



Después del hospital:

Guía de atención de transición



MASSACHUSETTS
Health & Hospital
ASSOCIATION

Agradecimientos

El Consejo de Uniformidad en la Atención (CCC) es un consejo asesor de la Asociación Sanitaria y de Hospitales de Massachusetts (MHA) creado con el objetivo de mejorar los cuidados y experiencias de los pacientes, y obtener resultados clínicos y económicos a través de estrategias de salud públicas. Proporciona un espacio para que sus miembros colaboren de forma continua y busquen soluciones a las barreras normativas y clínicas que obstaculizan la vital labor de los cuidadores.

MHA y el Consejo de Cuidados Continuos agradece a los numerosos médicos, socios y organizaciones que han contribuido en la elaboración de esta guía.

Miembros del CCC y personas que han contribuido generosamente con su tiempo en esta guía:

- Louis J. Woolf: presidente y director general de Hebrew SeniorLife y antiguo copresidente de CCC,
- Robin Hynds: vicepresidenta sénior y directora de operaciones del Hospital General de Lawrence; copresidenta de CCC,
- Maureen Banks: directora de operaciones y de enfermería de Spaulding Rehabilitation Network; copresidenta de CCC,
- Jann Ahern: vicepresidenta de operaciones de Cuidados Comunitarios y del Hogar del Sistema Sanitario de South Shore,
- Tara M. Gregorio: presidenta de la Asociación Sanitaria y del Cuidado de Ancianos de Massachusetts,
- Dawn Hobil: administrador de programas sénior de Healthcentric Advisors,
- Karen Mattie: directora sénior de Operaciones Clínicas del Centro Médico de Boston,
- Bob McCall: vicepresidente de la Red de Desarrollo y Servicios de Rehabilitación Intrahospitalaria de Spaulding Rehabilitation Network,
- Christine McMichael: directora ejecutiva de la Federación de Hospicio y Cuidados Paliativos de Massachusetts,
- Elisa Sherman: presidenta de LeadingAge de Massachusetts.

Compañeros que han contribuido y revisado generosamente esta guía:

- Asociación de los Sistemas de Salud Conductual de Massachusetts,
- Fallon Health,
- Oficina Ejecutiva de Salud y Servicios Humanos de Massachusetts,
- Asociación de Massachusetts de Salud Mental,
- Consejos de Asesoramiento de Pacientes y Familiares de numerosas organizaciones de la MHA,
- Gestores de Casos de miembros de la MHA,
- Commonwealth Care Alliance, que llevó a cabo entrevistas a los miembros de MassHealth que contaban con experiencia en el uso de servicios de atención de transición.

Gracias al equipo de Asociados de Gestión Sanitaria (HMA): Ellen Breslin, director de proyectos; Jody Gastfriend; Kelsi Jackson; Maddy Shea; Zach Gaumer; Barry Jacobs; y Tom Dehner.

Equipo de la MHA:

Patricia Noga, vicepresidenta de asuntos clínicos.
Adam J. Delmolino, director de salud virtual y asuntos clínicos.
Kimberly Stevenson, directora sénior de asuntos clínicos.
Departamento de comunicación de la MHA.

Esperamos que esta guía ayude a muchos pacientes y familiares a tomar las mejores decisiones relacionadas con la atención de transición.



Parte 1. Introducción

Esta guía ha sido creada por la Asociación Sanitaria y de Hospitales de Massachusetts (MHA) para ayudar a que usted y su familia puedan tomar las mejores decisiones relacionadas con la atención de transición. La información que encontrará en esta guía le ayudará a tomar estas decisiones sanitarias con seguridad.

Mucha gente necesita cuidados médicos para recuperarse de daños, enfermedades, cirugías u hospitalizaciones derivadas de algún suceso sanitario. Por ejemplo, algunas personas podrían necesitar rehabilitación, cuidados de bienestar para aliviar el dolor y otros síntomas de una enfermedad grave, o cuidados terminales. Todos estos cuidados que se ofrecen fuera del tradicional ámbito hospitalario se conocen como «atención de transición». Es necesario que reciba los cuidados correctos en el momento y lugar adecuados para poder lograr sus objetivos, cubrir sus necesidades y mantener una buena calidad de vida. Para obtener los mejores resultados, también es de vital importancia que dichos cuidados sean realizados por profesionales sanitario que puedan cubrir sus necesidades de forma humildad cultural.

Su equipo sanitario puede que le recomiende alguna terapia de atención de transición.

La mayor parte de las personas no conoce el concepto de «atención de transición». Esta guía presenta y detalla las opciones que tiene en este tipo de cuidados después de un cambio importante en su salud.

