



Testamento en vida y otras instrucciones anticipadas

Ponga por escrito sus preferencias de atención a la salud para los momentos en que usted no pueda expresarlas por sí mismo

Este folleto proporciona información básica acerca de los testamentos en vida y otro tipo de instrucciones anticipadas.

¿Qué son las instrucciones anticipadas?

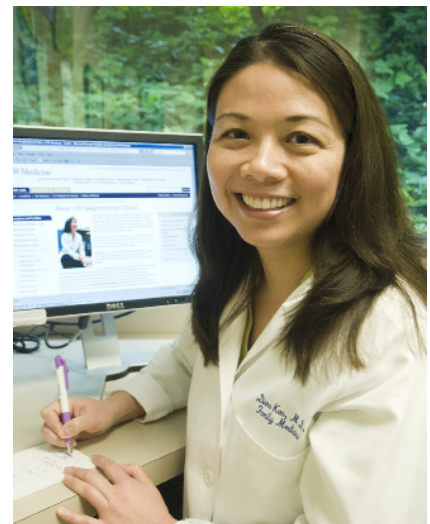
Las *instrucciones anticipadas* son documentos legales que manifiestan sus preferencias acerca de la atención a su salud si usted no puede expresarlas por sí mismo. Usted llena estos formularios "con anticipación" para que su familia, amigos y proveedores de atención a la salud sepan qué tipo de atención a la salud usted quisiera y no quisiera recibir.

Las instrucciones anticipadas no son sólo para los adultos mayores. Eventos inesperados pueden ocurrir a cualquier edad, de modo que es importante que todos los adultos tengan instrucciones anticipadas. Cualquier persona de 18 años de edad o mayor puede preparar instrucciones anticipadas.

¿Qué tipo de atención quisiera recibir si estuviera demasiado enfermo o demasiado malherido para expresar sus deseos?

Las *instrucciones anticipadas para la atención a la salud* son sus instrucciones por escrito acerca de sus preferencias de atención médica. Pueden hacer cosas tales como describir qué tratamiento preferiría recibir si tiene un accidente o enfermedad graves y no puede expresarse por sí mismo – por ejemplo, si está en estado de coma.

El tener instrucciones por escrito puede ayudar a reducir la confusión o controversia entre los miembros de su familia y los proveedores de atención a la salud. Su familia y los médicos están obligados por ley a seguir los mandatos en sus instrucciones anticipadas si usted no puede expresar sus deseos.



Sus médicos están obligados por ley a seguir los mandatos en sus instrucciones anticipadas si usted no puede expresar sus deseos.

Tipos de instrucciones anticipadas

Hay varios tipos de instrucciones anticipadas. Algunos de los más comunes son:

Testamento en vida

Su testamento en vida manifiesta qué tratamientos médicos y medidas desea y no desea si está en una situación de vida o muerte. En algunos estados, los testamentos en vida se llaman *instrucciones para atención a la salud* o *declaraciones para atención de la salud*.

Su testamento en vida podría especificar si usted quisiera:

- Diálisis para filtrar la orina, si sus riñones dejan de funcionar
- Una máquina de respiración (*ventilador*), si sus pulmones dejan de funcionar
- Ser *resucitado* (recibir CPR), si usted deja de respirar o su corazón deja de latir
- Ser alimentado a través de un tubo, si no puede comer o beber por sí mismo
- Donar sus órganos u otros tejidos del cuerpo después de su muerte

Por favor tome nota que un testamento en vida NO es lo mismo que la última voluntad y testamento. La última voluntad y el testamento manifiestan cómo una persona desea que se distribuya su dinero y otros bienes cuando muera.

Poder duradero para atención a la salud

Su *poder duradero para atención a la salud* nombra a una persona para que tome las decisiones médicas por usted si usted no puede tomar estas decisiones. Esta persona es su *agente de atención a la salud* o *apoderado*. Usted también puede nombrar a una segunda persona como su agente de atención a la salud en caso de que la primera persona que nombre no pueda cumplir esta función.

El poder duradero para atención a la salud se llama algunas veces *poder médico*. Este **NO** es lo mismo que un poder financiero. (Un poder financiero es una persona que usted elige para que tome decisiones financieras por usted si usted no puede tomar esas decisiones por sí mismo).

