

SALUD *Y* H.O.P.E.

AYUDA PARA PROCESAR TODO LO RELACIONADO A LA DIALYSIS



La voz de un paciente

“En primer lugar, doy gracias a Dios por mantenerme vivo a través de los años mientras realizaba diálisis. Estoy agradecida a Dios por vivir mi vida, por poner buenas personas en mi vida, y por darme una buena familia que me apoye. Estoy muy agradecido por el buen personal médico, los médicos y los trabajadores de DCI en su conjunto. Solo te diré que estoy tan bendecida”. – Lorraine Poe, paciente de hemodiálisis en el centro de DCI Jackson, Tennessee.

¡Lorraine ha estado en diálisis durante 26 años!

¿Tiene alguna inquietud o queja?

La red gestiona las quejas de los pacientes. Una queja es una preocupación escrita o hablada sobre la atención o los servicios proporcionados por un centro de diálisis. Una queja puede ser hecha por usted o por otra persona. Sus preocupaciones son importantes para nosotros. Aquí hay algunos consejos si tiene una queja:

- Hable con alguien de su equipo de atención médica. Esto puede incluir a su trabajador social, enfermera principal, administrador de la clínica o médico. Pide hablar de tus preocupaciones en un lugar privado.
- Escribe tus preocupaciones. Esto le ayudará a hablar sobre sus sentimientos con su equipo de atención médica.
- Conoce tus derechos como paciente.
- Si sus preocupaciones no se solucionan, o no se siente fácil hablar con el personal de la instalación, comuníquese con su agencia de encuestas de la red o del estado. (Consulte la tabla para los números de teléfono y las direcciones)

El proceso de queja debe publicarse en el área de espera de su instalación. Puede presentar una queja de forma anónima (sin proporcionar un nombre a la Red) o confidencial (proporcionando un nombre a la Red pero no a la

instalación). Su centro nunca debe castigar a nadie por quejarse. Llame o envíe un correo electrónico a su Red o Agencia Estatal de Encuestas si ha sido castigado por quejarse.
 A

continuación se encuentra la línea directa para pacientes y la información de contacto del Departamento de Salud de su estado:

Red 8: (Alabama, Mississippi o Tennessee)

La línea directa para pacientes es **877-936-9260**.

Departamento de Salud Pública de Alabama
800-356-9596
www.adph.org/healthcarefacilities/

Departamento de Salud del Estado de Mississippi
800-227-7308
www.msdh.state.ms.us/msdhsite/_static/30,0,83.html

Estado de Tennessee - Oficina de Instalaciones de Atención Médica
877-287-0010
<https://www.tn.gov/health/health-professionals/hcf-main.html>

Red 14: (Texas) La línea directa para pacientes es **877-886-4435**.

Unidad de Atención de Calidad del Paciente de la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas
1-888-973-0022

<https://www.hhs.texas.gov/services/your-rights/complaint-incident-intake/how-do-i-make-a-complaint-about-hhs-service-provider>

Para obtener más información sobre cómo presentar una queja, visite <https://quality.allianthealth.org/complaint-and-grievance-process/>.

Comité Asesor del Paciente



¿Te gusta ayudar a los demás? Si es así, únase a nuestro Consejo Asesor de Pacientes (PAC). Los miembros de PAC ayudan a la Red a mejorar la atención y la calidad de vida de los pacientes con ESRD. Los pacientes, los familiares y el personal de las instalaciones pueden unirse al PAC.

Para obtener más información sobre el PAC y cómo unirse, visite nuestro sitio web de la [Red 8](#) (Alabama, Mississippi and Tennessee) o el sitio web de la [Red 14](#) (Texas). Estas páginas web tienen información sobre otras formas de involucrarse, como convertirse en un representante del paciente del centro (FPR) o un mentor de pares.

Consulte lo siguiente:

- [Folleto de reclutamiento](#) de la Red 8 PAC y [formulario de solicitud](#)
- [Vídeo de reclutamiento](#) de la Red 14 PAC, [folleto de reclutamiento](#) y [formulario de solicitud](#)

Para preguntas sobre el PAC de la Red 8, envíe un correo electrónico a Casey Rich a casey.rich@allianthealth.org.

Para preguntas sobre el PAC de la Red 14, envíe un correo electrónico a la Debbie O'Daniel a debbie.odaniel@allianthealth.org.