La Asociación Sanitaria y de Hospitales de Massachusetts entiende que explorar las opciones para usted o su seres queridos puede ser difícil, incluso bajo las mejores circunstancias. Encontrar los cuidados adecuados para usted o su familiar durante una emergencia sanitaria pública, como la pandemia de la COVID-19, puede ser incluso aún más complicado. Esta guía ha sido elaborada en un marco donde se asume que no se dan emergencias o restricciones públicas adicionales. Si usted o sus familiares necesitan valorar un cambio en los cuidados durante la pandemia de la COVID-19, u otra emergencia sanitaria de carácter público, tenga en cuenta que se podrían aplicar determinadas consideraciones o recomendaciones estatales o de las autoridades federales competentes, así como su profesional sanitario confianza.

¿Cómo puede ayudarme la atención de transición?



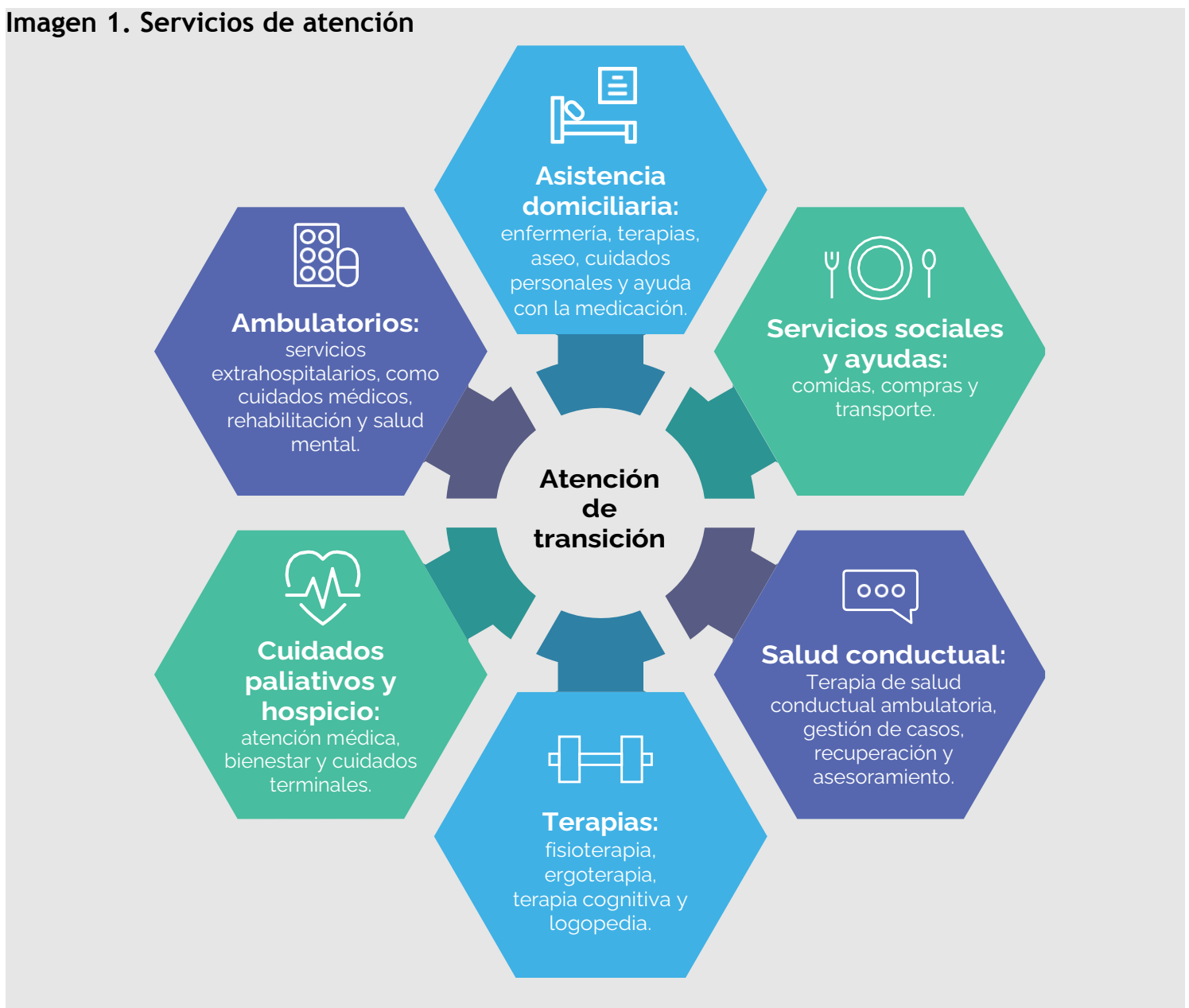
La atención de transición puede:

- ✓ Ayudar a que se recupere después de un suceso en su salud, normalmente durante un periodo limitado.
- ✓ Ayudar a recuperar funcionalidad y mejorar su calidad de vida.
- ✓ Ofrecer terapia física o ergoterapia, entre otras.
- ✓ Ofrecer servicios que cubran las necesidades de salud mental o toxicomanía.
- ✓ Ofrecer cuidados de bienestar, cuidados paliativos que alivien el dolor u otros síntomas de una enfermedad grave, o cuidados terminales.
- ✓ Realizarse en casa por personal de atención médica en el domicilio.
- ✓ Realizarse en clínicas ambulatorias o en consultorios médicos.
- ✓ Realizarse en centros especializados de enfermería o centro sociosanitario.
- ✓ Ser proporcionada por medio de citas virtuales de telemedicina.

