

Notas para mi familia

*La organización de nuestros
últimos años*

Introducción

Hospice Giving Foundation :: 80 Garden Court, Suite 201 :: Monterey CA 93940 :: hospicegiving.org



Notas para mi familia fue creada con el fin de ayudar a las personas a dejarles a los miembros de su familia una cuota de sosiego al poseer información anticipada. En la fundación Hospice Giving Foundation hemos aprendido que, el proceso del final de la vida se suele destinar a recabar detalles e información en lugar de disfrutar esos momentos tan preciados y celebrar la vida de un ser querido junto a esa persona.

Notas para mi familia es una herramienta de planificación que le brinda a las personas un espacio práctico para expresar sus deseos para el final de la vida y catalogar información importante. Hospice Giving Foundation se complace en presentar *Notas para mi familia* online, que ofrece un formato digital para recabar la historia y los detalles de su vida en un solo lugar. *Notas para mi familia* está organizada en cuatro módulos fáciles de abordar. A lo largo de *Notas para mi familia*, le recordaremos cómo proteger tanto su privacidad como cierta información personal sensible.

Piense en aquellas personas con las que le gustaría compartir esta actividad. Sabemos que una vez que usted comience a utilizar y actualizar *Notas para mi familia* con sus familiares o amigos cercanos, surgirán historias y recuerdos para compartir. En definitiva, esta información y estos recuerdos crearán un obsequio duradero para su familia y sus seres queridos.

El **primer módulo, Usted y su familia**, le ofrecerá la oportunidad de compartir detalles importantes sobre usted y su historia de vida. Requiere información específica que beneficiará a los miembros de su familia; especialmente si usted no pudiera hablar por sus propios medios. “Usted y su familia” le permite compartir los nombres de aquellas personas que son importantes para usted, las maneras de contactarlas e incluso cómo manejar sus asuntos domésticos.

El **segundo módulo, Bienes, finanzas y cuestiones legales**, lo ayudará a prepararse para las cuestiones legales, que pueden resultar muy complejas sin la debida planificación. En este módulo deberá catalogar mucha información importante que lo ayudará a proteger sus bienes y dar acceso a otras personas a detalles esenciales si fueran necesarios. *Notas para mi familia* no es un reemplazo del asesoramiento legal. Sin embargo, esta herramienta le ofrece una hoja de ruta útil que puede redundar en una mayor eficiencia cuando se reúna con sus asesores legales más adelante.

En el **tercer módulo, Información médica**, se le pedirá que documente información importante sobre su salud y su historia, que incluye enfermedades previas, cirugías, medicamentos y alergias. En esta sección encontrará ciertos formularios de referencia: el formulario POLST (Orden Médica de Tratamiento para Mantener la Vida, por sus siglas en inglés), un Poder notarial duradero para el cuidado de la salud, y los Cinco Deseos. Estos son documentos clave que deberán ser completados junto con su médico y los miembros de su familia. La información provista en este módulo de *Notas para mi familia* puede guiarlo a usted, y/o a la persona que designe, para tomar las decisiones respecto del cuidado de su salud.

En el **cuarto módulo, Deseos y recuerdos**, se le pedirá que responda preguntas difíciles que incluyen sus planes funerarios, las personas a las que notificar de su fallecimiento y sus ideas acerca de la donación de órganos. “Deseos y recuerdos” puede ayudarlo a encontrar paz y sosiego al dejar mensajes para los miembros de su familia o sus seres queridos y expresar sus deseos finales. Es una sección especial que, si se completa cuidadosamente, le permitirá a los demás honrar su vida plenamente.

Hacia el final de este módulo “Introducción”, encontrará un glosario con definiciones de términos a los que se hace referencia a lo largo de *Notas para mi familia*. Esperamos que puedan ser útiles para usted y su familia en el proceso de planificación y lo ayude a que los miembros de su familia tengan una comprensión más clara y a su vez compartida de sus deseos.

¿Cómo utilizar este organizador?

Este documento tiene como objetivo guiarlo en la recabación de información importante que le traerá tranquilidad mental a usted y sus seres queridos. Creemos haber diseñado una herramienta verdaderamente detallada. Esto no significa que usted deba completar cada una de las secciones. Sabemos que cada persona lo completará de la manera que mejor satisfaga sus propias necesidades.

