

# Planificación anticipada de la atención médica

para la toma de decisiones sobre su futuro

Cómo proporcionar legalmente instrucciones sobre su atención médica futura,  
si se vuelve incapaz de tomar decisiones o hablar por sí mismo



### **Agradecimiento**

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS, por sus siglas en inglés) agradece la revisión de la versión en inglés de este material realizada por:

**Shirley Otis-Green, MSW, MA, ACSW, LCSW, OSW-C, FNAP**

Collaborative Caring

Toluca Lake, CA

Esta publicación tiene como objetivo brindar información precisa y confiable con respecto al tema en cuestión. Es distribuida por la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS, por sus siglas en inglés) como un servicio público, entendiéndose que LLS no se dedica a prestar servicios médicos ni otros servicios profesionales.

# Contenido

- 4**    Introducción
- 5**    Reflexión, recolección de información  
y conversaciones
- 7**    Cómo definir sus voluntades anticipadas para  
la atención médica
- 11**   Preparación de su declaración de voluntades  
anticipadas
- 13**   Información sobre la atención al final de la vida
- 16**   Información y recursos

# Todos somos seres humanos.

Sucedan desastres naturales, se presentan emergencias médicas y ocurren accidentes.

No siempre podemos prevenir las emergencias, pero podemos prepararnos para enfrentarlas.

La planificación anticipada de la atención médica puede ofrecer tranquilidad.

Empiece por pensar y recopilar información sobre su atención médica futura. Este proceso lo ayudará a establecer sus prioridades y expresar

sus preferencias sobre la atención que recibiría si estuviera incapacitado, no pudiera tomar decisiones o estuviera acercándose al final de su vida. Comparta sus preferencias sobre la atención médica con su familia y cuidadores. Si las personas con quienes tiene relaciones cercanas entienden lo que usted desea, así como su razonamiento, estarán en mejores condiciones de apoyar sus decisiones.

## Introducción

Cuando una persona se convierte legalmente en un adulto, él o ella puede empezar el proceso de planificación anticipada de la atención médica y completar una declaración de voluntades anticipadas (advance directives, en inglés). La declaración de voluntades anticipadas (o instrucciones por adelantado) consiste en documentos legales que resumen sus preferencias en cuanto a la atención médica y sus voluntades para el final de la vida y designa a una persona para que tome decisiones médicas en su nombre, en caso de que usted no sea capaz de hablar por sí mismo.

Los aspectos importantes de la planificación anticipada de la atención médica incluyen:

---

Cualquier adulto puede participar en la planificación anticipada de la atención médica.

---

- Reflexionar sobre lo que es importante para usted en cuanto a sus valores, creencias y preferencias (por ejemplo, su calidad de vida)
- Obtener información sobre las consideraciones para el final de la vida y los riesgos ante los beneficios de las intervenciones médicas (vea la sección titulada *Intervenciones médicas* en la página 8)
- Hablar sobre sus voluntades para el final de la vida con su familia, con otras personas que son importantes para usted y con los miembros del equipo de profesionales médicos encargados de su atención
- Preparar los documentos de voluntades anticipadas, que incluyen:
  - Un testamento vital (living will, en inglés) y
  - Un poder notarial para decisiones médicas (medical power of attorney, en inglés)

Lo ideal es que estos documentos estén preparados antes de que usted tenga que afrontar una enfermedad grave o una emergencia médica. Puede obtener los formularios necesarios, así como orientación para preparar su declaración de voluntades anticipadas, de los miembros del equipo de profesionales médicos. También están disponibles en Internet (vea la sección titulada *Preparación de su declaración de voluntades anticipadas* en la página 11). No es necesario que un abogado prepare estos documentos.

## Reflexión, recolección de información y conversaciones

Puede ser difícil o incómodo pensar sobre sus propias necesidades futuras de atención médica y hablar sobre sus preferencias para el final de la vida con familiares, amigos cercanos y cuidadores. Sin embargo, la planificación anticipada de la atención médica se trata de tomar medidas para vivir tan bien como sea posible cada día. Piense sobre sus prioridades y metas para mantener una buena calidad de vida. Podría ser útil hacerse algunas preguntas, tales como:

- ¿Qué cree que le haría sentirse más cómodo a medida que se acerca al final de su vida?
- ¿Cuán importante es para usted mantener su independencia y ser autosuficiente?
- ¿Cuáles son sus prioridades al tomar decisiones sobre su atención médica futura (por ejemplo, manejo de síntomas, duración de la vida, calidad de vida)?
- ¿Cuáles son las actividades más importantes de la vida cotidiana que contribuirán a su calidad de vida (por ejemplo, poder llevar a cabo las tareas diarias, hablar con sus familiares y amigos y disfrutar de las comidas)?
- ¿Cuán importante es para usted estar en un ambiente hogareño a medida que su estado de salud empeora?
- ¿Qué consideraciones religiosas o espirituales son importantes para usted (por ejemplo, ciertos ritos o tradiciones religiosos o espirituales)?

