. Después de su permanencia en el hospital, traiga las instrucciones del alta del hospital en su próxima visita al médico.

## Facturación

### Qué cubre una factura del hospital

La factura del hospital cubre el costo de su habitación, las comidas, la atención de enfermería las 24 horas, los análisis de

laboratorio, los exámenes, los medicamentos, la terapia y los servicios de los empleados del hospital. Recibirá una factura independiente de sus médicos por sus servicios profesionales.

El hospital es responsable de presentarle facturas a su compañía de seguros y hará todo lo posible por agilizar su reclamo. Debe recordar que su póliza es un contrato entre usted y su compañía de seguros y que usted tiene la responsabilidad final del pago de su factura del hospital.

## Coordinación de beneficios (COB)

Coordinación de beneficios, lo que se denomina como COB, es un término que utilizan las compañías de seguros cuando usted está cubierto por dos o más pólizas de seguros. Esto suele ocurrir cuando tanto el esposo como la esposa figuran en la póliza de seguros de su cónyuge, o cuando ambos padres incluyen a sus hijos en sus pólizas individuales, o cuando hay elegibilidad para dos programas federales. Esto también puede ocurrir cuando se involucra en un accidente de tránsito y tiene el seguro médico y el seguro del automóvil.

La mayoría de las compañías de seguros tienen disposiciones de la COB que determinan quién es el pagador principal en caso de que se incurra en gastos médicos. Esto evita la duplicación de los pagos. La prioridad de la COB debe identificarse en la admisión para poder cumplir con las pautas de seguros. Es posible que su seguro solicite un formulario de COB completo antes de pagar un reclamo y se realizarán todos los intentos necesarios para notificarlo acerca de esto si de hecho ocurre. El hospital no puede proporcionarle esta información a su compañía de seguros. Usted debe solucionar este problema con su compañía de seguros para que se pueda pagar el reclamo.



# Preparación para recibir el alta

## Medicare

Este hospital es un proveedor aprobado de Medicare. Todos los servicios que se le facturan a Medicare siguen las pautas y los procedimientos federales. Medicare tiene una cláusula de COB. En el momento de recibir un servicio, se le harán preguntas para ayudar a determinar la compañía de seguros principal que pagará su visita. Esto se denomina como Cuestionario MSP (Medicare Secondary Payer, Medicare como Pagador Secundario) y es una exigencia de la legislación federal. Su ayuda al proporcionarnos información exacta nos permitirá facturarle a la compañía de seguros correcta.

Su seguro secundario cubre los montos deducibles y el coseguro de Medicare. Si usted no posee un seguro secundario, se le pedirá que pague estos montos o que establezca un plan de pago. Si usted no puede pagar estos montos, lo ayudaremos a determinar si califica para un programa financiado por el estado.

## Seguro comercial

A manera de servicio para nuestros clientes, le enviaremos un reclamo a su compañía de seguros comercial sobre la base de la información que usted nos proporcione al momento del registro. Es muy importante que nos proporcione toda la información relacionada, como su número de póliza, su número de grupo y la dirección postal correcta de su compañía de seguros.

## Para los pacientes que pagan sus propios gastos

El Departamento de Servicios Financieros del Paciente les enviará órdenes de pago a las cuentas que pagan sus propios gastos. Recibirá de dos a tres estados de cuenta y de dos a tres

llamadas durante un período de 90 días para obtener un pago o realizar arreglos de pago. Si no se establece ningún arreglo de pago y no se efectúa el pago durante el período de 90 días, la cuenta quedará a cargo de una agencia recaudadora. Si necesita un estado de cuenta detallado, puede obtenerlo llamando a nuestro departamento de servicio de atención al cliente al número que figura a continuación. Si tiene alguna pregunta con respecto a su estado de cuenta, puede comunicarse con el Departamento de servicios financieros del paciente, llamando al 818-496-4615.

## Después de recibir el alta

Su médico determina cuándo está listo para recibir el alta. El médico y el enfermero le brindarán las instrucciones del alta y responderán cualquier pregunta que tenga sobre el manejo de su tratamiento y de sus medicamentos una vez que esté en su hogar. Si se siente confundido o inseguro acerca de lo que debe hacer, de los medicamentos que debe tomar o de si debe restringir su dieta o sus actividades, no tenga miedo de preguntar y tomar notas.

Asegúrese de comprender las instrucciones que ha recibido antes de abandonar el hospital.

## ¿No tiene seguro?

Si necesita de ayuda con su factura del hospital, puede comunicarse con el Asesor financiero del hospital al 818-496-4615.

“La verdadera fuerza del mundo yace en la compasión.”

# Para el cuidador

*Su función como defensor del paciente*



**M**ientras su ser querido esté en el hospital, ¿quién lo representará? Usted puede hacerlo al convertirse en el defensor del paciente, que es la persona que ayudará al paciente a trabajar con los médicos, los enfermeros y el personal del hospital. Para ayudar a su ser querido a tomar las mejores decisiones con respecto a su atención y tratamiento, siga los consejos de la lista para el cuidador que se encuentra a la derecha.