Orden de no resucitar

Una *orden de no resucitar* (do not resuscitate - DNR) es una solicitud de **no** recibir *resucitación cardiopulmonar* (CPR) si su corazón deja de latir o si usted deja de respirar. Las instrucciones anticipadas no tienen que incluir una orden de no resucitar (DNR). No es necesario que usted tenga una instrucción anticipada para tener una orden de no resucitar. Su médico puede poner una orden de no resucitar en su historial médico si usted lo solicita.

La orden de no resucitar DNR también se puede llamar DNAR, lo cual significa *no intentar resucitación*. Sepa que su equipo de atención a la salud seguirá manteniéndole cómodo si tiene una orden de no resucitar DNR.

Orden del Médico para Tratamiento de Soporte Vital

El formulario *Orden del Médico para Tratamiento de Soporte Vital* (Physician Order for Life-Sustaining Treatment - POLST) es un tipo reciente de instrucción anticipada. Es un formulario de 2 caras con casillas para marcar que indican sus deseos. Tiene que ser firmado por un médico, enfermera practicante (NP), o auxiliar médico (PA) para ser válido.

Un formulario POLST firmado ayuda a garantizar que se lleven a cabo sus deseos para atención al final de su vida, sin importar en qué establecimiento de atención a la salud usted se encuentre. Va con usted de un entorno de atención a la salud a otro y actúa como un conjunto de órdenes del médico.

Mantenga su formulario POLST llenado y firmado en casa, en un lugar donde se lo pueda encontrar fácilmente, tal como sobre el refrigerador, en su botiquín o en su mesa de noche. Las órdenes en el formulario son válidas si usted recibe atención médica en casa o en un hospital, clínica de convalecencia, establecimiento de atención de largo plazo o cualquier otro entorno de atención a la salud.

Si se le admite a UWMC y tiene un formulario POLST que indique que usted no desea resucitación cardiopulmonar CPR si se detienen su corazón o su respiración, muéstrele su formulario a su médico para que se pueda iniciar su orden de no resucitar (véase “Orden de no resucitar” en la página 2). UWMC honrará su formulario POLST hasta que recibamos órdenes de no resucitar por escrito de su médico.

Un formulario POLST no reemplaza otras instrucciones anticipadas, tales como un testamento en vida o poder duradero para atención a la salud. Usted no necesita estas instrucciones para tener un formulario POLST, pero se recomienda que las tenga.

Planificación para la atención al final de la vida y otros asuntos de atención a la salud

No es fácil hablar acerca de las lesiones, enfermedad y la muerte. Sin embargo, planificar con anticipación asegura que usted reciba el tipo de atención médica que quisiera. También significa que su familia no tendrá que adivinar lo que usted quisiera.

Puede empezar por decirles a sus seres queridos que usted está creando instrucciones anticipadas. Explique sus sentimientos acerca de la atención médica y lo que usted quisiera hacer en situaciones específicas.

Es posible que usted desee alentar a sus padres u otros miembros de la familia a que creen sus propias instrucciones anticipadas. Explique que es importante para usted y el resto de la familia saber lo que quisieran. A menudo, ayuda hablar sobre el tema de manera práctica y tranquilizadora.

Tenga en cuenta que un testamento en vida no puede cubrir todas las situaciones que pudieran surgir. Debido a esto, es posible que usted también desee un *poder duradero para atención a la salud*. Esta persona es su *agente de atención a la salud* y se guiará por su testamento en vida, pero también podrá tomar decisiones por usted. Esto podría ser útil si surgieran situaciones que no están descritas en su testamento en vida.

Elección de su agente de atención a la salud

Elegir a alguien para que actúe como su agente de atención a la salud es una de sus decisiones más importantes. Usted tiene que confiar en que esta persona entiende sus deseos y actuará con estos en mente. Su agente de atención a la salud debería también ser maduro y responsable, y poder hablar abiertamente sobre temas difíciles. **No** elija a alguien debido a que considera que **debería** elegir a esa persona.

Su agente de atención a la salud no tiene que ser un miembro de la familia. Es posible que usted desee que su tomador de decisiones sea diferente de la persona que usted elija para que maneje sus asuntos financieros. Sería útil si la persona vive en la misma ciudad o estado que usted.