---

Tómese un tiempo para reflexionar y hablar sobre sus preferencias en cuanto al final de la vida con sus familiares y seres queridos para que pueda determinar sus prioridades y establecer metas que guiarán su atención médica.

---

Las respuestas a estas preguntas pueden ayudarlo a establecer sus metas para la atención médica y a estructurar las conversaciones con sus familiares y cuidadores. Asegúrese de compartir sus metas, deseos y preferencias con el equipo de profesionales médicos encargados de su atención.

Para tomar decisiones fundamentadas y recibir la atención médica adecuada para usted, es importante que se sienta cómodo al pensar y hablar sobre la muerte y morir.

Pensar cuanto antes sobre la planificación anticipada de la atención médica le permitirá realizar el trabajo mental y emocional de establecer metas para la atención al final de la vida antes de que sea necesario.

Es importante hablar con sus seres queridos sobre sus deseos y las razones de las decisiones que ha tomado mientras que usted todavía se encuentre bien. Recuerde que sus seres queridos deberían respetar sus decisiones sobre la atención al final de la vida, incluso si no están de acuerdo. Sus decisiones son válidas, y sus preferencias son lo más importante.

### **Hay muchas herramientas disponibles para ayudarlo a tomar decisiones y facilitar las conversaciones sobre la atención al final de la vida.**

- “Go Wish Game™” (disponible en [www.gowish.org](http://www.gowish.org)) es un juego de naipes que ayuda a las personas a priorizar lo que será más importante para ellas durante la atención al final de la vida y luego a compartir esos sentimientos con sus familias. Usted puede comprar los naipes físicos para jugar el juego o puede jugarlo gratis por Internet. (El sitio web está en inglés, pero puede comprar una versión en español de los materiales usando los enlaces en <http://www.gowish.org/article.php/purchase>).
- Los siguientes materiales educativos y planillas también pueden servir para guiar las conversaciones:
  - El folleto titulado “Su Kit Para Iniciar la Conversación”, de The Conversation Project, es gratis y puede descargarse de <https://theconversationproject.org/wp-content/uploads/2017/02/ConversationProject-ConvoStarterKit-Spanish.pdf>.
  - Cinco Deseos, la versión en español de “Five Wishes®”, es un documento legal que guía a las personas en la planificación de la atención médica antes de que se enfrenten a una crisis de salud. (El sitio web está en inglés, pero la versión en español del documento está disponible para su compra en <https://fivewishes.org/shop/order/product/five-wishes>). El sitio web ofrece una guía gratuita sobre cómo hablar acerca de las decisiones con respecto a la atención médica y una guía de conversación para personas o familias.
  - “Voicing My Choices” es una guía de conversación que ayuda a los jóvenes que luchan contra una enfermedad grave a comunicarse con sus familiares, amigos y cuidadores sobre el tipo de atención que quieren ahora y en el futuro. (El sitio web está en inglés, pero la versión en español de la guía está disponible para su compra en <https://fivewishes.org/shop/order/product/voicing-my-choices>).

## Cómo definir sus voluntades anticipadas para la atención médica

Las voluntades anticipadas (advance directives, en inglés) son instrucciones sobre su atención médica futura si llegara un momento en el que ya no es capaz de hablar por sí mismo. Se recomienda que prepare su declaración de voluntades anticipadas antes de enfermarse o sufrir una emergencia.

La declaración de voluntades anticipadas consta de dos documentos legales, descritos a continuación:

- **Testamento vital** (living will, en inglés), un documento que resume sus deseos y detalla los tratamientos médicos que ha elegido tener disponibles como opciones en su caso. Solamente entra en vigencia cuando usted está incapacitado y no puede hablar por sí mismo.
- **Poder notarial para decisiones médicas** (medical power of attorney, en inglés), un documento que designa a una persona que está autorizada para tomar decisiones médicas en su nombre si usted no es capaz de hacerlo por sí mismo. Para referirse a esta persona a veces se usa el término “apoderado” de atención médica (healthcare agent, en inglés; consulte la sección titulada *Poder notarial para decisiones médicas* en la página 10).

