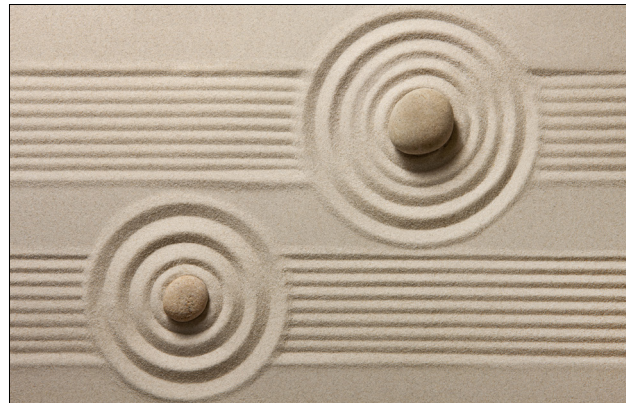
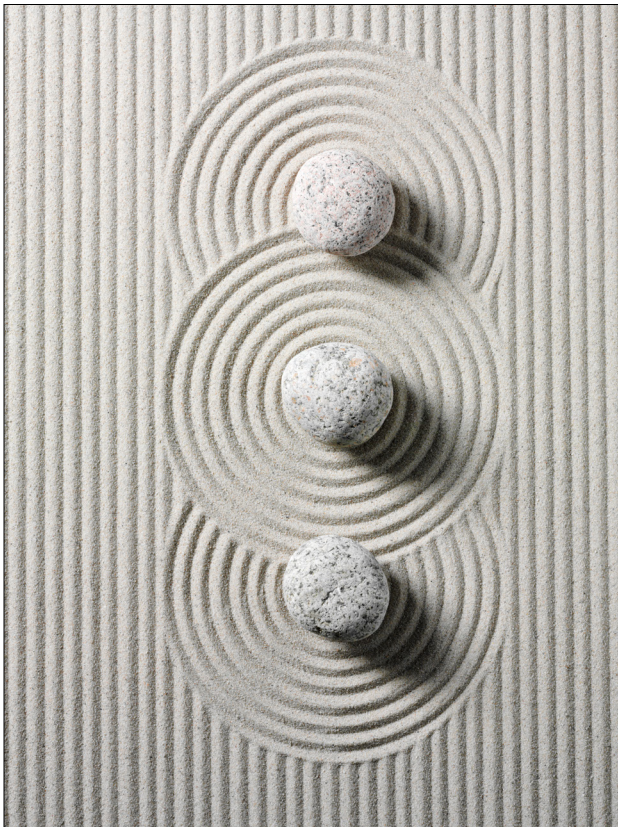


Antes de salir del hospital

## Planificación de su atención continua



For “Before You Leave the Hospital: Planning for Your Ongoing Care” in English, see [gen-ah-78343](#).

# Planificación de su atención continua

## Planes para salir del hospital

Desde el momento en que usted ingresa al hospital, los miembros de su equipo de atención médica comienzan a pensar en el día en que recibirá el alta. Ellos quieren asegurarse de que usted reciba la atención adecuada en el momento indicado para respaldar sus objetivos de salud.

Juntos, usted, los miembros de su equipo de atención médica y su círculo de allegados (familiares o amigos) crearán un plan de alta hospitalaria. Este plan le ayudará a tener una transición segura y sin complicaciones a su hogar o comunidad después de su hospitalización.

Su equipo de atención médica hará lo posible por respetar sus creencias culturales, religiosas o espirituales y su identidad de género.

## Consultas de seguimiento

Es posible que tenga programadas las consultas de seguimiento para ver a su médico de cabecera o a un especialista después de dejar el hospital.

Es importante que acuda a las consultas de seguimiento, aunque se sienta mejor. Estas consultas le pueden ayudar a:

- asegurarse de que está mejorando
- asegurarse de que sus medicamentos son los adecuados
- evitar que vuelva al hospital.

## Duración de la Atención Continua

Sin importar qué servicio elija, la duración de los servicios depende de sus necesidades de atención médica.

## Cobertura del seguro

El costo que deba pagar por los servicios u otros gastos dependerá de su seguro. Los miembros de su equipo de atención médica no pueden responder preguntas específicas sobre los costos.

Comuníquese con su proveedor de seguros para saber qué servicios están cubiertos y cuánto debe pagar. El número telefónico de servicios al cliente debe figurar al dorso de su tarjeta de seguro.

Cuando llame, anote el nombre de la persona con la que hable, la fecha y la hora.