DESCRIPCIÓN DE LOS SERVICIOS DE ATENCIÓN DE TRANSICIÓN

La atención de transición incluye varios servicios que le permiten lograr sus metas y cubrir sus necesidades. Los servicios de cuidados de transición se pueden realizar en el domicilio, en un centro ambulatorio local, como el despacho de un médico, en una clínica ambulatoria o en un centro sociosanitario durante un corto espacio de tiempo. Es conveniente que consulte a su médico para asegurarse de que la planificación del proceso de cuidados coincide con los objetivos que usted y su familia desean lograr y que se abordan de forma pormenorizada. El proceso de planificación de la atención de transición también deberá tener en cuenta cualquier necesidad de salud conductual con el fin de que se den los servicios de salud mental o uso de sustancias adecuados. Consulte siempre su plan de salud o seguro médico para verificar que los servicios que necesita están cubiertos.

Imagen 1. Servicios de atención





Parte 2. Su guía de ruta para tomar las mejores decisiones

Sabemos que buscar una atención de transición adecuada en momentos de estrés o incertidumbre puede ser difícil para usted y su familia.

Para que buscar sea lo más sencillo posible, esta guía le ofrece cinco pasos que le ayudarán en el proceso.

Paso 1. Entienda qué tipo de atención necesita

Paso 2. Conozca aquellos servicios que cubren sus necesidades

Paso 3. Hable con su seguro médico o plan de salud

Paso 4. Infórmese bien sobre los profesionales sanitarios a su cargo

Paso 5. Elija la mejor opción

Paso 1. Entienda qué cuidados necesita

Es importante que sepa qué aspectos desea tratar en la atención de transición. Comprender sus necesidades le ayudará a recibir la mejor atención posible. Obtener la mejor atención posible es crucial de cara a su recuperación. En eventos programados, como las cirugías, muchas personas elaboran planes de atención de transición con antelación.

PLAN DE ATENCIÓN DE TRANSICIÓN

- **Ya tengo un plan de atención de transición.** En los eventos programados, como una cirugía de cadera o un reemplazo de rodilla, muchas personas realizan un plan de atención de transición con antelación. Revise este plan con su médico para asegurarse de que es adecuado para usted.
- **Necesito un plan de atención de transición.** Algunos eventos no se pueden planificar. No es posible conocer ciertas necesidades hasta que se encuentra en el hospital. Es una realidad que ocurre con aquellos sucesos inesperados, como un infarto. En estos casos, la planificación se suele realizar en el hospital. Es de vital importancia que le ayude el equipo sanitario que se encarga de usted. También deberá consultar su plan de salud o seguro médico para confirmar que cubren los medicamentos, terapias, cuidados en el centro de rehabilitación, cuidados intensivos de larga duración en el hospital o centro sociosanitario y cualquier otro tipo de atención o servicio pudiera ser necesario.

EJEMPLOS DE ATENCIÓN DE TRANSICIÓN

- Ayuda para comer, bañarse, vestirse e ir al baño.
- Ayuda con la dieta para lograr objetivos nutricionales.
- Ayuda para moverse en el domicilio.
- Ayuda para comprar comida, ciertas tareas del hogar y lavandería.
- Compañía para mejorar el bienestar y evitar la soledad.
- Ayuda para monitorizar la temperatura, la presión y el peso.
- Ayuda para el cuidado de mascotas
- Ayuda con la medicación.
- Información sobre las medicinas y sus efectos secundarios.
- Fisioterapia, terapia ocupacional, cognitiva y logopedia.
- Enfermería especializada, cuidados de heridas y medicación intravenosa.
- Ayuda para utilizar equipamiento médico y material sanitario, como el oxígeno o los nebulizadores.
- Acceso al transporte para acudir a las citas médicas o diálisis.
- Acceso a la tecnología, telemedicina.
- Tratamiento para el dolor.
- Cuidados de bienestar, gestión de enfermedades y cuidados terminales.