Debería hacer lo siguiente con estos documentos:

- Completarlos y luego firmarlos (después de darles una consideración cuidadosa y tener conversaciones con sus seres queridos)
- Mantenerlos en un lugar accesible y seguro (usted guarda los originales y provee copias a su apoderado y al equipo de profesionales médicos encargados de su atención)
- Revisarlos periódicamente y actualizarlos, según sea necesario

### Planificación del patrimonio

Muchas personas también toman en cuenta la planificación del patrimonio al preparar su declaración de voluntades anticipadas. La planificación del patrimonio se ocupa de los asuntos financieros y prácticos que surgen al final de la vida. Aborda preguntas como las siguientes:

- ¿Qué pasará con sus propiedades?
- ¿Quién cuidará a sus hijos menores o a las personas a su cargo?
- ¿Cómo será su funeral?

Para obtener más información, consulte la publicación titulada *Guía rápida sobre planificación patrimonial* de Triage Center, disponible en <https://trialecancer.org/espanol>.

## ¿Por qué debería preparar los documentos de voluntades anticipadas?

Una declaración de voluntades anticipadas:

- Especificará sus deseos en cuanto a la atención médica si usted ya no puede hablar por sí mismo.
- Aliviará la carga, para sus familiares y seres queridos, de tener que tomar decisiones en un momento de crisis. Si usted no tiene preparada una declaración de voluntades anticipadas, es posible que sus familiares tengan que tomar decisiones médicas difíciles en su nombre. Si ellos no saben qué tipo de atención médica usted querría, se enfrentan con la posibilidad de tomar decisiones difíciles que pueden provocar culpa, arrepentimiento y tensión entre los familiares y cuidadores.

**Testamento vital.** También se usan otros términos para referirse al testamento vital, por ejemplo, directiva para médicos y declaración del paciente. El documento resume la atención médica que querría recibir si no fuera capaz de comunicarse después de una emergencia médica, estuviera inconsciente por mucho tiempo o de forma permanente, estuviera incapacitado o se encontrara al final de la vida. Su apoderado de atención médica (vea la sección titulada *Poder notarial para decisiones médicas* en la página 10) y los miembros del equipo de profesionales médicos usarán este documento para guiar la toma de decisiones sobre su atención. Su testamento vital no entra en vigencia sino hasta el momento en que usted no es capaz de tomar decisiones por sí mismo.

**Intervenciones médicas.** Las intervenciones médicas que podría abordar su testamento vital incluyen:

- Soporte vital
  - El uso de equipos para mantener la vida, tales como aparatos de diálisis, ventiladores mecánicos y máscaras respiratorias, se denomina soporte vital.
  - Usted puede estipular en su testamento vital que opta por no recibir este tipo de intervención.
- Reanimación cardiopulmonar (CPR, por sus siglas en inglés)
  - La reanimación cardiopulmonar es un procedimiento de emergencia que se emplea cuando el corazón deja de latir o la persona deja de respirar. El procedimiento trata de reanimar el corazón o reiniciar la respiración. La reanimación cardiopulmonar combina el masaje cardíaco (compresiones torácicas) y la ventilación mecánica, y podría incluir electrochoque (desfibrilación) y medicamentos.

- Una orden de no reanimar o de permitir la muerte natural (DNR y AND respectivamente, por sus siglas en inglés) indica a los profesionales médicos que no se debe intentar la reanimación cardiopulmonar. Si esta opción refleja su planificación para la atención al final de la vida, su médico puede escribir la orden de no reanimar (o de permitir la muerte natural) e incorporarla a su historia clínica.
- Intubación
  - La intubación es la colocación de un tubo que se introduce a través de la nariz o de la boca para ayudarlo a respirar. Lo más probable es que usted esté sedado.
  - Una orden de no intubar (DNI, por sus siglas en inglés) indica al personal médico que a usted no se le debe intubar. Su médico puede escribir la orden de no intubar e incorporarla a su historia clínica.
- Nutrición e hidratación artificial
  - Si usted no puede comer ni beber, pueden administrarse productos nutritivos y/o líquidos por vía intravenosa o mediante una sonda de alimentación. Al final de la vida, tal vez elija renunciar a la opción de recibir nutrición e hidratación artificial si el tratamiento no ofrecerá ninguna mejoría en su estado físico. Sin embargo, nunca se le negarán alimentos ni líquidos si desea (y puede) comer o beber.