Algunas preguntas que se pueden hacer son:

1. ¿Qué opciones están cubiertas?
2. ¿Hay algunas opciones en mi red?
3. ¿Existen requisitos o criterios para acceder a los servicios?
4. ¿Cuántas visitas terapéuticas están cubiertas?
5. ¿Durante cuánto tiempo estará cubierto el servicio?
6. ¿Cuánto pagará el seguro?
7. ¿Cuánto tendré que pagar?

Informe a un miembro de su equipo asistencial si no tiene seguro. Esta persona puede ponerlo en contacto con otros recursos.



# Sus opciones

## Opciones de atención continua

Los miembros de su equipo de atención médica le ayudarán a usted y a sus allegados a elegir el lugar y las instalaciones que se ajusten a sus necesidades y a su elegibilidad.

Los trabajadores sociales le pueden ayudar a encontrar recursos comunitarios y a responder sus preguntas.

Allina Health ofrece las siguientes opciones.

### Vuelta a casa

Puede regresar a su casa si puede atender las necesidades básicas por sí mismo o con la ayuda de un miembro de su entorno.

No necesitará ninguna atención o servicio hospitalario.

Puede regresar a casa si puede:

- asearse y vestirse por sí mismo;
- ir al baño con facilidad;
- preparar sus propias comidas;
- administrar sus medicamentos;
- ocuparse de sus cuidados médicos especiales, como el tratamiento de una herida o de la diabetes.



### En casa con servicios de atención médica domiciliaria

Es posible que pueda volver a casa con servicios médicos a domicilio que le ayuden a continuar su recuperación.

Los servicios médicos a domicilio le ayudan a ser más independiente y a recuperarse de forma segura en casa.



Recibirá un calendario con las horas y los días que tendrá las visitas médicas a domicilio.

Las visitas programadas podrán incluir alguno o todos los profesionales que se detallan a continuación:

- fisioterapeuta
- terapeuta ocupacional
- logopeda
- enfermero/a
- trabajador/a social
- auxiliar de asistencia médica a domicilio
- dietista.

# Sus opciones (continuación)

## ☐ Rehabilitación hospitalaria

La rehabilitación hospitalaria le brinda ayuda y servicios adicionales en el hospital antes de que vuelva a su casa. Esto le ayuda a fortalecerse para poder recuperarse con mayor seguridad en casa.



Recibirá servicios que se adapten a su recuperación hasta que pueda volver a su hogar de manera segura.

Este servicio es el apropiado para usted si necesita la visita diaria de un miembro de su equipo de atención médica.

Los servicios dependen de sus necesidades. Las visitas pueden incluir alguno o todos los siguientes:

- médico/a
- enfermero/a
- fisioterapeuta
- terapeuta ocupacional
- logopeda
- psicólogo/a
- trabajador/a social
- coordinador/a de cuidados de enfermería
- recreación terapéutica.

## ☐ Centro de Enfermería Especializada (SNF)/Unidad de Cuidados Transitorios (TCU)

Los centros de Enfermería Especializada y las Unidades de Cuidados Transitorios le ofrecen ayuda y servicios adicionales mientras se prepara para regresar a casa.



Los servicios dependen de sus necesidades. Las visitas pueden incluir alguno o todos los siguientes:

- fisioterapeuta
- terapeuta ocupacional
- logopeda
- médico/a, enfermero/a profesional, o ambos
- enfermero/a.

## ☐ Cuidados de largo plazo en centros de enfermería

Los cuidados a largo plazo proporcionan apoyo y servicios si usted no puede volver a su hogar de forma segura, o no puede acudir a un centro de asistencia.

Los miembros del personal del hospital pueden darles a usted y sus allegados una lista de centros de cuidados a largo plazo que pueden brindar asistencia las 24 horas del día.



# Sus opciones (continuación)

## ❑ Cuidados paliativos

Los cuidados paliativos le brindan atención si tienen una enfermedad grave.

Pueden ayudarle a sobrellevar el tratamiento y a mejorar su salud física, emocional y espiritual.

Los cuidados paliativos se administran junto con el tratamiento, no como reemplazo de este. Los cuidados son brindados en una clínica o en su hogar.

Los servicios dependen de sus necesidades. Las visitas pueden incluir alguno o todos los siguientes:

- enfermero/a profesional
- enfermero/a
- trabajador/a social
- proveedor/a de atención espiritual
- guía de cuidados.