Usted debería saber que, bajo la ley de Washington, su cónyuge o pareja doméstica registrada, sus hijos adultos, sus padres y sus hermanos adultos (en ese orden) podrían tomar decisiones de atención a la salud por usted, incluso **sin** un poder duradero. De modo que es especialmente importante que usted tenga un poder duradero para la atención a la salud si desea que **alguna otra persona** tome sus decisiones de atención a la salud, o si usted desea un tipo diferente de tomadores de decisiones.

Nombrar a un agente de atención a la salud también podría ser una buena idea si alguno o todos sus familiares no están de acuerdo con sus deseos de atención al final de la vida.

¿Qué tratamientos desearía usted?

Para decidir qué tratamientos desea, piense acerca de sus valores y sentimientos acerca de su calidad de vida. ¿Qué es lo que usted considera que haría que no valga la pena vivir su vida? Quisiera:

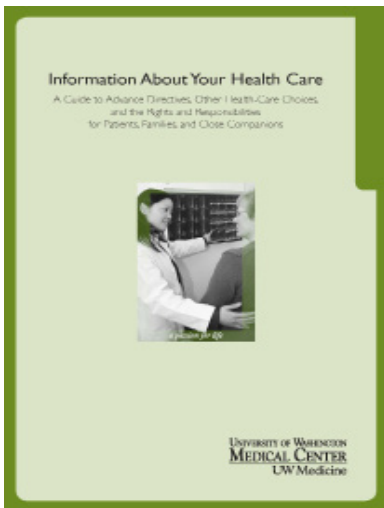
- ¿Tratamiento para prolongar su vida en **alguna** situación?
- ¿Tratamiento **solamente** si es posible la cura?
- **¿Atención paliativa?** Esta es la atención para aliviar el dolor y el malestar pero no curar. Con frecuencia se da al final de la vida, cuando no es posible la cura.

Aunque no se puede predecir qué problemas de salud surgirán para usted, usted puede conversar con su médico acerca de los tratamientos posibles durante la atención al final de la vida.

Llene los formularios de su estado de residencia

Sus instrucciones anticipadas tienen que manifestarse por escrito. Usted puede llenar los formularios por sí mismo, pero también podría con un abogado.

En UWMC, tenemos los formularios para el estado de Washington en un folleto especial. Pídale a cualquier miembro de su equipo de atención a la salud un ejemplar de "Información Acerca de Su Atención a la Salud". Encontrará formularios en blanco para una *Instrucción de Atención a la Salud y Poder Duradero para Atención a la Salud* en la parte posterior de su folleto.



El folleto de UWMC "Información acerca de su atención a la salud" tiene formularios en blanco para una instrucción de atención a la salud y poder duradero para atención a la salud.

También puede encontrar los formularios de otros estados en la red. La Organización Nacional de Instalaciones para Desahuciados y Atención Paliativa tiene formularios gratuitos en su sitio Web, en *www.nhpco.org*. Cada estado tiene sus propias leyes acerca de las instrucciones anticipadas. Sin embargo, si usted es de fuera del estado y ha llenado los formularios de su estado, tenga en cuenta que la ley de Washington está en vigencia si se le está atendiendo en UWMC.

Entrégueles copias a su médico, agente de atención a la salud y miembros de la familia

Después de llenar los formularios, deles copias a su médico, su agente de atención a la salud y a los miembros de su familia. **No** ponga sus instrucciones anticipadas en algún lugar al que sea difícil tener acceso, como una caja fuerte. Esto solamente dificultaría que sus seres queridos encuentren los formularios, si se los necesita.

Considere poner una copia de los formularios en la guantera de su automóvil. Si tiene una estadía planificada en el hospital, traiga los formularios con usted. Infórmeles a sus proveedores de atención a la salud que los trajo y es posible que usted desee que los pongan en su historial médico.

Revise sus instrucciones anticipadas de vez en cuando

A medida que cambien su salud y sus creencias, es posible que usted desee cambiar algunas de sus instrucciones anticipadas. Lea sus instrucciones anticipadas de vez en cuando para ver si desea revisar algunas de las instrucciones. Usted puede cambiar de opinión acerca de sus instrucciones anticipadas en cualquier momento - sólo asegúrese de llenar y fechar los nuevos formularios y de darles copias a su médico, agente de atención a la salud y miembros de su familia.