Le recomendamos tomarse el tiempo necesario y ser paciente a la hora de completar este proyecto. Seguramente, lo mejor sea completarlo de a poco para evitar sentirse abrumado. Es aconsejable revisar cada sección para poder tener una mejor idea de la información que querrá organizar. La recabación de toda esta información y los documentos relacionados puede compararse de alguna manera con el embalado de su habitación preferida de la casa. Encontrará tesoros de los que se había olvidado, puede ser difícil “meter las manos” en algunas partes de esta información y algunas secciones tal vez no le parezcan importantes. ¡Quizás hasta llegue a distraerse en el camino al compartir alguna de sus historias! Es un recorrido personal. Pero al final tendrá la sensación de satisfacción y tranquilidad que viene de la mano de saber que tantos detalles están organizados de manera conjunta.



Cada sección cuenta con un video relacionado con guías y consejos de personas que consideran que este proceso es valioso. Compartirán su experiencia y le ofrecerán su apoyo y ayuda a lo largo del recorrido. A lo largo de este kit de herramientas, encontrará “Consejos útiles”; sugerencias que lo ayudarán a tomar algunas decisiones y organizarse. Hemos organizado muchos de estos consejos con base en experiencias de otros y esperamos que usted también comparta sus ideas y sugerencias con nosotros en el futuro.

Manejar estos documentos en formato PDF

Si usted está completando este documento en su computadora, la manera más fácil de pasar de una página a la otra es con el mouse y las flechas en la parte inferior de las páginas. (También puede utilizar la “tecla Tab” de su teclado para moverse de campo a campo y de página a página). La flecha que apunta a la izquierda lo llevará nuevamente a la página previa mientras que la flecha que apunta a la derecha lo adelantará a la página siguiente. En la última página del PDF encontrará una flecha que apunta hacia arriba. Si hace clic en esta flecha, volverá al comienzo del documento.

Conservar la documentación importante junto con este organizador en formato PDF

Al comenzar cada módulo encontrará una lista de documentos importantes que debería tener a mano. A continuación, encontrará una lista de buenas sugerencias para organizar estos documentos.

Algunas personas prefieren guardar todos los documentos en una “copia impresa”; y no digitalmente en la computadora. De ser posible, guarde una lista de documentos en *Notas para mi familia* con instrucciones acerca de dónde encontrarlos. Si ese es su caso:

- Piense en comprar una caja plástica con manija para los archivos. Estas cajas no son demasiado grandes y pueden conservarse fácilmente en un lugar seguro.
- Considere una carpeta de tres anillos para archivar todos sus documentos con separadores para las distintas secciones.
- Si cuenta con una caja de seguridad en la que pueda guardar sus documentos, asegúrese de incluir la combinación de la caja de seguridad en *Notas para mi familia*.

Algunas personas prefieren escanear los documentos y guardarlos en su computadora. Si ese es su caso:

- Guarde las carpetas de su computadora en una carpeta principal llamada *Notas para mi familia*.
- Cree subcarpetas para cada módulo de *Notas para mi familia* y designe el nombre que le corresponda a cada carpeta; por ejemplo, *Usted y su familia: Documentos*.
- Considere crear una carpeta protegida por una contraseña para que solamente las personas correctas tengan acceso a su información.

Es muy importante para nosotros que usted proteja su información personal y privada. Y es por eso que le ofrecemos un apéndice de soporte técnico con instrucciones específicas sobre cómo guardar los documentos en su computadora de forma segura e inteligente. Es simplemente un documento técnico que está disponible para su referencia. Puede ser aconsejable repararlo con alguna persona que entienda bastante sobre computadoras para asegurarse de que su información esté protegida.

Guardar sus documentos en formato PDF

Una vez que haya descargado un documento PDF a su computadora, podrá guardarlo (así como su contenido) en cualquier momento con solo elegir **Archivo > Guardar** de la barra superior del menú en el software que utilice para leer documentos PDF. Luego podrá abrir el documento PDF en otro momento posterior y continuar agregando información. Cada PDF se guardará automáticamente con el nombre el título; por ejemplo, *Usted y su familia*.