## ❑ Cuidados de hospicio

Los cuidados de hospicio brindan apoyo y servicios si se encuentra transitando los últimos 6 meses de vida.

Puede ayudarle a obtener la mejor calidad de vida posible durante este tiempo.

Los cuidados de hospicio se prestan en cualquier lugar que usted considere su hogar. Si recibe cuidados de hospicio en su casa, recibirá un calendario con los horarios y días que tendrá las visitas de hospicio.

Su equipo de atención médica puede considerar si una residencia de cuidados de hospicio es la que mejor se adapta a sus necesidades. Esta residencia brinda un nivel de atención similar al de un centro de enfermería especializada.

Los servicios dependen de sus necesidades. Las visitas pueden incluir alguno o todos los siguientes:

- médico/a
- enfermero/a profesional
- enfermero/a
- trabajador/a social
- proveedor/a de atención espiritual
- auxiliar de asistencia médica a domicilio
- voluntarios/as
- musicoterapia o masajes.



# Sus opciones (continuación)

## ☐ Atención compleja para adultos mayores

La atención compleja para adultos mayores le brinda los cuidados que recibiría en una clínica pero en su casa.

Los cuidados le ayudarán a vivir con la mayor independencia posible.

Los miembros de este equipo están disponibles por teléfono las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Los servicios dependen de sus necesidades. Las visitas pueden incluir alguno o todos los siguientes:

- geriatra (médico)
- enfermero/a profesional
- enfermero/a titulado/a coordinador/a de cuidados
- guía de cuidados
- trabajador/a social
- farmacéutico/a
- laboratorio y diagnóstico por imagen a domicilio.



## ☐ Atención hospitalaria a domicilio

La atención hospitalaria a domicilio le proporciona los cuidados que recibiría en el hospital o en una unidad de cuidados transitorios pero en su domicilio.

Los servicios dependen de sus necesidades. Las visitas pueden incluir alguno o todos los siguientes:

- paramédico/a comunitario
- enfermero/a
- enfermero/a profesional
- médico/a
- fisioterapeuta
- terapeuta ocupacional
- logopeda
- trabajador/a social
- farmacéutico/a
- auxiliar de asistencia médica a domicilio
- laboratorio y diagnóstico por imagen a domicilio.





# Sus opciones (continuación)

## Otros programas y servicios

### ☐ Vida asistida

Los hogares de vida asistida es otro lugar para vivir donde podrá recibir ayuda y servicios adicionales. Los servicios dependen de sus necesidades.

Los miembros del personal del hospital pueden ofrecerle a usted y a sus allegados recursos para planificar el traslado a un hogar de vida asistida.

Es posible que necesite recibir otros servicios mientras planifica la transición. Póngase en contacto con el hogar de vida asistida para conocer los servicios que puede recibir.





### ☐ Gestión de cuidados

La gestión de cuidados es un servicio que lo pone en contacto con una persona que lo puede remitir a programas que le ayuden a ocuparse de su salud y otras necesidades.

Su gestor de cuidados hablará con usted sobre cuáles son los programas más adecuados para asistirlo y satisfacer sus necesidades.





# Compare sus opciones



Asistencia a largo plazo para la atención continua			
	Vuelta a casa	Atención compleja para adultos mayores	Cuidados a largo plazo
<p><b>Movilidad</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Puede vivir en su casa de forma segura solo o con asistencia de un miembro de sus allegados.</li> <li>■ Puede salir de su casa para ir y volver de sus citas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Puede vivir en su casa de forma segura solo o con asistencia de un miembro de sus allegados.</li> <li>■ Puede necesitar ayuda adicional para ocuparse de su salud y organizar sus cuidados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Por su seguridad, necesita vivir en un centro que le brinde cuidados diarios.</li> <li>■ Necesita asistencia con todas las tareas cotidianas.</li> </ul>
<p><b>Personas y servicios</b></p> 		<ul style="list-style-type: none"> <li>■ médico/a o enfermero/a profesional</li> <li>■ coordinador/a de cuidados de enfermería</li> <li>■ guía de cuidados</li> <li>■ farmacéutico/a</li> <li>■ trabajador/a social</li> <li>■ laboratorio y diagnóstico por imágenes a domicilio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ médico/a o enfermero/a profesional</li> <li>■ enfermero/a</li> <li>■ fisioterapeuta</li> <li>■ terapeuta ocupacional</li> <li>■ logopeda</li> </ul>



