

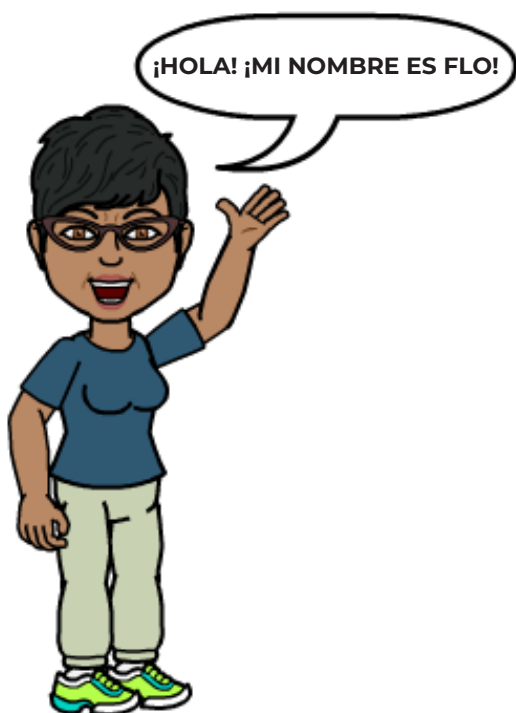


## LIBRO DE TRABAJO DE TRATAMIENTOS PERDIDOS

Desarrollado por Red ESRD 14 Red de Aprendizaje y Acción de Participación del Paciente, en asociación con:

- Pacientes y familias de ERT
- Baylor Scott & White
- DaVita
- Institutos de Especialidades Diversificados
- Fresenius atención médica
- Liberty Norte de Texas
- Emprendimientos Renales
- Sankar Nephrology Group
- Atención médica satelital
- Atención renal en los Estados Unidos

## Conoce a Flo



¿Recordarme? Soy un paciente de diálisis. Para ayudarme a mantenerme saludable, mi equipo de atención médica me dijo que no perder ningún tratamiento es importante. La falta de tratamientos aumenta mi riesgo de hospitalización y muerte. Asegurarme de ir a todos mis tratamientos programados es una manera de vivir una vida más larga y saludable. ¡Tomar parte activa en mi cuidado yendo a todos mis tratamientos me ayudará a sentirme lo mejor!

Trabajemos juntos de nuevo para aprender más sobre los tratamientos que faltan.

Cada uno de los módulos de este libro

tiene actividades que me ayudarán a mí y a otros pacientes de diálisis a aprender más sobre lo que sucede cuando no se reciben tratamientos y cómo podemos evitar problemas graves relacionados con la salud. ¡Trabajemos juntos en este cuaderno para mantenerse saludable!

### **Módulo 1: Establecimiento de objetivos INTELIGENTE**

### **Módulo 2: ¿Qué sucede si me pierdo los tratamientos?**

### **Módulo 3: ¿Cómo puedo evitar perder tratamientos?**

#### **LIBRO DE TRABAJO DE TRATAMIENTOS PERDIDOS: INTRODUCCIÓN**

Para presentar una queja, comuníquese con la Red ESRD 14 al 1-877-886-4435,  
NW14info@allianthealth.org, 4099 McEwen, Ste. 820, Dallas, TX 75244,  
<https://quality.allianthealth.org/topic/esrd-nw14/>.

## Módulo 1: Establecimiento de objetivos inteligente



Gracias por ayudarme con estas actividades. Mi equipo de atención médica me dijo que cualquier buen plan comienza con una buena meta. Las actividades de esta sección tratan de lo que sucede cuando no se realizan tratamientos y cómo podemos establecer metas INTELIGENTE para mejorar nuestra salud.

Realice al menos dos actividades. Cuando haya terminado, pídale a su personal o al Representante del Paciente de la Instalación que lo apruebe. Cada mes, su centro de diálisis hará algo para celebrar

a los pacientes que se enteran de los tratamientos perdidos en este libro de trabajo. ¿No sabe quién es su FPR? ¡Pregunte al personal de su centro de diálisis!

### Actividades en el Módulo 1: Completar dos o más actividades

- Actividad de aprendizaje: ¿Qué es una meta INTELIGENTE?
- Actividad principal: Hoja de trabajo para establecer un objetivo INTELIGENTE
- Actividad para colorear: El aspecto de mi corazón cuando me pierdo los tratamientos
- Actividad para solucionar problemas: Lograr un objetivo INTELIGENTE

\_\_\_\_\_ (nombre del paciente) completó dos o más actividades en este módulo en \_\_\_\_\_ (fecha).