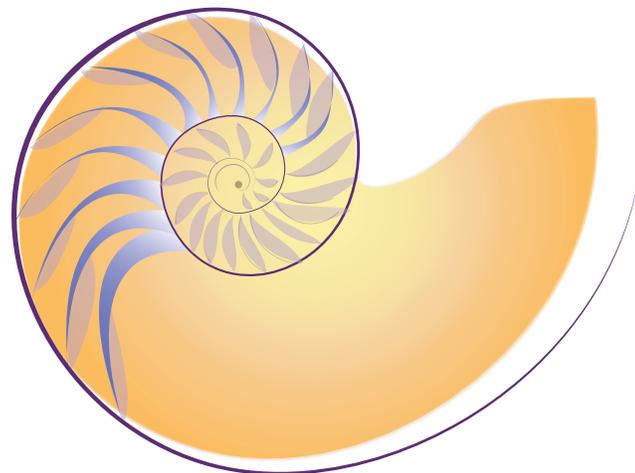
Le recomendamos que elija **Archivo > Guardar como** para guardar el documento PDF con un nombre diferente. Por ejemplo, puede agregar su apellido y la fecha de edición al nombre del PDF, y guardar una copia actualizada del PDF como *Usted y su familia Su apellido y fecha*. Esto puede ser de utilidad cuando esté guardando versiones múltiples del documento PDF.

Nuestra Misión

La **Hospice Giving Foundation** cree que vivir bien incluye también morir pacíficamente, en un ámbito de contención y con dignidad. **Con miras a la promoción de un cuidado para el final de la vida compasivo, recaudamos fondos y adjudicamos subsidios para fortalecer las capacidades de los proveedores locales de servir a nuestra comunidad.** Fomentamos una planificación anticipada para que las familias puedan prepararse y tengan acceso a sus decisiones para el cuidado del final de la vida.

La **Hospice Giving Foundation** concibe a nuestra comunidad como líder en lo que respecta a la provisión de atención y cuidados de máxima calidad en el final de la vida. Apoyamos esta visión a través de la adjudicación de subvenciones a proveedores sin fines de lucro, calificados en el cuidado del final de la vida de los Condados de Monterey y San Benito. Desde 1997, Hospice Giving Foundation ha entregado subvenciones por más de \$ 22 millones destinadas a un amplio espectro de servicios y programas. Este respaldo llega a muchas vidas dentro de nuestra comunidad; los pacientes y sus familias, los cuidadores y otros profesionales.

Brindamos nuestro apoyo en un área singular y esto nos permite ser una voz sólida para un tema difícil. Esta fundación promueve la innovación y el diálogo activo sobre el cuidado digno al final de la vida centrado en el paciente y en su familia. Las subvenciones están destinadas al cuidado paliativo y de hospicio, el apoyo en el duelo, los servicios especializados para niños que padecen enfermedades terminales y sus familias y los servicios para aquellos con enfermedades terminales como el Alzheimer. Divulgamos y educamos para que las familias puedan planificar el final de la vida de sus seres queridos. A través de nuestras subvenciones, las iniciativas educativas y otras herramientas como *Notas para mi familia*, la fundación Hospice Giving Foundation respalda el acceso al cuidado del final de la vida, brinda esperanza a las familias y paz mental a nuestra comunidad. La generosidad permanente de nuestra comunidad hace que esto sea posible. Sabemos que usted puede ver el valor de brindar dignidad y compasión, y expresará su gratitud a través de hechos y donaciones.



HOSPICE GIVING FOUNDATION

Información de contacto para emergencias

En caso de una emergencia

¿A quiénes se debería llamar primero?

Nombre:

Teléfono 1:

Teléfono 2:

Relación:

Nombre:

Teléfono 1:

Teléfono 2:

Relación:

Enumere las alertas médicas o alergias:

¿Quién tiene autoridad legal para tomar decisiones en su nombre?

Nombre:

Teléfono 1:

Teléfono 2:

¿Por qué medios?

Poder notarial médico

Otros:

Consigne la información de contacto de su médico de cabecera y/o médico especialista:

Nombre:

Teléfono 1:

Nombre:

Teléfono 1:

Teléfono 2:



Lista de documentos de emergencia

- Formulario POLST
- Poder notarial duradero para el cuidado de la salud
- Poder notarial general
- Lista de medicamentos y alergias

Sus amigos y vecinos son los que lo ayudarán frente a una emergencia o enfermedad grave. Considere quién realizará cada tarea y recuerde incluir los números de teléfono de estas personas.

Para padres de hijos menores de edad

¿Quién se ocupará de sus hijos?

Nombre:

Relación:

Teléfono:

¿Quién?

Traerá su ropa:

Nombre:

Teléfono:

Realizará los llamados:

Nombre:

Teléfono:

Cuidará a su mascota:

Nombre:

Teléfono:

Pagará sus cuentas:

Nombre:

Teléfono:

Ordenará y cerrará su casa:

Nombre:

Teléfono:

Directiva anticipada

Documento legal que le permite delinear por escrito sus deseos en lo que respecta a su cuidado médico y nombrar a una persona que asegurará que esos deseos se cumplan efectivamente.