PLANIFICACIÓN DE LOS CUIDADOS

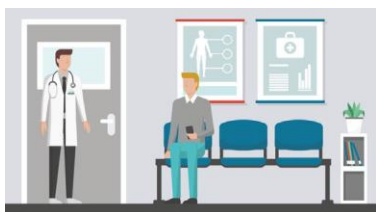


Al planificar sus cuidados futuros, también puede planificar eventos inesperados. Si aún no lo ha hecho, es recomendable que otorgue un "poder de asistencia médica", para que alguien tome las decisiones médicas por usted cuando no pueda hacerlo. Si usted o un miembro de su familia tiene una enfermedad grave avanzada o algún problema médico, los adultos tienen la posibilidad de completar con su médico, enfermero especializado o asistente médico el formulario MOLST (siglas en inglés de «Órdenes Médicas para el Tratamiento de Soporte Vital»). Hable con su médico sobre su pronóstico, opciones de tratamiento y el tipo de cuidados que quiere o no quiere tener. Su médico rellenará el formulario MOLST de acuerdo con sus peticiones, que serán respetadas por todos los médicos que le atiendan. Honoring Choices de Massachusetts ofrece información sobre planes sanitarios actualizados, documentos de planes gratuitos de Massachusetts y muchos recursos para adultos, familias y cuidadores. Su red de colaboradores locales puede ayudarle a mantenerse conectado a la atención sanitaria de su localidad.

ATENCIÓN DOMICILIARIA, AMBULATORIA O EN UN CENTRO



Atención domiciliaria. Muchas personas reciben la atención de transición en casa. Por ejemplo, quizá necesite servicios sanitarios, como cuidados de enfermería o fisioterapia especializada. También puede necesitar cuidados personales, como ayuda para ducharse, vestirse o ir al baño. Quizá también requiera ayuda para desplazarse a las citas médicas.



Atención ambulatoria. Muchas personas reciben servicios de rehabilitación o medicación intravenosa en una clínica ambulatoria. Puede que necesite visitar a un médico varias veces a la semana para recibir tratamientos o terapias médicas.



Atención en centros. Algunas personas reciben cuidados en un centro durante cortos periodos de tiempo. Dependiendo del tipo de atención de transición que necesite, puede que precise atención las 24 horas en un centro que cubra sus necesidades de atención de transición. Mientras se encuentra en el centro, también necesitará un plan para gestionar los asuntos del hogar y mantenerse conectado con sus seres queridos.

Los cambios de entorno en los servicios de atención de transición

Los cambios a la hora de recibir atención tienen lugar cada vez que se traslada de un entorno a otro.

Puede que pase por numerosos cambios de entorno cuando reciba atención de transición. Por ejemplo, puede que se le traslade del hospital a casa, de casa al hospital y del hospital a un centro especializado de enfermería o de rehabilitación. Después de abandonar el centro, quizá siga recibiendo atención de transición en casa, entendiendo como «casa» el domicilio privado o un centro sociosanitario. También puede recibir atención en una clínica ambulatoria con servicios de rehabilitación y recuperación después de su estancia en el hospital.

Los cambios de entorno para recibir cuidados también son importante en personas con problemas de salud conductual (salud mental y uso de sustancias).

Un cambio de entorno agradable es importante para su recuperación.

Para lograrlo, lo mejor es trabajar con su equipo sanitario y médico de atención primaria con el fin de asegurar que el cambio de entorno sea lo más agradable posible. Si el cambio para recibir cuidados no se planificó antes de la hospitalización, deberá hacerlo justo después de su ingreso hospitalario.

1. Conozca qué cuidados va a recibir y su duración. Asegúrese de que tiene toda la información que necesita sobre el lugar al que va y el tipo de cuidados que recibirá. ¿Se va a casa o a un centro? Si pudiera elegir, ¿dónde prefiere recibir la atención? ¿Qué tipo de atención se ofrece en cada centro?

2. Escoja a un familiar como cuidador. Familiarícese con la ley de cuidados CARE. Esta ley se aplicó en Massachusetts en 2017 y establece la obligatoriedad de registrar el nombre de un miembro de la familia o amigo en el momento del ingreso hospitalario, con el fin de que el personal sanitario del hospital tenga una persona de contacto para hablar sobre los cambios de entorno del paciente. Esta ley también establece que se debe notificar a los pacientes y miembros de la familia o amigos designados de los posibles traslados al domicilio o a algún centro para que todas las partes sepan cuándo se realizará dicho traslado. Particularmente si se le va a trasladar a su domicilio, la persona designada deberá recibir instrucciones claras y demostrables sobre los cuidados domiciliarios (especialmente médicos) antes de que abandone el hospital.

3. Entienda los objetivos y necesidades de sus cuidados. Asegúrese de que puede responder a las siguientes preguntas: ¿Cuál es el principal objetivo de su tratamiento? ¿Mejorará su funcionalidad? Si es así, ¿en qué medida lo hará? ¿Se recuperará completamente? ¿Necesitará cuidados adicionales? ¿Qué tipo de cuidados adicionales podría necesitar y durante cuánto tiempo?

4. Hable con el trabajador social del hospital o con el plan de salud para obtener ayuda. Usted, sus familiares y médicos locales deben colaborar para gestionar el cambio de entorno, independientemente de si va a su casa o a un centro.