Asimismo, considere que las instrucciones anticipadas que usted redactó hoy no toman en cuenta los tratamientos médicos que pudieran estar disponibles en el futuro. Este es otro motivo para revisar sus instrucciones anticipadas de vez en cuando. Es posible que usted desee hacer cambios que incluyan un nuevo tratamiento médico.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o inquietudes, llame a su médico o proveedor de atención a la salud.

Living Wills and Other Advance Directives

Writing down your choices for health care for times when you cannot speak for yourself

This handout gives basic information about living wills and other types of advance directives.

What are advance directives?

Advance directives are legal documents that state your choices about your health care if you are not able to speak for yourself. You fill out these forms “in advance” so that your family, friends, and health care providers know what medical care you would want and would not want.

Advance directives are not just for older adults. Unexpected events can happen at any age, so it is important for all adults to have advance directives. Anyone age 18 or older may prepare advance directives.

What kind of medical care would you want if you were too ill or too badly injured to express your wishes?

Advance health care directives are your written instructions about your medical care choices. They can do things like describe what treatment you would want if you have a serious accident or illness and you cannot speak for yourself – for instance, if you are in a coma.

Having written instructions can help reduce confusion or disagreement among your family members and health care providers. Your family and doctors are required by law to follow the instructions in your advance directives if you cannot express your wishes.



Your doctors are required by law to follow the instructions in your advance directives, if you cannot express your wishes.

Types of Advance Directives

There are several types of advance directives. Some of the most common ones are:

Living Will

Your living will states what medical treatments and measures you do and do not want if you are in a life-or-death situation. In some states, living wills are called *health care directives* or *health care declarations*.

Your living will may specify whether you would want:

- Dialysis to filter your urine, if your kidneys stop working
- A breathing machine (*ventilator*), if your lungs stop working
- To be *resuscitated* (receive CPR), if you stop breathing or your heart stops beating
- To be fed through a tube, if you cannot eat or drink on your own
- To donate your organs or other body tissues after your death

Please note that a living will is NOT the same as a last will and testament. A last will and testament states how a person would like their money and other property to be distributed when they die.

Durable Power of Attorney for Health Care

Your *durable power of attorney for health care* names one person to make medical decisions for you if you cannot make these decisions. This person is your *health care agent* or *proxy*. You can also name a second person as your health care agent in case the first person you name is unable to serve in this role.

Durable power of attorney for health care is sometimes called *medical power of attorney*. This is **NOT** the same as a financial power of attorney. (A financial power of attorney is a person you choose to make financial decisions for you if you cannot make those decisions yourself.)

Do Not Resuscitate Order

A *do not resuscitate* (DNR) *order* is a request **not** to have *cardiopulmonary resuscitation* (CPR) if your heart stops beating or if you stop breathing. Advance directives do not have to include a DNR order. You do not have to have an advance directive to have a DNR order. Your doctor can put a DNR order in your medical chart if you ask for one.

A DNR order may also be called a DNAR, which stands for *do not attempt resuscitation*. Know that your health care team will continue to keep you comfortable if you have a DNR order.

Physician Order for Life-Sustaining Treatment

The *Physician Order for Life-Sustaining Treatment* (POLST) form is a newer kind of advance directive. It is a 2-sided form with boxes to check that indicate your wishes. It must be signed by a doctor, nurse practitioner (NP), or physician's assistant (PA) to be valid.

A signed POLST form helps ensure that your wishes for end-of-life care will be carried out no matter what health care facility you are in. It travels with you from one care setting to another, and it acts as a set of doctor's orders.

Keep your filled-out and signed POLST form at home in a place where it can be found easily, such as on your refrigerator, in your medicine cabinet, or on your nightstand. The orders on the form are valid if you receive medical care at home or in a hospital, nursing home, long-term care facility, or any other health care setting.

If you are admitted to UWMC and you have a POLST form that says you do not want CPR if your heart or breathing stops, show your form to your doctor so that your DNR order can be started (see "Do Not Resuscitate Order" on page 2). UWMC will honor your POLST form until we receive your doctor's written DNR orders.

A POLST form does not replace other advance directives, such as a living will or durable power of attorney for health care. You do not need these directives to have a POLST form, but it is recommended that you do.

Planning for End-of-Life Care and Other Health Care Issues

Injury, illness, and death are not easy to talk about. But, planning ahead ensures that you receive the type of medical care you would want. It also means that your family will not have to guess at what you would want.

