

La Planificación Para Su Salida:

Una lista de comprobación para los pacientes
y los cuidadores que se preparan para salir
de un hospital, asilo de ancianos, u otros
centros de atención

Nombre: _____



Planificación para Su Salida

Durante su estadía en un hospital, asilo de ancianos, u otras instituciones, el personal trabajará con usted para planificar su salida. Usted y su médico son miembros importantes del equipo de planificación. (Los médicos son miembros de la familia u otras personas que le ayudan después de la aprobación de su salida.) A continuación hay una lista de cosas importantes que usted debe saber para planificar una salida segura.

Instrucciones:

- Revise la lista con tiempo y a menudo durante su estadía.
- Hable con el personal (por ejemplo, un planificador, trabajador social, o una enfermera) sobre los temas que figuran en la lista.
- Marque la casilla situada junto a cada tema cuando usted o su cuidador lo termine.
- Use la página de notas para anotar información importante que necesita recordar.
- Omita los temas que no le aplican.

1. ¿Sabe usted dónde recibirá la atención y quien le ayudará a después de que le den de alta? Puede que esté en casa o en otro centro. <ul style="list-style-type: none">• Pregúntele al personal que le expliquen sus opciones y asegúrese de que entienden sus deseos.	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
2. ¿Entiende las condiciones de su salud? <ul style="list-style-type: none">• Pregunte lo que probablemente suceda con su salud.	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
3. ¿Sabes cuáles son los problemas y cómo manejarlos? <ul style="list-style-type: none">• Pregunte qué hacer y a quien llamar si tiene problemas.	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
4. ¿Sabe la función de cada uno de sus medicamentos recetados? ¿Entiende cómo tomarlas, y qué efectos secundarios pueden tener? <ul style="list-style-type: none">• Pregunte a quien puede llamar si usted tiene preguntas.• Dígale al personal que medicamentos prescritos, suplementos o medicinas sin receta tomó antes de llegar al hospital u otra institución.• Pregunte si debe continuar tomándolas después de darse de alta.	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador

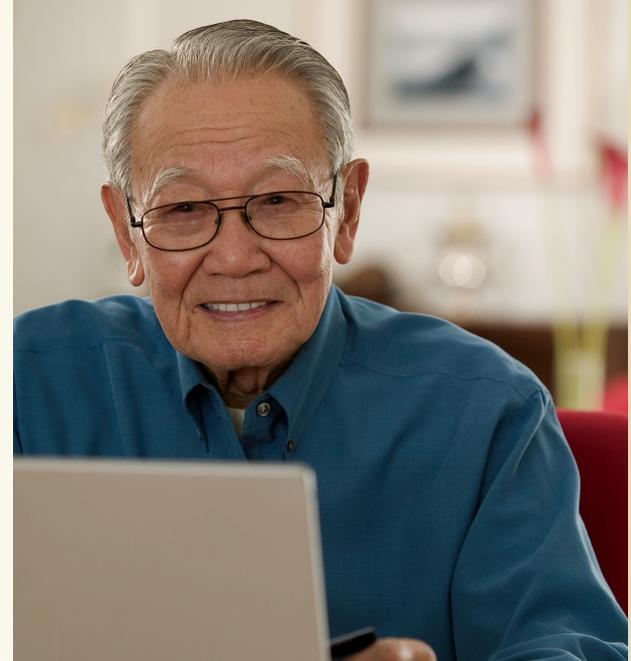
<p>5. ¿Sabe que equipo médico (como un andador) necesitará?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pregunte a quien puede llamar si usted tiene preguntas después de su salida. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>6. ¿Sabe con cuáles de los servicios, que aparecen a continuación, necesitará ayuda y por cuánto tiempo?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bañarse, vestirse, arreglarse, usar el baño • Compra de alimentos, preparar las comidas, tareas del hogar, pagar deudas • Llegar a las citas médicas, recoger medicamentos recetados 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>7. ¿Se siente cómodo haciendo otras tareas que requieren habilidades especiales como la utilización de equipo médico, el cambio de un vendaje, o dar una inyección?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pídale a alguien que le enseñe si no está seguro. Luego, muéstrelle que puede hacerlo. • Pregunte a quien puede llamar si usted tiene preguntas. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>8. Pregunta para el miembro de familia u otro cuidador: ¿Entiende que ayuda el paciente necesita de usted? (Esto puede ser una parte o la totalidad de los elementos de la pregunta 6 ó 7.) ¿Es usted capaz de dar esa ayuda?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si no es capaz de brindar esa ayuda, pídale al personal que cambien el plan de salida para que ambos reciban la ayuda que necesitan. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>9. ¿Está preocupado por la forma en que usted y su familia están sobrellevando su enfermedad?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida hablar con un terapeuta o averigüe sobre grupos de apoyo, si es necesario. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>10. ¿Sabe usted a que médico u otro proveedor de salud puede llamar si tiene preguntas o problemas?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escriba sus nombres y números de teléfono. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>11. ¿Sabe usted que citas médicas y pruebas necesitará en las próximas semanas?</p>	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>12. ¿Tiene usted instrucciones por escrito que entiende sobre su salida, su lista de medicamentos, así como un resumen de su estado de salud actual?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lleve esta información a sus citas de seguimiento. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador

<p>13. Si recibe servicios de una agencia de cuidado de la salud en el hogar, compare las agencias en su área.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visite www.medicare.gov/HHCompare/Home.asp. Las personas con Medicare también pueden llamar GRATIS al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Los usuarios con teléfono de texto (TTY) deben llamar al 1-877-486-2048. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>14. Si recibe servicios en un asilo de ancianos, compárelos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visite www.medicare.gov/NHCompare/Home.asp. Las personas con Medicare también pueden llamar GRATIS al 1-800-MEDICARE. Los usuarios con teléfono de texto (TTY) deben llamar al 1-877-486-2048. • Si es posible, visite los asilos de ancianos. Visite www.medicare.gov/Nursing/Checklist.pdf para más información acerca de lo que debe buscar cuando visite los asilos de ancianos. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>15. La parte trasera de esta lista tiene los nombres de las agencias que pueden ofrecerle a usted y a su cuidador más apoyo. Encuentre información sobre los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recursos en la comunidad para ayudarle a vivir en su hogar. • Otros recursos para ayudarle a decidir sobre el cuidado a largo plazo. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador
<p>16. ¿Entiende que parte de sus medicamentos, equipos y servicios serán cubiertos por su seguro y lo que usted tendrá que pagar?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida hablar con un trabajador social sobre los posibles recursos para ayudarle con pagos y el seguro. 	<input type="checkbox"/> Usted	<input type="checkbox"/> Un familiar u otro cuidador

***Nota importante:** Si usted tiene Medicare y está recibiendo servicios en un hospital u otra agencia de salud, tendrá derecho a pedir una revisión sobre la decisión, si cree que sus servicios fueron terminados antes de tiempo, por un revisor independiente llamado la Organización para el Mejoramiento de Calidad (QIO por su sigla en inglés). El QIO puede explicarle sus derechos de apelación. Para obtener el número del QIO en su estado, llame GRATIS al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Los usuarios con teléfono de texto (TTY) deben llamar al 1-877-486-2048.

Información Importante

Las siguientes agencias financiadas con fondos públicos pueden darle a usted y a su cuidador más información sobre los servicios comunitarios, como las entregas de comidas a domicilio y conducirlo a citas médicas. También pueden ayudarle a tomar decisiones sobre el cuidado a largo plazo. Pregúntele a un trabajador social en su ambiente del cuidado de la salud donde obtener más información sobre los servicios comunitarios y de apoyo.



Agencias de Asuntos sobre la Vejez (AAAs por sus siglas en inglés)

Los AAAs ayudan a los adultos de 60 años o más y a sus cuidadores. Para encontrar el AAA en su área, llame al “Eldercare Locator” al 1-800-677-1116 durante la semana de 9:00 a.m. a 8:00 p.m. (EST) o visite www.eldercare.gov.

Consortio de Recursos para Envejecientes e Incapacitados (ADRCs por sus siglas en inglés)

Los ADRCs ayudan a las personas de todas las edades y todo tipo de ingresos. Cuarenta y tres estados tienen ADRCs. Para saber si su área tiene un ADRC, visite www.adrc-tae.org.

Centros de Vida Independiente (CILs por sus siglas en inglés)

Los CILs ayudan a las personas con incapacidades. Visite www.ilru.gov/html/publications/directory/index.html para encontrar un directorio de estado por estado de los CILs.

Proyecto de Asistencia Técnica RESNA

El Proyecto de Asistencia Técnica RESNA tiene información sobre los equipos médicos y de otro tipo de tecnología asistiva. Llame a la Sociedad de Rehabilitación de Ingeniería y Tecnología de Ayuda de América del Norte (RESNA por su sigla en inglés) al (703) 524-6686 para obtener la información de contacto de su estado o visite <http://www.resna.org>.

Oficina Estatal de Medicaid

La oficina Estatal de Asistencia Médica (Medicaid) ofrece información sobre Medicaid. Para encontrar su oficina local, visite www.nasmd.org/links/links.asp. (Desplácese hasta la mitad de la página para ver un mapa interactivo de los Estados Unidos.) También puede llamar GRATIS al 1-800-MEDICARE, y diga, “Medicaid”.

Medicare

Para más información sobre el Programa Medicare, llame GRATIS al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). También puede visitar www.medicare.gov/LongTermCare/Static/Counseling.asp

*Mi Salud.
Mi Medicare.*

Notas

***Esta lista no es documento legal. Las normas oficiales del Programa Medicare están descritas en las leyes, reglamentos y disposiciones correspondientes.**