Beneficiario

Las personas o las organizaciones sin fines de lucro que se beneficiarán con el testamento o fideicomiso.

RCP

Reanimación cardiopulmonar (RCP) es una técnica para salvar vidas útil en muchas emergencias, como un ataque al corazón o casi ahogamiento en el que la respiración o el ritmo cardíaco se ha detenido.

Curatela

Disposición legal mediante la que un tribunal le otorga a un adulto la autoridad y responsabilidad de manejar los asuntos financieros de otro adulto.

Orden de no reanimar (DNR según sus siglas en inglés)

Documento legal que impide al personal médico realizar tareas de reanimación cardiopulmonar (RCP) para prolongar o salvar su vida.

Poder notarial duradero para el cuidado de la salud

Documento legal que puede utilizar para autorizar a una persona a que tome decisiones médicas en su nombre en el caso de que usted se vea incapacitado de tomarlas por sus propios medios. La persona que usted nombre para representarlo puede ser su agente, un apoderado, un representante para el cuidado de la salud, un defensor del paciente o alguna figura similar, según sea el lugar donde usted viva.

Patrimonio

El patrimonio está compuesto por la totalidad de bienes de una persona. Existen distintas subcategorías dentro del patrimonio. El patrimonio de una sucesión testamentaria incluye todos los bienes que deben procesarse en una sucesión o proceso judicial testamentario. El patrimonio sucesorio en fideicomiso incluye todos los bienes mantenidos en un fideicomiso. El patrimonio imponible incluye todos los bienes sujetos al impuesto sobre las sucesiones.

Plan patrimonial

Un plan patrimonial es la preparación de un plan para llevar adelante la administración y disposición de los bienes de una persona según sus deseos ya sea antes o después de su fallecimiento. El objetivo del plan patrimonial es preservar la flexibilidad para la persona así como la mayor cantidad de riqueza posible antes de su fallecimiento, de acuerdo con la legislación federal y estadual.

Planificación sucesoria

Proceso de previsión y organización de la transferencia o disposición de los bienes de un ser querido anticipándose a su fallecimiento o con posterioridad a éste.

Albacea

Aquella persona que administra el patrimonio de la persona fallecida. El albacea es la persona responsable de reunir todos los bienes del fallecido y entregarlos a los respectivos beneficiarios.

Administrador fiduciario

Aquella persona o entidad que tiene la obligación legal de actuar principalmente en beneficio de otra persona.

Tutor

Aquella persona que cuenta con la facultad legal para tomar decisiones respecto del cuidado de la salud y manejar los asuntos patrimoniales y financieros en representación de otra persona. Un tutor puede ser designado por un tribunal en aquellos casos en los que se carezca de un agente para el cuidado de la salud.

Formulario para la donación de órganos

Si usted eligiera ser donante de órganos, este formulario legal constituirá prueba de que usted desea donar órganos o tejidos luego de su fallecimiento.

Formulario POLST (Orden Médica de Tratamiento para Mantener la Vida)

Las Órdenes Médicas de Tratamiento para Mantener la Vida se recopilan en un formulario que establece claramente los tipos de tratamientos médicos que desea una persona e incluye medidas extraordinarias (tales como respirador o sonda de alimentación) y RCP. Impreso en papel color rosado y firmado por el médico y el paciente, este documento les brinda a los pacientes que padecen enfermedades graves un mayor control sobre su cuidado. Para que el formulario POLST sea vinculante, deberá estar firmado por usted y su médico (o en California por su enfermero o asistente del médico a partir del año 2016).

Poder notarial

Documento que le da a otra persona la facultad legal para actuar en representación suya. Si usted otorga dicho documento, se lo llamará autorizante y la persona a la que usted confirió esta autoridad se llamará su representante o apoderado. Si usted hiciera un poder notarial duradero, este documento continuará en efecto aún si usted quedara incapacitado.

Sucesión

El proceso supervisado por un tribunal que se lleva a cabo con posterioridad al fallecimiento de una persona e incluye:

- la prueba de autenticidad del testamento de la persona fallecida,
- la designación de una persona que manejará los asuntos de la persona fallecida,
- la identificación y el inventario del patrimonio de la persona fallecida,
- el pago de las deudas e impuestos,
- la identificación de los herederos y
- la distribución del patrimonio de la persona fallecida según lo establezca el testamento o, en caso de no existir un testamento, lo que indique la legislación estadual.