5. Trate los problemas uno a uno. Esto puede ayudarle a gestionar sus expectativas y recuperación.

Si va a abandonar el hospital u otro tipo de centro, asegúrese de que:

1. Recibe un plan o pauta de tratamiento basado en sus necesidades específicas, con una lista de la medicación necesaria e instrucciones que indiquen cómo tomarla, además de cualquier tipo de cuidado adicional que necesite.
2. Organiza con tiempo las citas para las revisiones con los médicos.
3. Tiene una persona o número de contacto en caso de dudas, preocupaciones o información sobre las revisiones.

Paso 2. Conozca aquellos servicios que cubren sus necesidades

Es importante entender qué servicios hay disponibles para cubrir sus cuidados. Puede informarse con la ayuda de su equipo sanitario, plan de salud o seguro médico. También es conveniente que piense en el tipo de asistencia no médica que puede recibir de familiares, amigos y vecinos.

La atención de transición se puede realizar en tres entornos diferentes:

En el domicilio.

En una clínica ambulatoria de su localidad.

En un centro: centro especializado de enfermería, centro de rehabilitación intrahospitalaria u hospital de atención de transición de larga duración, por ejemplo.

La atención de transición que trata problemas de salud conductual incluye:

Ayudas sociales (p. ej., *Clubhouse*).

Grupos de rehabilitación, como Alcohólicos Anónimos, Narcóticos Anónimos o comunidades de aprendizaje de recuperación.

Otros tipos de grupos para salud mental y uso de sustancias.

Centros residenciales de tratamiento.



Elegir entre el domicilio o un centro

Puede que desee recibir atención de transición en su domicilio. La idoneidad de los cuidados en el domicilio depende de los cuidados que necesite. En Massachusetts, algunos planes de salud de Medicaid o Medicare son flexibles a la hora de ofrecer cuidados en su casa o comunidad. El [programa One Care](#), el [programa de Opciones de Salud para Mayores \(SCO\)](#), [la asociación de enfermería comunitaria Visiting Nurse Associations](#) y [los Programas de Atención de Ancianos con todos los Servicios Incluidos](#), también llamados PACE, suelen ser flexibles al respecto. Además, algunos profesionales médicos puede ofrecer citas de telemedicina a través de ordenadores personales, tabletas, smartphones, teléfonos y otros dispositivos. Es importante entender las recomendaciones de su equipo sanitario sobre la atención de transición y encontrar el servicio y entorno que ofrezcan los mejores cuidados. También debería pedir a su plan de salud o seguro médico orientación para ayudarle a decidir las mejores opciones posibles.

SERVICIOS EN EL DOMICILIO

La mayor parte de las personas se va a casa después de su hospitalización. Por casa entendemos un domicilio privado o un centro sociosanitario. Irse a casa precisa de una planificación que establezca los servicios y cuidados adecuados para cubrir sus necesidades. Cada paciente debe tener un plan de atención individualizado y basado en una evaluación completa de sus necesidades. El plan de atención también debe detallar el plazo de recuperación esperado. Los profesionales sanitarios a domicilio deben ofrecer cuidados en su casa de acuerdo con su plan de cuidados. Recordemos que no todos los planes de seguros médicos cubren todos los servicios de atención a domicilio. Asegúrese de hablar con su aseguradora antes de planificar los servicios.

SERVICIOS EN SU LOCALIDAD

Mucha gente se va a casa tras su paso por el hospital y necesita atención continua y citas en ambulatorios con médicos locales. Por ejemplo, después de una cirugía importante, un paciente puede que necesite ir a un fisioterapeuta varias veces a la semana durante un varios meses. Este tipo de tratamientos se definen como servicios "ambulatorios".

Como parte del proceso de alta, puede que necesite acceso a servicios ambulatorios como:

- Terapia: fisioterapia, ergoterapia, logopedia, etc.
- Rehabilitación cardíaca, por ejemplo.
- Servicios de salud conductual: servicios de salud mental y tratamiento para la uso de sustancias, entre otros.
- Citas médicas o con especialistas.
- Estudios de laboratorio e imagenología.

Ejemplos de atención a domicilio:

- Cuidados de enfermería de poscirugía, como el cuidado de heridas.
- Servicios de enfermería tras un infarto o eventos cardíacos.
- Cuidados pulmonares.
- Fisioterapia, ergoterapia, terapia cognitiva o logopedia.
- Gestión y administración de medicamentos.
- Cuidado de heridas.
- Terapia intravenosa.
- Cuidados personales para bañarse, ir al baño o vestirse.
- Ayuda para andar, moverse y desplazarse.
- Ayuda en la monitorización del estado de su salud, lo que reduce las visitas presenciales de chequeos rutinarios.
- Monitorización de la temperatura, el pulso la respiración, la presión y el peso.
- Comunicación con su médico y equipo sanitario.
- Terapia: fisioterapia, ocupacional, logopedia, etc.
- Cuidados paliativos de enfermedades serias y servicios de hospicio para el bienestar y cuidados terminales.
- Servicios de salud conductual: servicios de salud mental y tratamiento para la uso de sustancias, entre otros.
- Gestión de casos.
- Ayuda para hacer de comer y para comer.
- Asistencia en las tareas del hogar, como lavar la ropa, limpiar por encima, ir a comprar y hacer recados.
- Compañía y socialización.
- Ayuda al cuidador.