PLAN DE DESASTRE DE EMERGENCIA

¿Sabes qué hacer si necesitas salir de tu casa e ir a un lugar seguro? Si tiene que ir a otra ciudad por seguridad, ¿sabe cómo obtener una cita de diálisis? ¿Tiene una copia de la dieta de emergencia de tres días en caso de que un desastre golpee su ciudad o su hogar? ¿Su familia conoce su plan de desastre? **¡Planear con anticipación puede salvar su vida!**

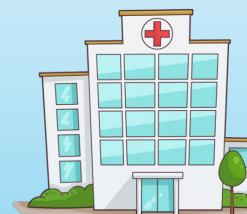
Su centro de diálisis tiene un plan de emergencia en caso de un desastre. Pregúntele a su equipo de atención médica sobre la seguridad del paciente en la clínica. Aquí hay algunos recursos para ayudarlo con la planificación de emergencias:

- Preparación para emergencias: [Una guía para personas en diálisis](#)
- [Recursos de respuesta a emergencias de la comunidad renal](#) (KCER)
- [Procedimiento de desconexión de emergencia para pacientes de hemodiálisis en el centro](#)
- [Lista de verificación y consejos de preparación para emergencias](#)
- [Dieta renal de emergencia de 3 días](#)
- [Tarjeta de identificación del paciente](#)
- [Hoja informativa de Salvar una vida](#)
- [Recursos de la Fundación Nacional del Riñón](#) (NKF)
- [Aplicación meteorológica de FEMA](#) (para recibir alertas meteorológicas en su área más otras cuatro ubicaciones)
- [Preparado](#)
- [Agencia](#) de Manejo de Emergencias de Alabama
- [Agencia](#) de Manejo de Emergencias de Mississippi
- [Agencia](#) de Manejo de Emergencias de Tennessee
- [Texas Preparado](#)
- [El portal para pacientes](#) de ESRD Network 14

Cómo mantenerse fuera del hospital

- Terminar todos los tratamientos
- Siga sus límites de ingesta de líquidos
- Siga su dieta renal y diabética
- Mantenga las manos y el acceso limpios
- Ir a todas sus citas médicas
- Tómese tu medicina
- Obtén tus fotos

Manténgase saludable para que pueda permanecer fuera del hospital.



Recetas de bebidas de verano



ENFRIADOR DE SANDÍA (de kitchen.kidneyfund.org)

Ingredientes:

- 1 pomelo, pequeño
- 2 tazas de sandía, cubos
- 8 cubitos de hielo 1 taza de agua
- Una pizca de sal marina
- 1 cucharadita de miel



Instrucciones:

1. Pele el pomelo y mantenga la membrana blanca. Separe en pedazos.
2. Procese todos los ingredientes, excepto la miel, en la licuadora.
3. Añade miel y procesa durante otros 15 segundos. Servir y disfrutar.

Rinde 3 porciones – Tamaño de la porción de vaso de 8 onzas

TÉ HELADO CON NARANJA Y MENTA (de kitchen.kidneyfund.org)

Ingredientes:

- ½ galón de agua hirviendo
- 4 bolsitas de té negro
- 2 naranjas grandes, lavadas y cortadas en rodajas
- 2 manantiales grandes de hojas de menta fresca, lavadas

Instrucciones:

1. Añade las bolsitas de té al agua hirviendo. Aparta de 3 a 5 minutos.
2. Poner en el refrigerador por 2 a 3 horas.
3. Añadir las rodajas de naranja y menta y volver a la nevera durante unas horas o toda la noche.
4. Servir sobre hielo.

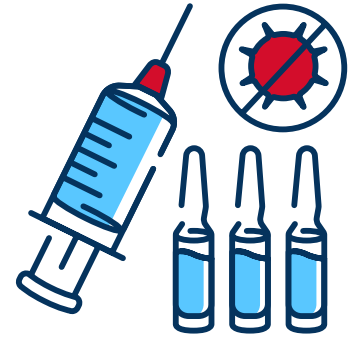
Rinde 8 porciones
– Tamaño de la porción 1 taza



Toma tus fotos

Tener enfermedad renal significa que puede contraer infecciones fácilmente. Las vacunas (o inyecciones) pueden evitar que se enferme. Las tres vacunas que reciben las personas con enfermedad renal son la gripe, el neumococo y el COVID-19.