You can start by telling your loved ones that you are creating advance directives. Explain your feelings about medical care and what you would want done in specific situations.

You may want to encourage your parents or other family members to create their own advance directives. Explain that it is important for you and the rest of the family to know what they would want. It often helps to talk about the subject in a matter-of-fact and reassuring way.

Keep in mind that a living will cannot cover every situation that might arise. Because of this, you may also want a *durable power of attorney for health care*. This person is your *health care agent* and will be guided by your living will but will also be able to make decisions for you. This could be helpful if situations that are not described in your living will arise.

Choosing Your Health Care Agent

Choosing someone to act as your health care agent is one of your most important decisions. You need to trust that this person understands your wishes and will act with them in mind. Your health care agent should also be mature and responsible, and be able to talk openly about difficult topics. Do **not** pick someone because you feel you **should** pick that person.

Your health care agent does not have to be a family member. You may want your health care decision maker to be different from the person you choose to handle your financial matters. It may be helpful if the person lives in the same city or state as you.

You should know that under Washington law, your spouse or registered domestic partner, your adult children, your parents, and your adult siblings (in that order) may make health care decisions for you even **without** a durable power of attorney. So it is especially important for you to have a durable power of attorney for health care if you want **someone else** to make your health care decisions, or if you want a different order of decision-makers.

Naming a health care agent may also be a good idea if some or all of your family do not agree with your wishes for end-of-life care.

What treatments would you want?

In deciding what treatments you want, think about your values and your feelings about your quality of life. What do you feel would make your life not worth living? Would you want:

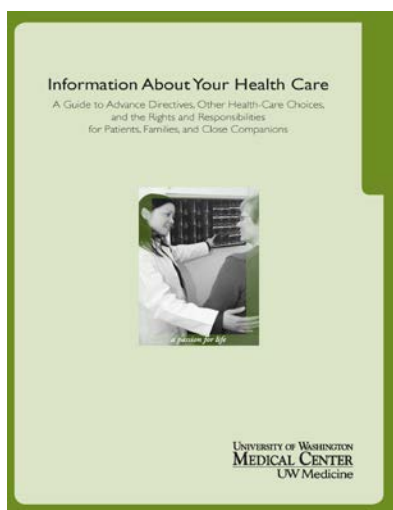
- Treatment to extend your life in **any** situation?
- Treatment **only** if a cure is possible?
- **Palliative care?** This is care to ease pain and discomfort but not to cure. It is often given at the end of life when a cure is not possible.

Even though you cannot predict what health issues will arise for you, you can talk with your doctor about possible treatments during end-of-life care.

Fill Out the Forms for Your State of Residence

Your advance directives must be in writing. You can fill out the forms on your own, but you may also want to talk with a lawyer.

At UWMC, we have the forms for Washington state in a special booklet. Ask any member of your health care team for a copy of “Information About Your Health Care.” You will find blank forms for a *Health Care Directive* and *Durable Power of Attorney for Health Care* in the back of the booklet.



UWMC's booklet "Information About Your Health Care" has blank forms for a *Health Care Directive* and *Durable Power of Attorney for Health Care*.

You can also find the forms for other states on the Internet. The National Hospice and Palliative Care Organization has free forms on its website at www.nhpco.org. Each state has its own laws about advance directives. But, if you are from out of state and have filled out your state's forms, be aware that Washington law is in effect if you are being cared for at UWMC.

Give Copies to Your Doctor, Health Care Agent, and Family Member

After you fill out the forms, give copies to your doctor, your health care agent, and your family members. Do **not** put your advance directives someplace where they are hard to get to, like a safe-deposit box. That would only make it hard for your loved ones to find the forms if needed.

Consider putting a copy of the forms in the glove compartment of your car. If you have a planned stay in the hospital, bring the forms with you. Tell your health care providers that you brought them and you would like them to be put in your medical chart.

Review Your Advance Directives from Time to Time

As your health or beliefs change, you might want to change some of your advance directives. Read over your advance directives from time to time to see if you want to revise any of the instructions. You can change your mind about your advance directives at any time – just be sure that you fill out and date new forms and give copies to your doctor, health care agent, and family members.

Also consider that advance directives you write today do not account for medical treatments that might be available in the future. This is another reason to review your advance directives from time to time. You might want to make changes that include new medical treatments.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns.