# Compare sus opciones (continuación)

Programas de ayuda para la transición a un hogar seguro				
	Cuidados en el hogar	SNF / TCU	Atención Hospitalaria a domicilio	Rehabilitación hospitalaria
<b>Movilidad</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Usted puede vivir en su casa y necesitará cuidados adicionales.</li> <li>■ Es posible que necesite ayuda para ir y volver de sus citas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Por su seguridad, usted necesita permanecer en una SNF o TCU.</li> <li>■ Es posible que pueda volver a casa después de su estadía.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Usted puede vivir en su casa.</li> <li>■ Es posible que necesite ayuda en casa.</li> <li>■ Es posible que necesite ayuda para ir y volver de sus citas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Por su seguridad, usted necesita permanecer en una SNF o TCU.</li> <li>■ Es posible que pueda volver a casa después de su estadía.</li> </ul>
<b>Personas y servicios</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vistas ocasionales</li> <li>■ fisioterapeuta</li> <li>■ terapeuta ocupacional</li> <li>■ logopeda</li> <li>■ enfermeros/as</li> <li>■ auxiliar de asistencia médica a domicilio</li> <li>■ trabajador/a social</li> <li>■ dietista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ fisioterapeuta</li> <li>■ terapeuta ocupacional</li> <li>■ logopeda</li> <li>■ médico/a o enfermero/a profesional</li> <li>■ enfermeros/as</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ paramédico/a comunitario</li> <li>■ enfermeros/as</li> <li>■ médico/a o enfermero/a profesional</li> <li>■ fisioterapeuta</li> <li>■ terapeuta ocupacional</li> <li>■ logopeda</li> <li>■ trabajador/a social</li> <li>■ farmacéutico/a</li> <li>■ laboratorio y diagnóstico por imágenes a domicilio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ médico/a de rehabilitación</li> <li>■ enfermero/a de rehabilitación</li> <li>■ fisioterapeuta</li> <li>■ terapeuta ocupacional</li> <li>■ logopeda</li> <li>■ psicólogo/a</li> <li>■ trabajador/a social</li> <li>■ enfermero/a titulado/a coordinador/a de cuidados</li> <li>■ recreación terapéutica</li> </ul>

# Compare sus opciones (continuación)

Programas de asistencia para la atención continua				
	Cuidados paliativos	Cuidados de hospicio	Gestión de cuidados	Vida asistida
<b>Movilidad</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Puede recibir cuidados paliativos en el centro que se adapte a sus necesidades de movilidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Es posible que pueda vivir en su casa si sus necesidades de cuidados están garantizadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Puede vivir en su casa y puede necesitar la asistencia de sus allegados.</li> <li>■ Puede necesitar más ayuda y apoyo para ocuparse de su salud.</li> <li>■ Es posible que necesite que lo contacten con los recursos de la comunidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Hay muchos servicios para satisfacer sus necesidades.</li> <li>■ Es posible que necesite ayuda para ir y volver de sus citas.</li> </ul>
<b>Personas y servicios</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vistas ocasionales</li> <li>■ enfermero/a profesional</li> <li>■ enfermeros/as</li> <li>■ trabajador/a social</li> <li>■ proveedor/a de atención espiritual</li> <li>■ guía de cuidados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vistas ocasionales</li> <li>■ médico/a o enfermero/a profesional</li> <li>■ enfermeros/as</li> <li>■ trabajador/a social</li> <li>■ proveedor/a de atención espiritual</li> <li>■ auxiliar de asistencia médica a domicilio</li> <li>■ voluntarios/as</li> <li>■ musicoterapia o masajes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vistas ocasionales</li> <li>■ coordinador/a de cuidados de enfermería</li> <li>■ trabajador/a social</li> <li>■ guía de cuidados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Póngase en contacto con el hogar de vida asistida para conocer qué servicios ofrecen,</li> </ul>

# Mis preferencias

<b>Preguntas</b>	<b>Mis pensamientos</b>
Mientras piensa en las posibles opciones, ¿cuáles son sus temores o preocupaciones?	
Mientras piensa en las posibles opciones, ¿cuáles son sus expectativas y objetivos?	
¿Tiene claros los beneficios y riesgos de cada opción? ¿Qué es lo más importante para usted?	
¿Cuál de estas opciones, en este momento, cree que mejor se ajusta sus objetivos de tratamiento?	
¿Hay algo que pueda interponerse en su camino?	
¿Siente que recibe el apoyo e información suficiente?	