\_\_\_\_\_ (Firma del personal o representante de pacientes de la instalación)

Actividad de aprendizaje: ¿Qué es un objetivo INTELIGENTE?

Recuerde del último libro de trabajo: INTELIGENTE es un acrónimo, lo que significa que cada letra de la palabra representa otra palabra. ¡Las palabras en INTELIGENTE pueden ayudarnos a establecer un objetivo que podamos cumplir!

**Específico:** La meta se enfocará en una idea.

**Medible:** Podemos realizar un seguimiento del objetivo para ver nuestro progreso.

**Asequible:** Podemos lograr este objetivo.

**Realista:** El objetivo requerirá esfuerzo, pero podemos alcanzarlo.

**Oportunidad:** Podemos fijar fechas que nos ayudarán a alcanzar nuestro objetivo.

**Actividad 1.** Rodea las oraciones que son objetivos INTELIGENTE. Uno está hecho para ti. Para objetivos que no son INTELIGENTE, ¿cómo podrías mejorarlos?

Me sentaré durante todo mi tratamiento.

Asistiré a todos mis tratamientos programados en \_\_\_\_\_.  
(paciente de hemodiálisis en el centro)

Nunca volveré a perderme un tratamiento.

Completaré todos mis intercambios cada día de este mes.  
(paciente de diálisis domiciliaria)

Reprogramaré cualquier tratamiento que me falte.

Informaré a mi equipo de atención si tengo que perderme un tratamiento.

Actividad principal: Establecer una hoja de trabajo de objetivos INTELIGENTE

Participar en su atención médica lo hará sentir mejor. ¡Intentemos escribir un objetivo INTELIGENTE para ayudarlo a administrar su atención médica!

Algunas reglas a seguir:

1. ¡Sea específico! Elija un comportamiento que desee cambiar. Por ejemplo, su meta puede ser ir a todos sus tratamientos por un mes.
2. Recuerde hacer de su meta UNA INTELIGENTE. La siguiente actividad le ayudará.
3. ¡Piensa positivamente! Use un lenguaje positivo como “puedo” o “lo haré” en su objetivo.

**Actividad 2.** Ahora, ¡vamos a probarlo!

¿En qué te gustaría trabajar? (Ej: Quiero ir a todos mis tratamientos en agosto).

---

1. ¿Es específico? (¿Puede responder a las preguntas quién, qué, cuándo, dónde y por qué?)

---

2. ¿Es medible? (¿Qué contarás para ver si estás progresando?)

---

3. ¿Es alcanzable? (¿Puede esto realmente suceder?)

---

4. ¿Es realista? (Si lo intentas, ¿puedes llegar a tu objetivo?)

---

5. ¿Es oportuno? (¿Cuándo quieres llegar a tu objetivo?)

---

Mi objetivo **INTELIGENTE**:

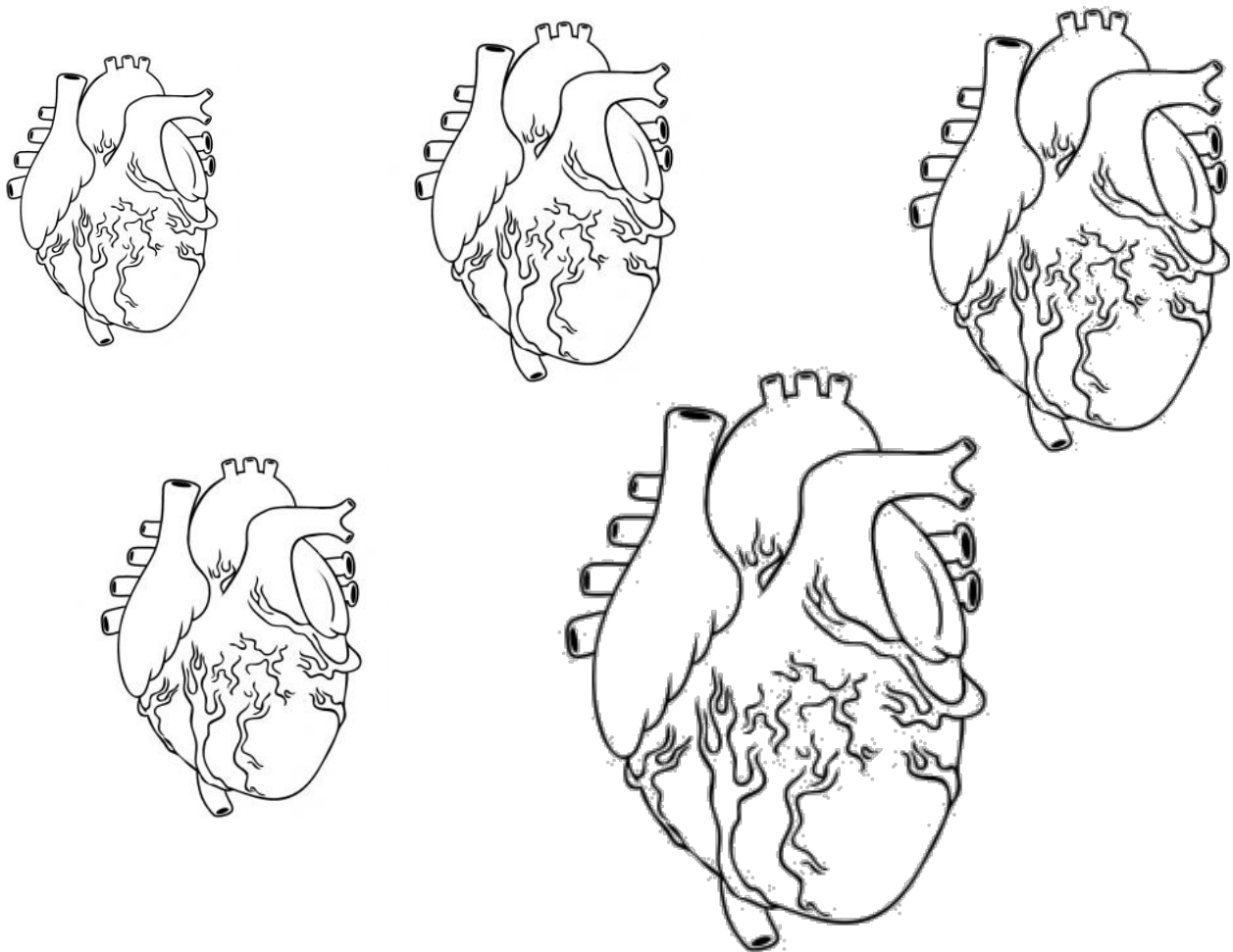
---

---

Actividad para colorear: cómo se ve mi corazón cuando me pierdo los tratamientos

Como usted aprendió en el último libro de trabajo, la diálisis elimina el exceso de líquido de su cuerpo. Cuando se pierde un tratamiento, este líquido permanece en su cuerpo y se acumula a niveles poco saludables. Es posible que su próximo tratamiento no pueda eliminarlo todo. Este líquido extra estira el corazón. Después de mucho tiempo, su corazón no podrá regresar a su tamaño original.

**Actividad 3.** En la foto hay corazones de diferentes tamaños. El corazón más pequeño tiene la menor cantidad de líquido y muestra que el paciente asiste a todos los tratamientos. Colorea el corazón más pequeño **VERDE**. El corazón más grande tiene la mayor cantidad de líquido y muestra que el paciente no ha asistido a tratamientos en mucho tiempo. Colorea el corazón más grande **ROJO**. Los otros corazones tienen diferentes cantidades de líquido y muestran que el paciente asiste a algunos tratamientos. Colorea estos corazones **NARANJA**.



Actividad de resolución de problemas: Lograr un objetivo INTELIGENTE

Flo es un paciente de hemodiálisis en el centro. A veces Flo no puede ir al tratamiento porque tiene otra cita. Con la ayuda de su equipo de atención, Flo estableció un objetivo inteligente de asistir a todos sus tratamientos programados en agosto.

**Actividad 4.** Flo tiene una cita con el médico en un día de tratamiento en agosto. Rodea todas las resoluciones a continuación que ayudarán a Flo a asistir tanto a su cita con el médico como a su tratamiento programado.