SERVICIOS DE UN CENTRO DE CUIDADOS ESPECIALIZADOS

Algunas personas necesitan cuidados especiales y exhaustivos las 24 horas en un centro. Hay tres tipos de centros para este tipo de cuidados:

<p>Centros especializados de enfermería (SNF)</p>	<p>Algunas personas necesitan cuidados especializados de enfermería tras una hospitalización. Este tipo de centros también se conocen como SNF, por sus siglas en inglés.</p> <p>Los SNF también se les conoce como centros sociosanitarios y ofrecen atención de corta estancia (hasta 100 días). Los pacientes de rehabilitación de corta estancia normalmente están separados de los residentes de larga estancia, que viven en el centro.</p> <p>Entre sus servicios, encontramos servicios especializados de enfermería, supervisión médica, fisioterapia, ergoterapia, logopedia, servicios sociales, comida, asesoramiento nutricional, monitorización médica, administración oral e intravenosa de medicamentos, cuidado de heridas y gestión de suministros y equipamiento médico en el centro.</p> <p>En un SNF, recibirá una o más terapias con una media de una a dos horas al día.</p>
<p>Centros de rehabilitación ambulatoria (IRF)</p>	<p>Algunas personas necesitan ir a un centro de rehabilitación ambulatoria tras la hospitalización. Este tipo de centro también se llama IRF, por sus siglas en inglés.</p> <p>Los IRF ofrecen terapias de rehabilitación intensiva, supervisión médica, cuidados de enfermería y atención coordinada con médicos, enfermeros y fisioterapeutas.</p> <p>Entre sus servicios, encontramos fisioterapia, terapia respiratoria, ergoterapia, logopedia, servicios de enfermería, seguimiento de la medicación y gestión de otros servicios y suministros.</p> <p>El volumen de rehabilitación diario en este tipo de centros es mayor que en un SNF. En un IRF recibirá al menos tres horas al día de terapia hasta seis veces a la semana.</p>
<p>Hospitales de atención de transición de larga estancia (LTACH)</p>	<p>Los hospitales de atención de transición de larga estancia se encargan de los pacientes que tienen necesidades más complejas que en los SNF o IRF. Requieren de una estancia más larga en el hospital (normalmente, más de 25 días) y precisan de cuidados altamente especializados.</p> <p>Los pacientes que tienen un equipo de soporte vital, como respiradores, o que precisan de cuidados médicos y de enfermería las 24 horas al día durante toda la semana pueden ser derivados a estos centros tras su hospitalización.</p> <p>Estos centros ofrecen un nivel muy superior de cuidados que los SNF y se especializan en atender a pacientes que pueden sufrir más de una enfermedad grave.</p> <p>Sus servicios incluyen servicios y suministros ambulatorios, comidas, cuidados de enfermería, administración de medicamentos, rehabilitación, tratamiento del dolor y terapias respiratorias intensivas.</p>

Servicios de los centros de salud conductual

La salud conductual incluye problemas de salud mental o la uso de sustancias. Aunque esta guía no menciona todos los centros que ofrecen atención de transición a personas que tienen problemas de salud conductual, debe saber que existen varios tipos de centros disponibles para personas con este tipo de problemas. A continuación encontrará dos ejemplos:



Centros residenciales de tratamiento: indicados para tratar personas con problemas de salud mental o uso de sustancias. Para saber más sobre los centros locales u opciones disponibles, pregunte a su médico y especialista.

Programas de hospitalización parcial: operan durante seis horas al día y suelen ser programas de integración que ayudan a facilitar que las altas se den a tiempo. Suelen ser ideales para las personas que están lidiando con problemas psiquiátricos, tales como trastornos emocionales, de ansiedad o estrés postraumático. Este programa también puede ayudar a aquellas personas con uso de sustancias recurrente. Las personas suelen asistir a programas de hospitalización parcial tras una estancia en un hospital psiquiátrico o para prevenir el empeoramiento de los síntomas que requerirían una hospitalización.

CUIDADOS PALIATIVOS

Según el Centro de Cuidados Paliativos Avanzados (CAPC), los cuidados paliativos son «cuidados médicos especializados para personas con enfermedades graves. Este tipo de cuidados ofrecen alivio de los síntomas y el estrés de la enfermedad. El objetivo es mejorar la calidad de vida tanto del paciente como de la familia».

Los servicios de cuidados paliativos se pueden realizar en cualquier momento. Los cuidados paliativos se realizan según las necesidades individuales de cada paciente. Los planes de atención pueden tener uno o varios objetivos:

- Gestión de los síntomas, como los efectos secundarios del tratamiento.
- Mejora del entendimiento de la enfermedad y su progresión.

Los cuidados paliativos se pueden ofrecer junto a tratamientos curativos y no dependen del pronóstico.