## CONSEJOS

- Usted puede cambiar de idea en cualquier momento y actualizar los términos de su testamento vital.
- Usted siempre tiene derecho a rechazar (o suspender) el tratamiento, a pesar de las disposiciones especificadas en su testamento vital.
- Incluso si tiene preparado un testamento vital, usted puede expresar preferencias nuevas o actualizadas a los miembros del equipo de profesionales médicos encargados de su atención y a su apoderado. Sin embargo, es importante actualizar su testamento vital tan pronto como sea posible.
- Al final de la vida, siempre le darán tratamiento para aliviar el dolor y atención para su comodidad.

También puede incluir instrucciones para la donación de sus órganos y/o tejidos.

**Riesgos y beneficios de las intervenciones médicas.** Las intervenciones médicas resumidas anteriormente se emplean en muchas situaciones diferentes. En caso de una crisis de salud o una emergencia, estas intervenciones pueden estabilizar su condición a fin de que, si usted está recibiendo tratamiento para una enfermedad o afección, pueda continuar con su régimen de tratamiento. Un régimen de tratamiento eficaz podría dar lugar a una recuperación significativa con una buena calidad de vida.

Si no se dispone de tratamiento para la enfermedad subyacente, afección o lesión, estas intervenciones médicas podrían prolongarle la vida, pero puede que no den lugar a una recuperación significativa. Las intervenciones médicas también conllevan riesgos que pueden disminuir su calidad de vida. Por ejemplo, las compresiones torácicas de la reanimación cardiopulmonar pueden producir fracturas de las costillas. El equilibrio entre los riesgos y beneficios cambia según su estado de salud general, diagnóstico y pronóstico. Hable sobre las intervenciones médicas con los miembros del equipo de profesionales médicos encargados de su atención.

**Poder notarial para decisiones médicas.** Este documento nombra a una persona para que tome decisiones médicas en su nombre, si usted no es capaz de hacerlo por sí mismo. Usted puede designar a alguien a quien le otorgue el poder notarial para decisiones médicas. (Tenga en cuenta que un poder notarial para decisiones médicas no es lo mismo que el poder notarial por el cual se nombra a la persona que se ocupará de sus asuntos legales y financieros).

A menudo se usan los siguientes términos para denominar a la persona a quien se le otorga el poder notarial (o poder notarial “duradero”) para decisiones médicas: apoderado, delegado o representante de atención médica (“healthcare agent,” “healthcare proxy” y “healthcare representative” respectivamente, en inglés). Todos se refieren a la persona apoderada para tomar decisiones médicas en su nombre.

Las decisiones que esta persona (su apoderado de atención médica) tome en su nombre se basarán en los términos de su testamento vital. En algunos estados, el apoderado no tiene que cumplir sus deseos tal como lo establece su testamento vital; por eso es importante que se sienta seguro de que la persona que ha elegido como su apoderado entienda y respete sus decisiones.

**Otorgamiento del poder notarial para decisiones médicas.** Cuando decida a quién le otorgará el poder notarial para decisiones médicas, tenga en cuenta que esta persona (su apoderado) debe:

- Ser capaz de abogar por usted y tomar decisiones en su nombre, incluso si otras personas no están de acuerdo con sus deseos
- Sentirse cómodo al hablar con usted sobre la atención médica y los asuntos relacionados con el final de la vida
- Sentirse cómodo al hablar con los miembros del equipo de profesionales médicos y sus seres queridos sobre la atención médica y los asuntos relacionados con el final de la vida

Su apoderado de atención médica:

- No tiene que ser su cónyuge ni su pariente más cercano.
- No puede ser un miembro del equipo de profesionales médicos encargados de su atención.

Usted también puede designar a otra persona que pueda tomar decisiones en su nombre si, por alguna razón, su apoderado no puede cumplir con esta responsabilidad. Si no hay una persona designada a quien le ha otorgado el poder notarial para decisiones médicas, se nombrará a alguien como su apoderado y esta persona estará autorizada para tomar decisiones médicas en su nombre (según lo establezcan las leyes de su estado).