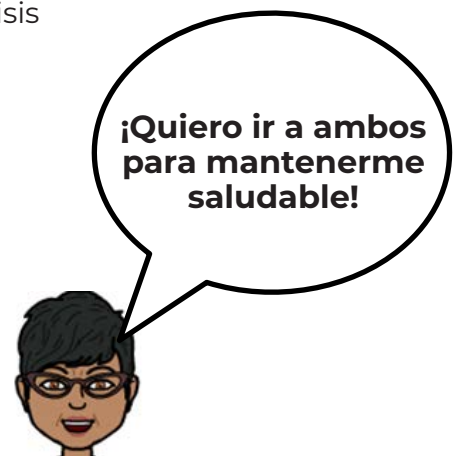
Faltar a la cita y al tratamiento

Volver a programar la cita con el médico para un día sin tratamiento

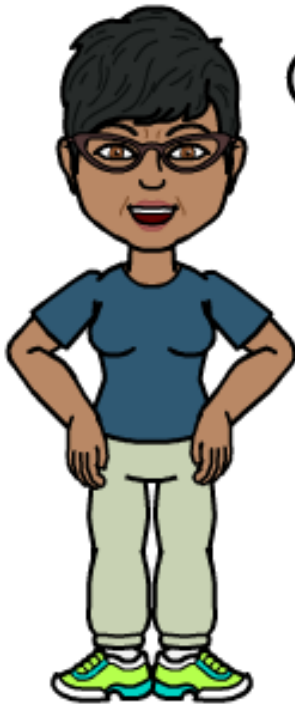
Permita el tratamiento de diálisis

Volver a programar el tratamiento de diálisis

Señalar la cita con el médico



## Módulo 2: ¿Qué sucede si me pierdo los tratamientos?



¡FLO AQUÍ!

Ha realizado un gran trabajo en las actividades del módulo 1. Ahora necesito saber qué sucede si pierdo mis tratamientos de diálisis. Mi equipo de atención dijo que la falta de tratamientos lleva a problemas de salud y la muerte! ¡Realmente quiero aprender más! Vamos a completar las actividades de esta sección para saber qué sucede si nos perdemos los tratamientos.

Realice al menos dos actividades. Cuando haya terminado, pida a su personal o representante de pacientes de la institución que firme para que pueda unirse a la celebración mensual! ¿No sabe quién es su representante de pacientes de la instalación? ¡Pregunte al personal de su centro de diálisis!

### Actividades en el Módulo 2: Completar dos o más actividades

- Actividad de aprendizaje: Los riesgos de faltar a tratamientos
- Actividad principal: Tratamientos perdidos Búsqueda de palabras
- Colorear Actividad: Manejo de fluidos
- Actividad de imagen: ¿Qué Flo ha asistido a todos sus tratamientos?

\_\_\_\_\_ (nombre del paciente) completó dos o más actividades en \_\_\_\_\_ (fecha).

\_\_\_\_\_ (Firma del personal o representante de pacientes de la instalación)



Actividad de aprendizaje: Los riesgos de faltar a los tratamientos

No recibir el tratamiento de diálisis aumenta el riesgo de hospitalización y muerte. Si usted pierde un tratamiento a la semana durante un año, esto es un total de 52 tratamientos perdidos. ¡Es lo mismo que perder cuatro meses de tratamientos! El cierre temprano también agrega hasta cerca de 10 tratamientos perdidos por año.

**Actividad 1.** A continuación se muestra un banco de palabras. Utilice las palabras y frases para rellenar los espacios en blanco y aprender los riesgos de la falta de tratamientos.

1. La falta de tratamientos aumenta la cantidad de \_\_\_\_\_ en su cuerpo.
2. No recibir un tratamiento al mes aumenta el riesgo de muerte \_\_\_\_\_ o 1 en 4 en los próximos dos años.
3. La falta de tratamientos lleva a \_\_\_\_\_.
4. Si usted falta tres o más tratamientos, usted tendrá que tratar en el \_\_\_\_\_ antes de que pueda regresar al centro de diálisis.
5. No recibir dos tratamientos al mes aumenta el riesgo de muerte \_\_\_\_\_.
6. La falta de tratamientos puede aumentar el riesgo de no recibir un riñón \_\_\_\_\_.

