

# CONSEGUIR LO QUE MÁS LE IMPORTA A USTED



**REACH**

Resources & Education  
for Aging, Community, and Health

**Hablar con su médico, familia y amigos sobre lo que es importante puede ayudarle a orientar conversaciones sobre sus deseos de obtener tratamiento.**

## USTED TIENE OPCIONES



### **Piense en sus valores**

Piense en lo que más le importa en cuanto a su salud y lo que le ayudará a lograr sus metas. Estas metas pueden incluir cosas como “Quiero continuar cocinando para mi familia” o “Quiero bañarme y vestirme a mi mismo”. Reflexione sobre la manera en que su salud impacta a estas metas.



### **Hable con su médico sobre tratamientos preferidos**

Discutir qué tratamientos médicos desea o no desea recibir con su proveedor, incluyendo cualquier creencia religiosa, cultural o personal, le ayudará a alinear sus objetivos y deseos con el tratamiento que desea.



### **Hable con su familia sobre sus preferencias de cuidado**

Hable con su familia y amigos sobre sus objetivos y por qué son importantes para usted. Aunque sea difícil, cuanto más hable de lo que más le importa, lo más probable es que reciba el tipo de atención que desea. Estas conversaciones son importantes ahora y al final de la vida.



### **Sea proactivo sobre sus deseos al final de la vida**

Nunca es demasiado pronto para pensar en el final de la vida. Utilice un testamento vital para dejar constancia de sus deseos para las personas que le cuidarán. Si pierde la capacidad de tomar sus propias decisiones, es importante haber elegido un agente sanitario (una persona de confianza) que tome esas decisiones por usted.

# SOBRE REACH

**REACH** se dedica a mejorar la calidad de atención de los adultos mayores en Florida. La Facultad de Medicina de la Universidad Estatal de Florida ha recibido fondos federales desde el 2015 para trabajar con una variedad de asociaciones locales, estatales y nacionales para mejorar el personal encargado del cuidado de las personas mayores en Florida. Visite nuestro sitio de internet para obtener más información.

---

ENCUÉNTRENOS EN LÍNEA EN  
**REACH.MED.FSU.EDU**

---

Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración de Recursos de Salud y Servicios (HRSA por sus siglas en inglés) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de los EE.UU. en el marco de un premio por un total de \$750.000 dólares, con un 0 % de financiación de fuentes no gubernamentales. El contenido es propio del autor(es) y no representan necesariamente la opinión oficial, ni aprobación de la HRSA, el HHS o el Gobierno de los Estados Unidos. Para más información, visite [HRSA.gov](http://HRSA.gov).



**REACH**

Resources & Education  
for **Aging**, **Community**, and **Health**

FLORIDA STATE UNIVERSITY COLLEGE OF MEDICINE  
1115 W. CALL STREET, TALLAHASSEE, FL 32306-4300  
[CONNECT.REACH@MED.FSU.EDU](mailto:CONNECT.REACH@MED.FSU.EDU)