## Preparación de su declaración de voluntades anticipadas

Pida información a los miembros del equipo de profesionales médicos sobre las voluntades anticipadas (instrucciones por adelantado), y solicite los documentos pertinentes para el estado en que vive. Los requisitos para la ejecución de las voluntades anticipadas son diferentes en cada estado. Para obtener información sobre las voluntades anticipadas, consulte los siguientes recursos:

- La Organización Nacional de Hospicios y Cuidado Paliativo tiene información en su sitio web sobre la planificación anticipada de la atención médica, además de información sobre cómo planificar y guardar su declaración de voluntades anticipadas. También hay un enlace que le permite descargar los formularios necesarios para preparar los documentos de voluntades anticipadas en su estado. Para obtener más información, visite [www.caringinfo.org](http://www.caringinfo.org) (en inglés).
- PREPARE™ Su Cuidado Médico es un programa con videos que ofrece información detallada paso a paso sobre las voluntades anticipadas y formularios de fácil lectura para la preparación de los documentos de voluntades anticipadas en todos los estados. Para obtener más información, visite <https://prepareforyourcare.org/welcome>.

**¿Qué hago con mis documentos de voluntades anticipadas?** Guarde los originales de sus documentos de voluntades anticipadas en un lugar seguro y accesible. Entregue copias al equipo de profesionales médicos encargados de su atención para que las incluyan en sus registros médicos, así como a la persona a quien se le otorgó el poder notarial para decisiones médicas (su apoderado). Si se hacen cambios en sus documentos de voluntades anticipadas, entregue copias actualizadas al equipo de profesionales médicos y a su apoderado.

## CONSEJO

El personal de emergencia/ primera respuesta (las personas que lo asistirían en una emergencia) se encargan de ofrecer atención inmediata para salvarle la vida. Incluso si tiene un testamento vital, el personal de emergencia se valdrá de intervenciones médicas para estabilizarlo en caso de una emergencia médica o accidente. Una vez que haya sido estabilizado, si no puede comunicarse, los miembros del equipo de profesionales médicos y su apoderado usarán los términos establecidos en su testamento vital para guiar la toma de decisiones en cuanto a su atención continua.

**¿Se puede cambiar alguna vez mi declaración de voluntades anticipadas?** Los documentos de voluntades anticipadas se pueden cambiar o actualizar en cualquier momento. De hecho, es una buena práctica revisarlos periódicamente, especialmente después de acontecimientos importantes de la vida, tales como un nacimiento o muerte en la familia, matrimonio o divorcio, o después de un diagnóstico médico nuevo. También es importante asegurarse de que la información de contacto siga siendo correcta. Puede que quiera actualizar sus prioridades y deseos para que reflejen los cambios en su situación o perspectiva, y/o designar a otra persona a quien le otorgue el poder notarial para decisiones médicas.

## Información sobre la atención al final de la vida

### El paradigma de las órdenes médicas para el tratamiento de soporte vital (POLST, por sus siglas en inglés).

La sigla POLST, correspondiente a “physician orders for life-sustaining treatment”, se refiere a las órdenes médicas para la atención de una persona que tiene una enfermedad grave progresiva o que se acerca al final de la vida. A veces se usa también el término “medical orders for life-sustaining treatment” (MOLST), entre otros términos, para referirse a estas órdenes médicas, según el estado en que vive. El formulario POLST lo completa el médico con su aporte o el de su apoderado de atención médica. El formulario especifica los tratamientos que quiere recibir durante una emergencia médica. El manejo del dolor y la atención para la comodidad siempre serán prioridad. Según sus preferencias y prioridades para la atención al final de la vida, usted puede optar por rechazar otras intervenciones médicas. Los formularios POLST son diferentes en cada estado, y no todos los estados cuentan con un formulario estandarizado. Para obtener más información, visite <https://polst.org/programs-in-your-state/>. (El sitio web está en inglés. Existen versiones en español para ayudar a los profesionales médicos a explicar el formulario POLST a los pacientes y sus seres queridos, pero se debe completar y firmar la versión en inglés para que el personal de emergencia y los profesionales médicos puedan cumplir las órdenes).

Lo ideal sería que todas las personas tengan preparados los documentos de voluntades anticipadas. Sin embargo, el formulario POLST completo y firmado solamente se prepara para las personas con una enfermedad grave y progresiva (por ejemplo, la enfermedad de Alzheimer) o que se acercan al final de la vida.

