

Memorabilia

Registra tu memoria, comparte tu legado

KIT DEL CAPÍTULO

Diagnóstico médico

Ordena la información de salud cuando más importa.

POR QUÉ ESTE CAPÍTULO

Cuando la salud se complica, la familia necesita respuestas rápidas: qué tienes, qué tomas, quién te trata y qué querrías tú si no pudieras decidir. Tener esto escrito descarga a los que te cuidan y asegura que tu voz esté presente en cada decisión.

CÓMO USAR ESTE KIT

- Avanza a tu ritmo. Este kit se completa de a poco: parte por lo que ya sabes y vuelve por lo demás otro día.
- Puedes completarlo en pantalla (los campos son escribibles) o imprimirlo y llenarlo a mano.
- Al final encontrarás una página de resumen de emergencia y consejos para guardarlo bien.
- Lo más importante: cuando lo termines, cuéntale a alguien de confianza que este documento existe y dónde está. Nadie busca lo que no sabe que existe.

| Mi información médica

Diagnósticos y condiciones actuales

Medicamentos que tomo (nombre, dosis y horario)

Alergias (medicamentos, alimentos)

Grupo sanguíneo

| Mi equipo médico

Médico tratante (nombre, especialidad y teléfono)

Centro de salud u hospital donde me atiendo

Otros especialistas relevantes

| Previsión y coberturas

Fonasa o isapre (y plan)

Seguro complementario (compañía y cómo se activa)

Seguro catastrófico u otros

| Si yo no puedo decidir

En Chile la voluntad anticipada orienta a tu familia y al equipo médico. Escribirla les quita a otros el peso de adivinar.

La persona que quiero que decida por mí (nombre y teléfono)

☐ Esa persona sabe que la elegí y conversamos lo que quiero

Tratamientos que quiero recibir y los que prefiero evitar (por ejemplo: reanimación, ventilación mecánica, cuidados paliativos)

Lo que más me importa si mi salud se deteriora (estar sin dolor, en casa, acompañado)

| Mi red de apoyo

Quién me acompaña a controles o sabe de mi tratamiento

Quiénes saben de este diagnóstico

Si me hospitalizan: a quién avisar, qué llevar, quién se hace cargo de hijos o mascotas mientras tanto

Lo que suele faltar

Antes de guardar este kit, revisa esta lista. Es la diferencia entre dejar deseos escritos y dejar un plan que se puede cumplir.

☐

La persona que decidiría por ti ¿sabe que es la elegida y qué querrías tú?

☐

¿Alguien más conoce tu lista de medicamentos con dosis? En una urgencia es de las primeras preguntas.

☐

¿Tu familia sabe cómo activar el seguro complementario o catastrófico?

☐

Este documento ¿está donde alguien lo encontraría rápido?

Resumen de emergencia

Una sola página con lo vital. Si mañana pasa algo, esto es lo primero que tu familia necesita encontrar.

Si me pasa algo, avisar a

1. Nombre, relación y teléfono

2. Nombre, relación y teléfono

3. Nombre, relación y teléfono

Dónde está lo importante

Mis documentos importantes están en

La persona que sabe dónde está todo es

Este kit completo se guarda en

Vigencia

Completé o actualicé este documento el (fecha)

PARA QUE ESTE DOCUMENTO SIRVA

- Guarda una copia física en un lugar que otra persona conozca y una copia digital donde tu familia pueda llegar.
- Dile al menos a una persona de confianza que este documento existe y dónde está.
- Ponte una fecha para revisarlo: una vez al año basta. La vida cambia más rápido que un testamento.