Fideicomiso

Un acuerdo legal mediante el cual cierta propiedad es mantenida y manejada por un fiduciario en beneficio de otra persona. La persona que constituye el fideicomiso es el fideicomitente.

Fiduciario

La persona que mantiene el bien en beneficio del otro es el fiduciario. La persona en favor de quien se crea el fideicomiso es el beneficiario.

Fiduciario sucesor o albacea suplente

Puede ser un banco, un administrador fiduciario privado, un miembro de la familia o algún amigo o consejero de confianza.

Testamento

Documento legal que establece las intenciones de la persona fallecida con relación a la distribución de su patrimonio.

Sus documentos de *Notas para mi familia* contendrán información sensible. Entonces será importante que usted proteja el contenido a través de una contraseña. Recuerde que no aceptamos responsabilidad alguna por la pérdida de alguno de esos documentos o por el acceso no autorizado a ellos.

Protección gratuita con contraseña para computadoras iOS (Apple iMacs, etc.) a través de Preview

(Nota: el procedimiento puede variar según la versión de Preview y la versión de sistema operativo que utilice).

Si usted utiliza una computadora Apple en la que está instalado Preview gratuito para archivos, entonces puede proteger cualquier documento PDF con una contraseña. El usuario deberá conocer la contraseña para poder ver el archivo. Sin embargo, hay que recordar que una vez que el documento se guarda usando Preview, al abrirlo nuevamente para editarlo, Preview crea una copia del archivo para que usted modifique, la que tendrá que guardar nuevamente con una contraseña. Cuando necesite actualizarlo nuevamente, repita el proceso.

Para utilizar Preview y proteger su documento PDF con una contraseña:

- Abra el documento PDF con Preview.
- Complete los campos del documento PDF.
- Elija **Archivo > Exportar**
- En la parte superior de la ventana que aparecerá, ingrese un nombre para el archivo **PDF** y luego navegue a la carpeta a la que desea exportar el archivo.
- Para “Formato”, elija PDF y para “Filtro de Cuarzo”, elija **Ninguno**.
- En la parte inferior de la ventana, complete el casillero que diga “Encriptado”.
- Ingrese y reingrese su contraseña en los campos que aparecen.
- Haga clic en Guardar.

Protección con contraseña con Adobe Acrobat Standard para computadoras Mac o Windows

(Nota: el procedimiento puede variar según la versión de Acrobat que utilice y la plataforma de su computadora).

Adobe Acrobat Standard puede adquirirse a un precio bajo a través de una suscripción de 1 mes de Adobe Creative Cloud. Una vez que esté suscripto puede usar Adobe Acrobat Standard para abrir el documento PDF y protegerlo con una contraseña. El usuario tendrá que conocer la contraseña para visualizar y/o editar el archivo. Una vez que tenga la protección con contraseña, el documento mantiene esa protección para el futuro incluso si usted cancela su suscripción de Creative Cloud. La protección con contraseña es un proceso de dos pasos que debe seguirse con cuidado.

Le sugerimos que cree una contraseña de más de 14 caracteres que incluya mayúsculas y minúsculas, símbolos y números. Posiblemente sea una buena idea también usar un programa de almacenamiento de contraseñas de manera segura para guardar su contraseña.

El paso 1 agrega los permisos de protección con contraseña para el documento PDF.

Para agregar funciones de encriptado a su documento PDF:

- Abra su documento y elija Guardar como.
- En el cuadro de diálogo, elija Edición restringida. Luego aparecerá un nuevo cuadro de diálogo que le pedirá crear y luego verificar una Contraseña de permisos.
- Ingrese la contraseña, haga clic en OK y luego guarde su documento PDF.

El paso 2 le permite determinar qué función (ver, editar, imprimir) está protegida con contraseña.

- Abra su documento PDF nuevamente. Notará que ahora aparece la palabra SEGURO en paréntesis luego del nombre del archivo.
- Elija Propiedades del menú del Archivo.
- En el cuadro de diálogo que aparece, asegúrese de seleccionar la Pestaña de seguridad en la parte superior del cuadro y luego seleccionar Seguridad de contraseña del menú desplegable al lado de Método de seguridad.
- Haga clic en Cambio de configuración y se le pedirá que ingrese la contraseña que ha creado en el Paso 1.
- Aparecerá un nuevo cuadro de diálogo. Utilícelo para establecer contraseñas para ver, editar o imprimir el documento PDF.

Fin del PDF Introducción de NTMF.