Comprendiendo mejor los cuidados paliativos: los cuidados paliativos mejoran la calidad de vida y reducen la carga de los síntomas.

«Los especialistas en cuidados paliativos mejoran la calidad de vida de los pacientes con necesidades complejas. En un trabajo conjunto con el médico de medicina primaria, el equipo de cuidados paliativos dedica tiempo a reunirse extensamente con la familia y asesorar al paciente y los familiares; ofrece información especializada sobre el pronóstico para asegurar que los cuidados se adaptan a los objetivos y prioridades del paciente y la familia; gestiona de forma especializada los síntomas físicos y emocionales complejos, especialmente el dolor intenso, la depresión, la ansiedad, la fatiga, la falta de aire, el estreñimiento, las náuseas, la pérdida de apetito y la dificultad para dormir; y coordina y comunica los planes de cuidados con todos los médicos y entornos del paciente». Fuente: Centro de Cuidados Paliativos Avanzados (CAPC).

SERVICIOS DE HOSPICIO

Cuando ya no es posible lograr una cura, el cuidado de hospicio trata a la persona en su conjunto y no solo a su enfermedad. El hospicio se centra en los cuidados de la persona y la familia, y lo llevan a cabo profesionales que trabajan con el paciente y la familia para diseñar e implementar un plan de cuidados único centrado en el diagnóstico del paciente. Los deseos del paciente serán siempre prioritarios. Además, el hospicio ofrece todos los medicamentos, servicios y equipamiento relacionado con la enfermedad terminal. Sigue una filosofía de cuidados que se basan en la calidad de vida de la persona (cuerpo, mente y espíritu).

La mayoría de pacientes recibe cuidados de hospicio en casa, pero también se pueden realizar en centros independientes, hospitales, SNF y otros lugares que ofrezcan cuidados, como los centros sociosanitarios.

Los cuidados de hospicio ofrecen:

- Atención especializada médica y de enfermería, tratamiento del dolor y apoyo emocional y espiritual acorde a las necesidades del paciente y sus deseos.
- Ayuda al cuidado de los familiares.
- Cuidados (no curación).

Comprendiendo los cuidados de hospicio: niveles y ubicación de los cuidados de hospicio

Los niveles y los centros de los cuidados de hospicio varían según la necesidad del paciente y otras condiciones. Si usted o un ser querido están valorando recibir cuidados de hospicio, hablen con su médico de atención primaria para saber qué opciones hay a su disposición. Es importante destacar que los seguros médicos no cubren todas las opciones; se recomienda que consulte a su seguro médico o Medicare para confirmar que los servicios de hospicio recomendados están cubiertos. La Organización Nacional de Hospicio y Paliativos es una buena fuente para empezar a explorar las opciones de cuidados de hospicio y buscar atención cerca de usted o de su ser querido: <https://www.nhpco.org/>.

Cuidados de hospicio rutinario	Este nivel de cuidados es el más común en los cuidados de hospicio. En él, normalmente la persona ha elegido recibir dichos cuidados en su domicilio.
Cuidados continuos en el domicilio	Este nivel de cuidados se realiza entre 8 y 24 horas al día para tratar el dolor y otros síntomas médicos agudos. Este tipo de cuidados suelen ser mayoritariamente de enfermería lo complementan cuidadores y los servicios de ayuda del hospicio. Estos servicios tienen como finalidad mantener al paciente en casa durante una crisis relacionada con el dolor o los síntomas.
Atención de relevo para pacientes ingresados	Este nivel de cuidados sirve para ofrecer alivio temporal al cuidador principal del paciente. La atención de relevo se dan en un hospital, centro de hospicio o un centro de cuidados de larga estancia que tenga el suficiente personal de enfermería las 24 horas.
Atención hospitalaria general	Este nivel de cuidados sirve para controlar el dolor o la gestión de otros síntomas agudos. Se proporciona cuando otros métodos para tratar los síntomas no son suficientes. Se puede dar en un hospital certificado de Medicare, en un centro de hospicio o en un centro de enfermería que tenga enfermeros disponibles las 24 horas al día para proporcionar cuidados directos al paciente. Se trata de una atención de corta duración. Una vez que los síntomas están bajo control, lo ideal es que el paciente vuelva a su anterior estancia.

Paso 3. Hable con su seguro médico o plan de salud

La mejor forma de saber qué cubre su seguro es contactando con el personal de servicios de su plan de salud o seguro médico. La mayoría de aseguradoras financia la atención de transición, pero no todas cubren los mismos servicios. Si un trabajador social lleva su caso, podría ayudarle en este proceso.

Consulte siempre a su plan de salud para conocer los detalles de su cobertura y beneficios que otorga. Pregunte a su plan qué aspectos cubre de sus necesidades sanitarias. Pregunte a su plan qué servicios no cubre y cuánto le podría costar todo.