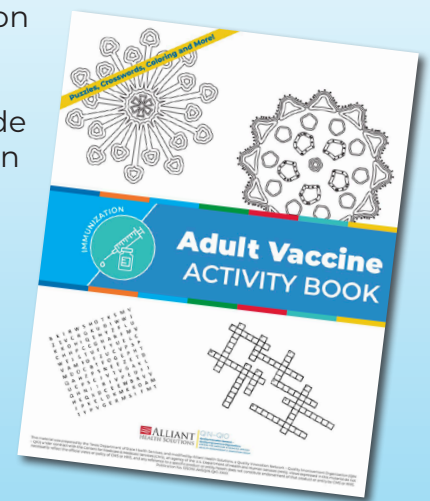
LA GRIPE – La vacuna contra la gripe puede evitar que contraiga la gripe o se enferme realmente si contrae la gripe. La gripe causa dolores de cabeza, dolores corporales, fiebre, dolor de garganta, cansancio y secreción nasal.



NEUMOCÓCICO – La inyección neumocócica ayuda a protegerte de 20 tipos diferentes de bacterias neumocócicas. La bacteria neumocócica causa fiebre alta, escalofríos, tos, dolor de cabeza, dificultad para respirar, dolores en el pecho y dolores musculares.

COVID-19 – La vacuna COVID-19 te protege de COVID-19. COVID-19 causa fiebre o escalofríos, tos, falta de aire o dificultad para respirar, cansancio, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, pérdida del gusto u olfato, dolor de garganta, congestión o secreción nasal, dolor de estómago o vómitos y diarrea.

Vea el [Libro de actividades de vacunas para adultos](#) para aprender acerca de estas y otras vacunas que pueda necesitar. El Libro de Actividades tiene páginas para colorear, rompecabezas y búsquedas de palabras para hacer divertido aprender sobre las vacunas. Hable con su proveedor de atención médica para asegurarse de que está al día con sus vacunas.



Consejos de servicios para pacientes

Si necesita ayuda para entender lo que su médico o equipo de atención médica le dice, pídale que lo repitan en términos simples. Participe en su atención médica uniéndose a su plan de atención, hablando, tomando notas o hablando con su mentor de pares de la clínica.

Aquí están los pasos que puede tomar.

- Pregúntele a su trabajador social de la instalación sobre los servicios de traducción. Los servicios de traducción son gratuitos para hablantes limitados de inglés o cualquier persona que use el lenguaje de señas americano.
- Pídale a su equipo de atención médica que le dé información o instrucciones en un idioma que conozca.
- Pregúntele a su trabajador social de la instalación o a su equipo de atención médica acerca de unirse a la reunión del plan de atención.
- Tome notas y escriba para que su equipo de atención médica las lea y responda.
- Pregúntele a su trabajador social de la instalación acerca de unirse a un grupo de apoyo renal o un programa de tutoría entre pares.



Echa un vistazo a los sitios web a continuación:

- [Participe más en su atención médica: Consejos para pacientes \(allianthealth.org\)](https://allianthealth.org)
- [Mi plan, mi cuidado \(esrdncc.org\)](https://esrdncc.org)
- [Programa de mentoría entre pares de la Red de Enfermedad Renal en Etapa Terminal \(ESRD\) \(allianthealth.org\)](https://allianthealth.org)

Evitar retrasos en la lista de espera de trasplantes

Recibir un trasplante puede llevar mucho tiempo. Con la ayuda de su médico y su equipo de atención médica, puede hacerlo más rápido al hacerse las pruebas temprano. Vea **Cómo evitar retrasos en la lista de espera de trasplantes** en [inglés](#) e [español](#) para obtener más información.



Para presentar una queja, comuníquese con las siguientes agencias:

Red ESRD 8 - Teléfono: 1-877-936-9260; Correo electrónico: nw8info@allianthealth.org;

Correo: 775 Woodlands Pkwy, Suite 310, Ridgeland, MS 39157; Sitio web: <https://quality.allianthealth.org/topic/esrd-nw8/> -

Para pacientes e instalaciones en AL, MS, TN;

Red ESRD 14 - Oficina: 972-503-3215; fax: 972-503-3219; Línea gratuita: 877-886-4435;

Correo electrónico: nw14info@allianthealth.org; Correo: 4099 McEwen Rd, Suite 820 Dallas, TX 75244;

Sitio web: <https://quality.allianthealth.org/topic/esrd-nw14/> - Para pacientes e instalaciones en TX.

Producido bajo números de contrato: **Red ESRD 8**: 75FCMC19D0005-75FCMC21F0001

y **Red ESRD 14**: 75FCMC19D0005-75FCMC21F0002