### Diferencias entre un formulario POLST y un testamento vital

Formulario POLST	Testamento vital
Lo completa el médico (se trata de órdenes médicas)	Lo completa el paciente (documento legal)
Lo debe seguir el personal de emergencia/ primera respuesta	No está disponible para el personal de emergencia/primera respuesta
Para pacientes con enfermedades progresivas y terminales	Para todos los adultos, independientemente de su estado de salud

Un formulario POLST podría abordar decisiones sobre:

- Intentar la reanimación cardiopulmonar (CPR, por sus siglas en inglés; vea la página 8)
- Intubación y respiración mecánica (vea la página 9)
- Nutrición e hidratación artificial (vea la página 9)
- Uso de antibióticos
- Manejo del dolor
- Traslado a una sala de emergencia u hospital

Su médico completará su formulario POLST según sus preferencias de tratamiento. Las órdenes en un formulario POLST pueden cancelarse en cualquier momento, o se puede actualizar cualquier orden.

Para obtener más información, visite <https://polst.org> (en inglés).

## Consejos para hablar con los miembros del equipo de profesionales médicos sobre la atención médica cuando se acerca el final de la vida

- Pídale información sobre su afección médica y lo que puede esperar a medida que progrese la enfermedad.
- Use sus metas de tratamiento y sus valores y prioridades como guía de sus decisiones. Si tiene un formulario POLST firmado, pídale que le expliquen la forma en que cada tratamiento estipulado en las órdenes complementa sus metas y prioridades de atención médica.
- Obtenga más información sobre los cuidados paliativos (atención de apoyo) y las opciones de cuidados para pacientes terminales (lo que se denomina cuidados de hospicio o “hospice care”, en inglés) que están disponibles en su caso.
  - La atención paliativa es la atención médica especializada que se concentra en aliviar el dolor, los síntomas, los efectos secundarios y el estrés emocional/espiritual causados por una enfermedad grave. Los cuidados paliativos pueden implementarse junto con los tratamientos en curso para mejorar la calidad de vida del paciente. Esta atención es una opción adecuada para cualquier persona que padezca una enfermedad grave, independientemente de su edad, la etapa de la enfermedad o el pronóstico. **Visite [www.LLS.org/materiales](http://www.LLS.org/materiales) para acceder a la publicación gratuita de LLS titulada *Atención paliativa*.**
  - Los cuidados de hospicio se inician solamente después de que se suspende el tratamiento de una enfermedad. Estos cuidados incluyen la atención para la comodidad y el apoyo a los pacientes y los familiares. Abordan las necesidades físicas, emocionales y espirituales específicas de los pacientes que se acercan al final de la vida.

Para obtener más información sobre los cuidados de hospicio, visite el sitio web de la Fundación de Hospicios de Estados Unidos en **<https://hospicefoundation.org>** y de la Organización Nacional de Hospicios y Cuidado Paliativo en **[www.nhpco.org](http://www.nhpco.org)** (ambos sitios web están en inglés).

## Información y recursos

LLS ofrece información y servicios en forma gratuita a los pacientes y familias afectados por el cáncer de la sangre. En esta sección se enumeran diversos recursos que le pueden ser de ayuda. Use esta información para informarse, preparar y hacer preguntas y para aprovechar al máximo el conocimiento y las habilidades de los miembros del equipo de profesionales médicos.

### Para obtener información y ayuda

**Consulte con un Especialista en Información.** Los Especialistas en Información de LLS son enfermeros, educadores en salud y trabajadores sociales titulados a nivel de maestría y especializados en oncología. Ellos ofrecen información actualizada sobre las enfermedades de la sangre y las opciones de tratamiento. Algunos Especialistas en Información hablan español, y se ofrecen servicios de interpretación. Para obtener más información:

- Llame al (800) 955-4572 (Lun-Vie, de 9 a.m. a 9 p.m., hora del Este)
- Envíe un correo electrónico a [infocenter@LLS.org](mailto:infocenter@LLS.org)
- Visite [www.LLS.org/especialistas](http://www.LLS.org/especialistas)

Comuníquese con un Especialista en Información si tiene preguntas sobre los programas y recursos resumidos a continuación. También puede encontrar información en [www.LLS.org/espanol](http://www.LLS.org/espanol).

**Centro de Apoyo para Ensayos Clínicos.** Hay investigaciones en curso para desarrollar nuevas opciones de tratamiento para los pacientes. LLS ayuda a los pacientes en comprender, identificar y acceder a los ensayos clínicos. En casos apropiados, los pacientes y sus cuidadores pueden consultar con enfermeros orientadores que los ayudarán a hallar ensayos clínicos y los asistirán personalmente durante todo el proceso del ensayo clínico. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/ensayos](http://www.LLS.org/ensayos).

