



# ¡Los Cuidadores Familiares si Importan!

## Lista de verificación del archivo del paciente

Lo más importante que puede hacer para funcionar de manera mas efectiva como cuidador es crear y mantener un archivo completo de información sobre la persona que está cuidando. Hay una variedad de formas de crear y mantener en un archivo de paciente. Algunas personas prefieren el papel, algunas electrónicas, otras una combinación de ambas. Puede mantener esta información en cualquier forma que funcione mejor para usted, aunque la mayoría de las personas simplemente la colocan en una carpeta. No tiene que ser bonito, solo tiene que funcionar lo mas conveniente para usted.

Lo importante es que proporciona un acceso fácil y se puede actualizar y compartir de manera eficiente cuando sea necesario.

**Seleccione un lugar para guardar el archivo que le resulte practico.** Un lugar donde pueda agarrarlo rápidamente en caso de emergencia o cuando salga de la casa para asistir a una cita.

**Mantengualo actualizado.** ¡Un archivo desactualizado no le servirá de mucho cuando estés parado en la sala de emergencias a medianoche!

### ¿Qué debe guardarse en el archivo del paciente?

- Historial médico del recipiente de cuidado
  - El diagnóstico
  - Los datos de contacto del médico
  - Alergias
  - Historial de salud (por ejemplo, cirugías, otras condiciones médicas)
- Lista de medicamentos
- Información del seguro
  - Seguro médico privado
  - Plan de recetas
  - Medicare/Medicaid
  - Seguro de cuidado a largo plazo
  - Seguro dental y de la vista
  - Documentos legales
- Testamento vital
  - Poder notarial duradero para atención médica (también conocido como Health Care Proxy)
  - Poder notarial para las finanzas
  - Los datos de contacto para el abogado del beneficiario
  - Orden de no resucitar