Mientras se asegura de que se satisfagan las necesidades de su ser querido, no descuide las suyas propias. Cuidar a otra persona es un trabajo estresante que consume mucho tiempo. Es posible que descuide su dieta, su rutina habitual de ejercicios y sus necesidades de sueño. Es posible que descubra que tiene poco o nada de tiempo para estar con sus amigos, relajarse o simplemente estar solo durante un momento. Pero el tiempo de descanso es importante. No sea reacio a solicitar ayuda para cuidar a su ser querido. Aproveche las ofertas de sus amigos para ayudarlo e infórmese acerca de los programas locales para el cuidado diurno de personas adultas. Obtenga más información acerca de cómo puede aliviar el estrés de cuidar a otra persona ingresando a [www.caregiver.org](http://www.caregiver.org).

## **CUIDADOR...**

Sepa cuál es la afección por la que trata a su ser querido.

### **Derechos del paciente**

Sepa cuáles son los derechos y responsabilidades de su paciente. (Vea la página 10).

### **Instrucciones Anticipadas**

Sepa si su ser querido tiene o no una instrucción anticipada y, en caso que la tenga, qué específica. (Vea la página 16).

### **Haga preguntas**

Si su ser querido está demasiado enfermo para hacer preguntas o se muestra reacio, tome nota de sus inquietudes y de las que usted pueda tener y no tenga miedo de hablar al respecto (consulte ¡Hable! en la página 9).

### **Ayude a realizar un seguimiento de los medicamentos**

Es posible que le receten medicamentos a su ser querido mientras está en el hospital, como también es posible que lo revisen varios médicos. (Vea la página 32).

### **¿Qué está por venir?**

¿Su ser querido necesitará recibir atención en el hogar o en otro establecimiento? Solicite hablar con un administrador de casos para informarse acerca de sus opciones.

## Recursos para el cuidador

[www.aoa.gov](http://www.aoa.gov)

*Recursos para el cuidador de la Administración de asuntos sobre la vejez*

[www.caregiving.com](http://www.caregiving.com)

*Grupos de apoyo en línea y artículos sobre el trabajo del cuidador*

## Hijos de padres en proceso de envejecimiento

800-227-7294

[www.caps4caregivers.org](http://www.caps4caregivers.org)

*Información, derivaciones y apoyo para cuidadores de ancianos y personas con enfermedades crónicas*

## Localizador de atención para ancianos

800-677-1116

[www.eldercare.gov](http://www.eldercare.gov)

*Ayuda para localizar servicios para ancianos en todos los Estados Unidos*

## 800-MEDICARE

[www.medicare.gov](http://www.medicare.gov)

*Sitio oficial del gobierno de los Estados Unidos para las personas que tienen Medicare*

## National Alliance for Caregiving (Alianza Nacional de Cuidados Asistenciales)

[www.caregiving.org](http://www.caregiving.org)

*Apoyo para cuidadores de familiares y los profesionales que les prestan servicios*

## National Family Caregivers Association (Asociación Nacional de Familiares Cuidadores)

800-896-3650

[www.nfcacares.org](http://www.nfcacares.org)

*Apoyo para cuidadores de seres queridos con enfermedades crónicas, con discapacidades o ancianos.*



**No ser reacio a pedir ayuda en el cuidado de su ser querido!**





# Recursos

## Definiciones del personal

### Médicos

■ Su médico de atención primaria, un médico residente de guardia, o un hospitalista, supervisará su atención mientras se encuentre en el hospital.

### Enfermeros

En cada unidad de enfermería, una enfermera registrada es responsable de supervisar la atención del paciente y dirigir al personal de enfermería y de apoyo de la unidad. Las enfermeras registradas cuentan con la asistencia de auxiliares de enfermería y técnicos en enfermería. El personal de enfermería está disponible las 24 horas.

### Dietistas

**Ext. 61730**

Un dietista registrado revisará su registro médico y trabajará con su equipo de atención médica para desarrollar un plan de atención de la nutrición adecuado para usted. Los dietistas registrados también están disponibles para informarlo acerca de cualquier dieta que deba realizar cuando reciba el alta.

### Terapeutas de rehabilitación

**Ext. 64529**

Los terapeutas físicos, los terapeutas ocupacionales, los patólogos del habla y los audiólogos trabajarán con usted, con su familia y con su equipo médico para ayudarlo a alcanzar sus objetivos de recuperación. La terapia puede variar desde una breve consulta hasta una intervención a largo plazo, según el grado de sus lesiones o su enfermedad.

### Técnicos y tecnólogos

Profesionales médicos especializados realizan y asisten en procedimientos de laboratorio y de otro tipo, incluidas las radiografías, los mamogramas, el ultrasonido, las exploraciones por tomografía computada, el diagnóstico por imágenes de resonancia magnética, la

cateterización cardíaca, la terapia de radiación y otros procedimientos que ayudan a diagnosticar y a tratar su enfermedad o lesión.