**Materiales informativos gratuitos.** LLS ofrece publicaciones gratuitas en inglés y en español con fines de educación y apoyo. Puede acceder a estas publicaciones por Internet en [www.LLS.org/materiales](http://www.LLS.org/materiales). También puede pedir copias impresas que se envían por correo.

**Asistencia económica.** LLS ofrece asistencia económica a las personas con cáncer de la sangre. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/asuntos-financieros](http://www.LLS.org/asuntos-financieros).

**Programa de Asistencia para Copagos.** A los pacientes que reúnen los requisitos del programa, LLS ofrece asistencia económica para las primas del seguro médico y los copagos de medicamentos. Para obtener más información:

- Llame al (877) 557-2672
- Visite [www.LLS.org/copagos](http://www.LLS.org/copagos)

**Consultas personalizadas sobre la nutrición.** Aproveche el servicio gratuito de consultas personalizadas con un dietista registrado que cuenta con experiencia en nutrición oncológica. Los dietistas pueden ofrecer asistencia a las personas que llaman con las estrategias de alimentación saludable, el manejo de los efectos secundarios y la nutrición para la supervivencia, así como otros recursos de nutrición. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/nutricion](http://www.LLS.org/nutricion).

**Programas educativos por teléfono/Internet.** LLS ofrece programas educativos en forma gratuita por teléfono, Internet y video para los pacientes, cuidadores y profesionales médicos. Algunos de estos programas están disponibles en español. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/programs](http://www.LLS.org/programs) (en inglés).

**Podcast.** La serie de podcasts, llamada *The Bloodline with LLS*, se ofrece para recordarle que luego del diagnóstico, surge la esperanza. Escuche a pacientes, cuidadores, defensores, médicos y otros profesionales de la salud que hablan sobre los diagnósticos, opciones de tratamiento, asuntos de calidad de vida, efectos secundarios de los tratamientos, comunicación entre pacientes y sus médicos y otros temas importantes relacionados con la supervivencia. Para obtener más información y para suscribirse, visite [www.LLS.org/TheBloodline](http://www.LLS.org/TheBloodline) (en inglés).

**Lectura sugerida.** LLS ofrece una lista de publicaciones que se recomiendan para los pacientes, cuidadores, niños y adolescentes. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/SuggestedReading](http://www.LLS.org/SuggestedReading) (en inglés).

**Formación continua.** LLS ofrece programas gratuitos de formación continua a los profesionales médicos. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/ProfessionalEd](http://www.LLS.org/ProfessionalEd) (en inglés).

**Servicios de interpretación.** Informe a su médico si necesita los servicios de un intérprete que hable español o algún otro tipo de asistencia, tal como un intérprete del lenguaje de señas. A menudo, estos servicios están disponibles durante las citas médicas y las emergencias sin costo para los pacientes y sus familiares y cuidadores.

## Recursos comunitarios y establecimiento de contactos

**Comunidad de LLS.** Esta ventanilla única virtual es el sitio para comunicarse con otros pacientes y recibir la información y recursos más recientes en relación con el cáncer de la sangre. Puede compartir sus experiencias con otros pacientes y cuidadores y obtener apoyo personalizado del personal capacitado de LLS. Para inscribirse, visite [www.LLS.org/community](http://www.LLS.org/community) (en inglés).

**Sesiones de conversación (chats) semanales por Internet.** Estos chats moderados pueden ofrecer oportunidades para obtener apoyo y ayudar a los pacientes con cáncer a conectarse y compartir información. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/chat](http://www.LLS.org/chat) (en inglés).

**Oficinas regionales de LLS.** LLS ofrece apoyo y servicios comunitarios a través de su red de oficinas regionales en los Estados Unidos y Canadá, entre ellos, el *Programa Primera Conexión de Patti Robinson Kaufmann* (que facilita la comunicación entre pacientes que tienen las mismas enfermedades), grupos de apoyo en persona y otros recursos valiosos. Para obtener más información sobre estos programas, o si necesita ayuda para localizar la oficina de LLS más cercana:

- Llame al (800) 955-4572
- Visite [www.LLS.org/ChapterFind](http://www.LLS.org/ChapterFind) (en inglés)

**Otras organizaciones útiles.** LLS ofrece una lista extensa de recursos para los pacientes y sus familias. Hay recursos relacionados con la asistencia económica, la orientación psicológica, el transporte y la atención del paciente, entre otras necesidades. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/ResourceDirectory](http://www.LLS.org/ResourceDirectory) (en inglés).

