

Cómo hablar de su enfermedad con sus seres queridos y cuidadores

Talking about your illness with loved ones and caregivers

Este cuadernillo puede ayudarle a hablar con sus seres queridos acerca de su enfermedad y del futuro. Se basa en lo que ya ha hablado con su profesional clínico.

Hablar sobre su enfermedad con sus amigos y familiares quizá no sea fácil, pero les ayudará a comprender lo que es importante para usted. También les ayudará a brindarle apoyo y a respaldar sus decisiones.

Antes de hablar con sus seres queridos, piense en cuándo y dónde quiere hablar. Elija un momento y un sitio en el cual se sienta relajado/a. **Asegúrese de tener suficiente tiempo para hablar durante un rato.** Puede utilizar las palabras que se encuentran en esta guía o sus propias palabras, lo que sea más fácil para usted.



How you want to be treated.



Promoting wellness. Ensuring care.

CONSEJOS (TIPS):

Elija un momento en el que se sienta relajado/a y en el cual tenga tiempo para hablar.

Elija un lugar donde se sienta cómodo/a.

Puede leer en voz alta las palabras que se encuentran en negritas,

o puede utilizar sus propias palabras, lo que sienta que es mejor para usted.

Comience la conversación (Start the conversation)

Estoy bien en este momento, y aunque no hay prisa, mis médicos piensan que debemos empezar a hablar sobre mi atención futura.

Ellos creen que es mejor estar preparados y quieren saber cuáles son mis objetivos y mis deseos con respecto a la atención médica.

Ya que tú eres importante para mí, también me gustaría que formarás parte de la conversación.

Si en algún momento no puedo hablar por mí mismo/a, quiero que tú puedas tomar decisiones en mi lugar.

Consulte a su ser querido (Check in with your loved one)

COMPRESIÓN (UNDERSTANDING)

¿Qué es lo que entiendes ahora sobre el estado de mi enfermedad?

INFORMACIÓN (INFORMATION)

Sé que quizá no sea fácil, pero quiero compartir contigo información sobre mi enfermedad. ¿Está bien?

¿Cuánta información quieres que te dé sobre lo que probablemente ocurrirá?

Mi médico y yo hemos hablado sobre el pronóstico de mi enfermedad. ¿Puedo compartirlo contigo?

Comparta lo que es importante para usted (Share what is important to you)

OBJETIVOS Y DESEOS (GOALS & WISHES)

Me gustaría compartir algunos de mis objetivos que podrían afectar mis decisiones con respecto a mi atención médica. Algunas cosas que me gustaría hacer son...

EJEMPLOS: Conocer a mi nuevo nieto, celebrar mi próximo cumpleaños, etc.

TEMORES Y PREOCUPACIONES (FEARS & WORRIES)

Mis mayores temores y preocupaciones acerca de mi futuro con esta enfermedad son...

EJEMPLOS: No poder tomar decisiones por mí mismo/a o tener que pedirles a los demás que me ayuden con mis necesidades básicas.

HABILIDADES (ABILITIES)

No puedo imaginarme cómo sería no poder hacer ciertas cosas...

EJEMPLOS: No poder reconocer a las personas o interactuar con ellas, no poder cuidar de mí mismo/a, etc.

DECISIONES DIFÍCILES (TOUGH CHOICES)

Sé que quizá tengamos que escoger entre tratamientos que son difíciles de sobrellevar y contar con más tiempo.

EJEMPLOS: Estar en el hospital, tener una sonda alimentaria, vivir en una residencia de ancianos, tener un respirador artificial, más quimioterapia, etc.

Esto es lo que pienso acerca de esas opciones...

Planee hablar nuevamente (Plan to talk again)

¿Tienes alguna pregunta acerca de lo que hemos hablado?

Me gustaría hablar contigo acerca de mi enfermedad y atención médica conforme mi tratamiento continúa. ¿Está bien?

Sé que probablemente esta conversación no fue fácil. ¿Cómo te sientes ahora que hemos hablado?

¿Hay otras personas con las que debemos hablar?