### el banco de palabras

el fluido      25%      ER (sala de emergencias)      51%      el trasplante  
hinchazón, dificultad para respirar, presión arterial alta y aumento de peso

Actividad principal: Búsqueda de palabras de tratamientos perdidos

**Actividad 2.** Las palabras a continuación son cosas que puede evitar yendo a todos sus tratamientos. Encuéntralos en la búsqueda de palabras.

L O S D O L O R E S D E C A B E Z A H P  
Q B Ñ T Y Í C L C E Í Ó Ó V L P Ú G I R  
X W A H H Í Ñ Y H É Ú P Ú C A C I M N E  
Q D Q S P Á H E V Ó P X Z Q S Y G Y C S  
Ñ É G I N N Á X Í V Ú Q É W T E C N H I  
V M V J H W Á Q Ñ F Á K Q I O Q O B A Ó  
T I É O B B L J A É Ó S V Z S D H F Z N  
I S J M G Y K M Á C C K T É E J F Ñ Ó A  
C A N S A N C I O Z X U H Y S Q U Á N R  
A H W I Ú F W F L Ú G U I B U B T K Í T  
H O S P I T A L I Z A C I Ó N Á B I T E  
R W G L D T C Í X Á D T T N Á L É N F R  
F É P C K B Q P É W X G L P E E T V Y I  
V I Ñ O Ñ P G C B E N F E R M E D A D A  
M B E U Í Q K I G V Á M Y N Y A H Ñ I L  
A F O E Y S A R E D Z Y O J Í O U O R A  
P L O F K U S A D I R C Z D G Ó Ñ U Ú L  
G K W D Ó U V Á S X A P B É L Z C Y Á T  
W A U M E N T O D E P E S O Ó Y V Y M A  
L Q K O J K M U E R T E I N S O M N I O

### la palabra

Hospitalización  
Muerte  
Enfermedad  
Aumento de peso

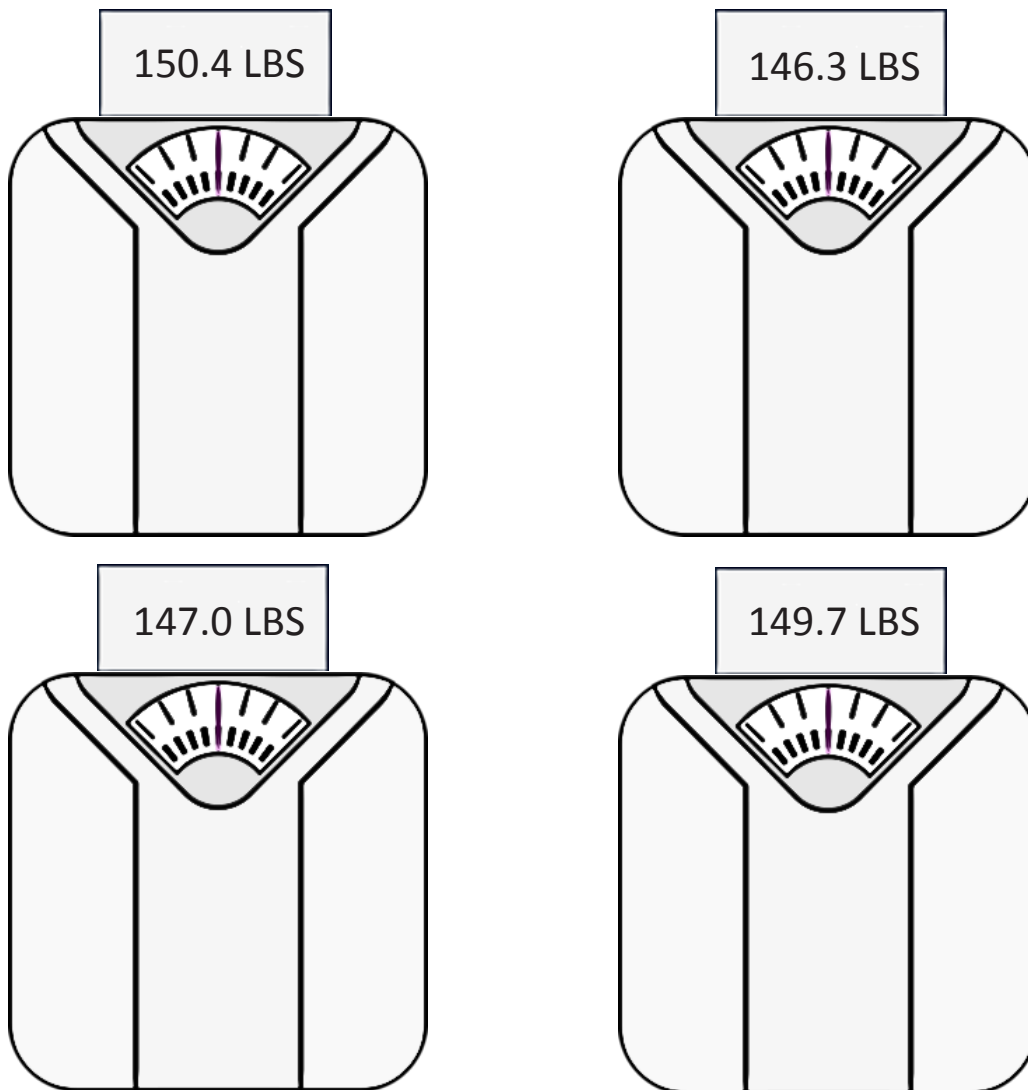
Los dolores de cabeza  
Las toses  
Dificultad para respirar  
Insomnio