**Defensa de derechos.** Con la ayuda de voluntarios, la Oficina de Políticas Públicas de LLS aboga por políticas y leyes que promueven el desarrollo de nuevos tratamientos y mejoran el acceso a una atención médica de calidad. Para obtener más información:

- Llame al (800) 955-4572
- Visite [www.LLS.org/advocacy](http://www.LLS.org/advocacy) (en inglés)

## Ayuda adicional para poblaciones específicas

**Información para los veteranos.** Los excombatientes que estuvieron expuestos al agente naranja mientras prestaban servicio en Vietnam podrían reunir los requisitos para obtener ayuda del Departamento de Asuntos de los Veteranos de los Estados Unidos.

Para obtener más información:

- Llame al (800) 749-8387
- Visite [www.publichealth.va.gov/exposures/agentorange](http://www.publichealth.va.gov/exposures/agentorange) (en inglés)

**Sobrevivientes del World Trade Center.** Las personas afectadas directamente por los ataques terroristas del 11 de septiembre de 2001, que posteriormente recibieron un diagnóstico de cáncer de la sangre, podrían reunir los requisitos para obtener ayuda del Programa de Salud World Trade Center. Entre las personas que reúnen los requisitos se incluyen:

- El personal de emergencia que estuvo en el área del World Trade Center
- Los trabajadores y voluntarios que ayudaron con el rescate, la recuperación y la limpieza de los lugares relacionados con el ataque al World Trade Center en la ciudad de Nueva York
- Los sobrevivientes que estuvieron en el área del desastre en la ciudad de Nueva York, o que vivían, trabajaban o estaban asistiendo a una escuela en el área
- El personal de emergencia en el Pentágono y en Shanksville, PA

Para obtener más información:

- Llame al (888) 982-4748
- Visite [www.cdc.gov/wtc/faq.html](http://www.cdc.gov/wtc/faq.html) (en inglés)  
Hay información en español sobre los requisitos del programa y el proceso de solicitud, así como una solicitud por Internet, en [www.cdc.gov/wtc/apply\\_es.html](http://www.cdc.gov/wtc/apply_es.html).

**Personas que sufren de depresión.** El tratamiento de la depresión tiene beneficios para los pacientes con cáncer. Consulte con un profesional médico si su estado de ánimo no mejora con el tiempo, por ejemplo, si se siente deprimido todos los días durante un período de dos semanas. Para obtener más información, comuníquese con el Instituto Nacional de la Salud Mental (NIMH, por sus siglas en inglés):

- Llame al (866) 615-6464
- Visite [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov)  
Escriba “depresión” en la casilla de búsqueda para obtener enlaces a información en español sobre la depresión y su tratamiento.

**Comentarios.** Para ofrecer sugerencias sobre esta publicación, visite [www.LLS.org/comentarios](http://www.LLS.org/comentarios).





Para obtener apoyo,  
pida ayuda a nuestros

## **ESPECIALISTAS EN INFORMACIÓN**

El equipo de la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma está compuesto por enfermeros, educadores en salud y trabajadores sociales titulados a nivel de maestría y especializados en oncología. Están disponibles por teléfono de lunes a viernes, de 9 a.m. a 9 p.m. (hora del Este).

- Apoyo personalizado e información sobre los tipos de cáncer de la sangre
- Orientación sobre las preguntas que puede hacerle a su médico
- Información sobre los recursos de ayuda económica para pacientes
- Búsquedas personalizadas de ensayos clínicos

**Comuníquese con nosotros al  
800-955-4572 o en  
[www.LLS.org/  
especialistas](http://www.LLS.org/especialistas)**

(puede solicitar los servicios de un intérprete)



Para obtener más información, comuníquese con nuestros Especialistas en Información al **800.955.4572** (se ofrecen servicios de interpretación a pedido).

**BEATING  
CANCER  
IS IN  
OUR BLOOD.**

**The Leukemia & Lymphoma Society** 3 International Drive, Suite 200, Rye Brook, NY 10573

La misión de la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS, por sus siglas en inglés) es curar la leucemia, el linfoma, la enfermedad de Hodgkin y el mieloma y mejorar la calidad de vida de los pacientes y sus familias.

Para obtener más información, visite [www.LLS.org/espanol](http://www.LLS.org/espanol).