# Glosario

- **Guía de atención:** Esta persona le ayudará a tener éxito con sus objetivos de salud apoyándole en sus comportamientos de salud, ayudándole a guiar y coordinar sus servicios de atención médica, y ayudándole superar cualquier desafío en atención médica.
- **Paramédico/a comunitario:** Esta persona ayuda a las personas con enfermedades de larga duración a mejorar su salud. Esta persona trabajará con usted y su proveedor de atención primaria para asegurarse de que recibe la atención de seguimiento que necesita después de su estadía en el hospital.
- **Dietista:** Esta persona le ayudará con sus necesidades nutricionales.
- **Médico/a:** Esta persona tiene formación y está autorizada para atender sus necesidades médicas.
- **Auxiliar de asistencia médica a domicilio:** Esta persona está capacitada y certificada para ayudar a su acompañante con los cuidados personales en su casa. Esta persona le ayudará con la higiene personal.
- **Diagnóstico por imágenes:** Este tipo de diagnóstico utiliza equipos para observar el interior de su cuerpo, como una radiografía.
- **Paciente hospitalizado:** Sus síntomas, diagnóstico o procedimiento necesitan atención compleja en el hospital.
- **Masajista:** Persona especialmente formada que utilizar los masajes para ayudar a bajar el estrés y la ansiedad; genera una sensación de calma y bienestar, y ayuda a aliviar los síntomas físicos y emocionales.
- **Musicoterapeuta:** Esta persona tiene un título de grado en musicoterapia y ha aprobado un examen nacional para obtener la certificación. Esta persona utiliza la musicoterapia para ayudar a reducir los sentimientos de ansiedad, estrés y dolor.
- **Enfermero/a profesional:** Esta persona tiene una formación avanzada y puede diagnosticar y tratar enfermedades.
- **Terapeuta ocupacional:** Esta persona le ayudará con sus actividades de autocuidado, trabajo y actividades recreativas. El tratamiento puede incluir equipos especiales y conversaciones sobre los cambios que necesita hacer por su seguridad.
- **Farmacéutico/a:** Esta persona trabaja junto con su médico para ayudarle a supervisar sus medicamentos. Esta persona revisará todas sus medicinas, le ayudará a entenderlas (dosis, efectos secundarios y cómo funcionan) y responderá sus preguntas.



# Glosario (continuación)

- **Fisioterapeuta:** Esta persona le ayudará a moverse, a reducir el dolor, a recuperar la fuerza y a prevenir la incapacidad. El tratamiento puede incluir ejercicios, equipos especiales y movimientos seguros.
- **Psicólogo/a:** Esta persona utiliza métodos de terapia conversacional para tratar problemas emocionales o de salud mental.
- **Trabajador/a social:** Esta persona le ayudará a responder las preguntas sobre su seguro de salud, le informará sobre los diferentes centros de atención sanitaria y le buscará recursos para equipos y servicios.
- **Logopeda:** Esta persona le ayuda a hablar y a utilizar sus habilidades de pensamiento, memoria y concentración. Esta persona le ayudará a tragar de forma segura.
- **Enfermero/a titulado/a:** Esta persona le brinda y coordina sus cuidados médicos y le ofrece formación y apoyo.
- **Enfermero/a titulado/a coordinador/a de cuidados:** Esta persona le instruirá y animará a ocuparse de su salud, le ayudará a establecer los objetivos de salud y a tomar decisiones informadas y a adoptar comportamientos saludables.
- **Rehabilitación:** La rehabilitación es un servicio especial que le ayuda a recuperar las capacidades físicas, mentales y cognitivas (pensamiento y aprendizaje) que se han visto afectadas por una enfermedad o una lesión. Su objetivo es mejorar su capacidad para cuidar de sí mismo y su forma de moverse.
- **Proveedor/a de atención espiritual:** Esta persona brinda apoyo para sus necesidades espirituales o religiosas; le ayuda a curarse emocionalmente y a recuperar la sensación de bienestar espiritual.
- **Recreación terapéutica:** Se trata de una terapia basada en actividades que utiliza sus intereses para ayudarle a cumplir con sus objetivos de salud.
- **Voluntario/a:** Esta persona puede ayudarle de muchas maneras, como llevarlo y traerlo de las consultas médicas, proporcionarle apoyo emocional y permitir a sus allegados algo de tiempo para el autocuidado.

Allina Health complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, gender identity or sex.

Allina Health does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, gender identity or sex.

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-877-506-4595.

Spanish: ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-877-506-4595.

Hmong: LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau 1-877-506-4595.



[allinahealth.org](http://allinahealth.org)