### Trabajador social

**Ext. 64366**

Los administradores de caso revisarán su registro médico y hablarán con usted sobre la planificación de su alta. También están disponibles para ayudarlo a realizar los arreglos para la atención en el hogar, la admisión a un establecimiento de atención a largo plazo o la atención de rehabilitación.

Los trabajadores sociales ofrecen apoyo emocional, asesoramiento y orientación para ayudar a los pacientes y a sus familias a abordar los problemas económicos, sociales y emocionales relacionados con la enfermedad o la hospitalización.

### Farmacéuticos

**Ext. 64696**

Mientras esté en el hospital, todos sus medicamentos serán suministrados por los farmacéuticos del hospital. Ellos pueden responder cualquier pregunta que tenga acerca de los medicamentos.

### Capellán

**Ext. 64604**

El Capellán del hospital y un grupo de ministros voluntarios están a disposición de todos los pacientes y sus familias. También hay disponible un Ministro de oración para orar junto a los miembros del personal. Comuníquese con el enfermero para solicitar estos servicios. Una capilla se encuentra en el cuarto piso.

### Voluntarios

Los voluntarios colaboran con nuestro hospital durante miles de horas por año para mejorar la atención de los pacientes y sus familias. Ellos brindan su apoyo en todo el hospital, al colaborar en el mesón de informaciones, entregar correspondencia y flores, atender la tienda de regalos y acompañar a los pacientes.







“La ciencia es conocimiento organizado.  
La sabiduría es vida organizada.”



¡Lleve su lista de medicamentos  
a cada visita con el médico!

# Mis medicamentos

**Realice un seguimiento de todos los medicamentos que se le recetan mientras está en el hospital.**

Cuando llegue a su hogar añada todos los demás medicamentos a esta lista, incluidos los medicamentos de venta libre, las vitaminas y los herbarios. Actualice su lista según sea necesario.

**Medicamento:** \_\_\_\_\_

*(incluya los nombres de marca y los genéricos)*

Dosis: Tomar \_\_\_\_\_ veces por día a las *(marque con un círculo todas las opciones que correspondan):* 12-1 a.m. / 2-3 a.m. / 4-5 a.m. / 6-7 a.m. 8-9 a.m. / 10-11 a.m. / 12-1 p.m. / 2-3 p.m. / 4-5 p.m. / 6-7 p.m. / 8-9 p.m. / 10-11 p.m.

Motivo por el cual lo tomo: \_\_\_\_\_

Recetado por: \_\_\_\_\_ Fecha de inicio: \_\_\_\_\_

Nombre y número de la farmacia: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Medicamento:** \_\_\_\_\_

*(incluya los nombres de marca y los genéricos)*

Dosis: Tomar \_\_\_\_\_ veces por día a las *(marque con un círculo todas las opciones que correspondan):* 12-1 a.m. / 2-3 a.m. / 4-5 a.m. / 6-7 a.m. 8-9 a.m. / 10-11 a.m. / 12-1 p.m. / 2-3 p.m. / 4-5 p.m. / 6-7 p.m. / 8-9 p.m. / 10-11 p.m.

Motivo por el cual lo tomo: \_\_\_\_\_

Recetado por: \_\_\_\_\_ Fecha de inicio: \_\_\_\_\_

Nombre y número de la farmacia: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Medicamento:** \_\_\_\_\_

*(incluya los nombres de marca y los genéricos)*

Dosis: Tomar \_\_\_\_\_ veces por día a las *(marque con un círculo todas las opciones que correspondan):* 12-1 a.m. / 2-3 a.m. / 4-5 a.m. / 6-7 a.m. 8-9 a.m. / 10-11 a.m. / 12-1 p.m. / 2-3 p.m. / 4-5 p.m. / 6-7 p.m. / 8-9 p.m. / 10-11 p.m.

Motivo por el cual lo tomo: \_\_\_\_\_

Recetado por: \_\_\_\_\_ Fecha de inicio: \_\_\_\_\_

Nombre y número de la farmacia: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Medicamento:** \_\_\_\_\_

*(incluya los nombres de marca y los genéricos)*

Dosis: Tomar \_\_\_\_\_ veces por día a las *(marque con un círculo todas las opciones que correspondan):* 12-1 a.m. / 2-3 a.m. / 4-5 a.m. / 6-7 a.m. 8-9 a.m. / 10-11 a.m. / 12-1 p.m. / 2-3 p.m. / 4-5 p.m. / 6-7 p.m. / 8-9 p.m. / 10-11 p.m.

Motivo por el cual lo tomo: \_\_\_\_\_

Recetado por: \_\_\_\_\_ Fecha de inicio: \_\_\_\_\_

Nombre y número de la farmacia: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_