Hinchazón  
Presión arterial alta  
Cansancio

Actividad de coloración: Manejo de fluidos

Flo es un paciente de hemodiálisis en el centro y pesa 145,2 libras. Ella maneja sus líquidos y tiene la meta de ganar no más de 2 libras entre cada tratamiento. FLO se pesa cada mañana para mantenerse en el buen camino. Si pierde un tratamiento, ganará más peso porque el líquido se acumula en su cuerpo.

**Actividad 3.** Estas son imágenes de las escalas de Flo. Si Flo ganó menos de 2 libras, colorea la báscula **VERDE**. Esto muestra que Flo fue a sus tratamientos programados. Si Flo ganó más de 2 libras, colorea la báscula **DE ROJO**. Esto muestra que Flo perdió sus tratamientos programados.



Actividad de la imagen: ¿Qué Flo ha asistido a todos sus tratamientos?

**Actividad 4.** Rodea la imagen que muestra a una Flo que fue a todos sus tratamientos programados. ¡Usa los síntomas y signos en las cajas para saber cuándo Flo se siente mejor!



El Flo en esta imagen:

1. Está cerca de su peso seco
2. Tiene presión arterial normal
3. Se siente bien



El Flo en esta imagen:

1. Ha ganado peso
2. Tiene presión arterial alta
3. No puedo acostarse boca arriba
4. No puedo dormir por la noche
5. Tiene dolor de cabeza y está cansado
6. Tose y tiene problemas para respirar

## Módulo 3: ¿Cómo puedo evitar perder tratamientos?

¡Buen trabajo en las actividades del Módulo 2! Ahora que sé cuáles son los riesgos de faltar tratamientos, necesito saber cómo puedo evitar faltar mis tratamientos. Mi equipo de atención dice que a veces los pacientes piensan que tienen que faltar a un tratamiento programado, pero puede haber una solución para ayudarles. Así que completemos las actividades de esta sección para aprender a evitar la pérdida de tratamientos.

Completar al menos dos actividades. Cuando haya terminado, pídale a su personal o representante de pacientes de la instalación que firme para que pueda unirse a la celebración mensual. ¿No sabes quién es tu representante de pacientes de la instalación? ¡Pregúntele al personal de su centro de diálisis!

### Actividades en el Módulo 3: Completar dos o más actividades

Actividad de aprendizaje: Formas de evitar la falta de tratamientos

Actividad principal: Crear un calendario

??? Actividad:

??? Actividad:

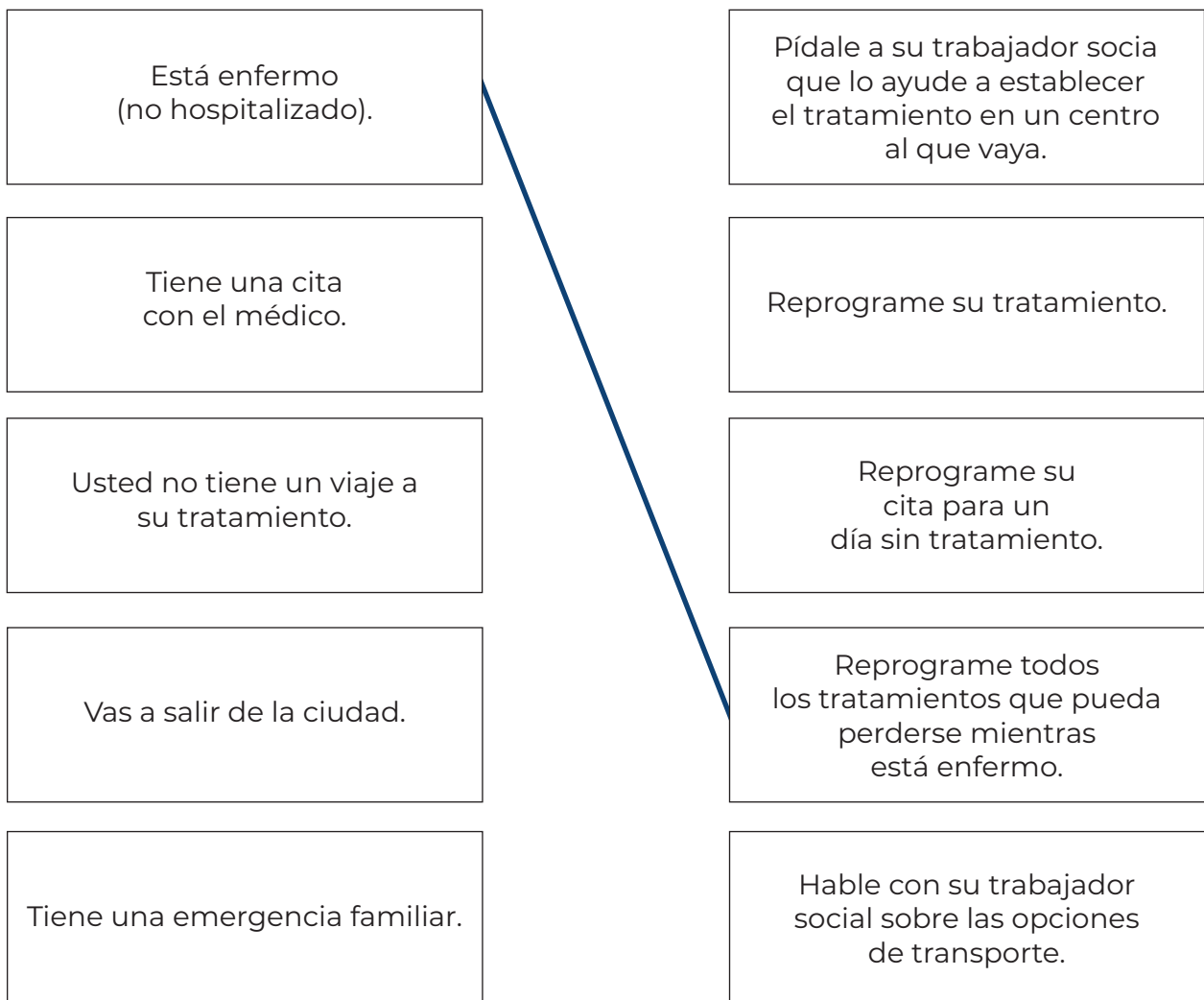
\_\_\_\_\_ (nombre del paciente) completó dos o más actividades en este módulo en \_\_\_\_\_ (fecha).

\_\_\_\_\_ (Firma del personal o representante de pacientes de la instalación)

Actividad de aprendizaje: Formas de evitar perder tratamientos

A veces, un evento importante entra en conflicto con los tratamientos programados. Tal vez tenga que salir de la ciudad o tener una cita con el médico. Su vida no necesita ser controlada por su programa de diálisis, pero debe consultar con su equipo de atención médica para resolver conflictos de programación y asegurarse de recibir el tratamiento que necesita.

**Actividad 1.** Haga coincidir la razón por la que se pierde un tratamiento a la izquierda con una resolución para asegurarse de recibir tratamiento a la derecha. Uno está hecho para ti.







El documento de recursos de la Red ESRD 14 se crea y publica bajo el número de contrato de los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid: HHSM-500-2016-NW014C.

Para presentar una queja, comuníquese con la Red ESRD 14 al 1-877-886-4435 (teléfono), 972-503-3219 (fax), NW14info-allianthealth.org (correo electrónico)  
<https://quality.allianthealth.org/topic/esrd-nw14/>