Si vuelve a casa tras la hospitalización, debe trabajar estrechamente con su plan de salud para asegurar que se cubren todas sus necesidades, ya que quizá necesite ayuda para subir escaleras, hacer la compra o cuidar de su mascota.

COBERTURA DE LOS SEGUROS MÉDICOS

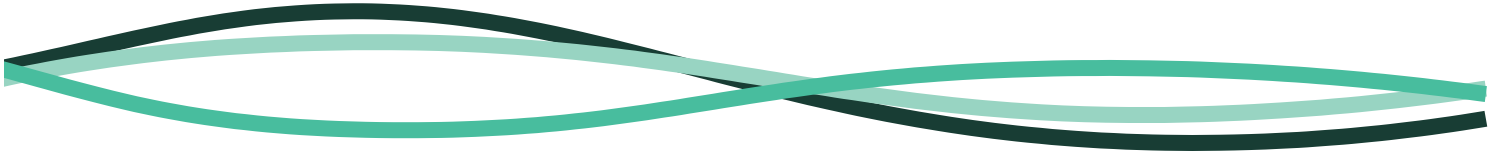
Cada seguro médico tiene sus particularidades.

- Medicare: Medicare original y Medicare Advantage.
- MassHealth: asistencia gestionada y planes asistenciales.
- Seguros médicos para empleados.
- Tricare: beneficios militares.
- Administración de Beneficios para Veteranos.

¿QUÉ PREGUNTAS CONVIENE REALIZAR A SU SEGURO MÉDICO O PLAN DE SALUD?

Tómese su tiempo para realizar las siguientes preguntas a su seguro médico o plan de salud.

- ¿Qué cobertura tengo en atención de transición?
- ¿Qué cobertura tengo en cuidados domiciliarios?
- ¿Qué cobertura tengo en cuidados en un centro?
- ¿La cobertura limita a qué centros puedo ir?
- ¿Cuánto me costarán esos servicios?
- ¿Hay restricciones de cobertura para este servicio?
- ¿El seguro médico limita el tiempo de cobertura de este servicio?



COBERTURA DE MASSHEALTH Y MEDICARE PARA CUIDADOS DE TRANSICIÓN

- **MassHealth** es, en algunos programas, más flexible que otras aseguradoras a la hora de cubrir la atención y los servicios domiciliarios. Por ejemplo, si tiene un plan de One Care del programa MassHealth One Care, un plan de Senior Care Options (SCO) o un programa PACE de los Programas de Atención de Ancianos con todos los Servicios Incluidos (PACE), puede que tenga cobertura para recibir atención de transición en el domicilio. Es recomendable que le pida a su seguro MassHealth o a su plan de salud una lista de los centros con los que trabajan.
- **Medicare** ofrece los planes sanitarios Medicare Advantage (MA), que ofrecen una mayor variedad de servicios que el plan tradicional de Medicare. Si tiene un plan de Medicare Advantage, puede que tenga más opciones a la hora de recibir atención, como, por ejemplo, ayuda a domicilio o de transporte. Sin embargo, los planes de Medicare Advantage puede ser más limitados en la cobertura de otros servicios, como la admisión a un centro hospitalario de rehabilitación.

COBERTURA DE SALUD CONDUCTUAL DE MASSHEALTH

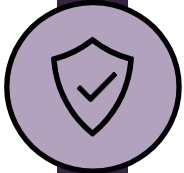
Según los expertos, es de vital importancia la cobertura de cuidados de transición en personas con necesidades de salud conductual, como salud mental y uso de sustancias. Pídale a su seguro médico o plan de salud una lista de los centros con los que trabajan.

Por ejemplo, muchas personas afiliadas a MassHealth pueden cumplir las condiciones para recibir atención de transición de salud conductual a través de la Asociación de Salud del Comportamiento de Massachusetts (MBHP). MBHP gestiona numerosos servicios en múltiples entornos para cubrir las necesidades de los pacientes y promover los principios de rehabilitación, recuperación y resiliencia. La atención incluye servicios ambulatorios de salud mental, servicios ambulatorios para la uso de sustancias, servicios de emergencias y servicios hospitalarios.

Visite la página principal para más información:

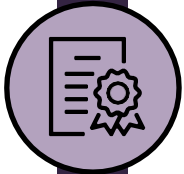
<https://www.masspartnership.com/pcc/BehavioralHealthResources.asp>

Paso 4: Infórmese bien sobre los profesionales sanitarios a su cargo



SEGURIDAD

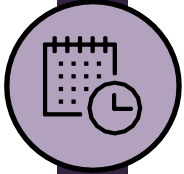
Pregunte a los profesionales sanitarios sobre los protocolos de seguridad, los planes de emergencia y las políticas y procedimientos de control de infecciones. Las preguntas e inquietudes sobre seguridad deben ir dirigidas a todos los profesionales sanitarios, tanto a los que trabajan en centros como a los que lo hacen en el ámbito local (profesionales sanitarios a domicilio, por ejemplo).



CALIDAD

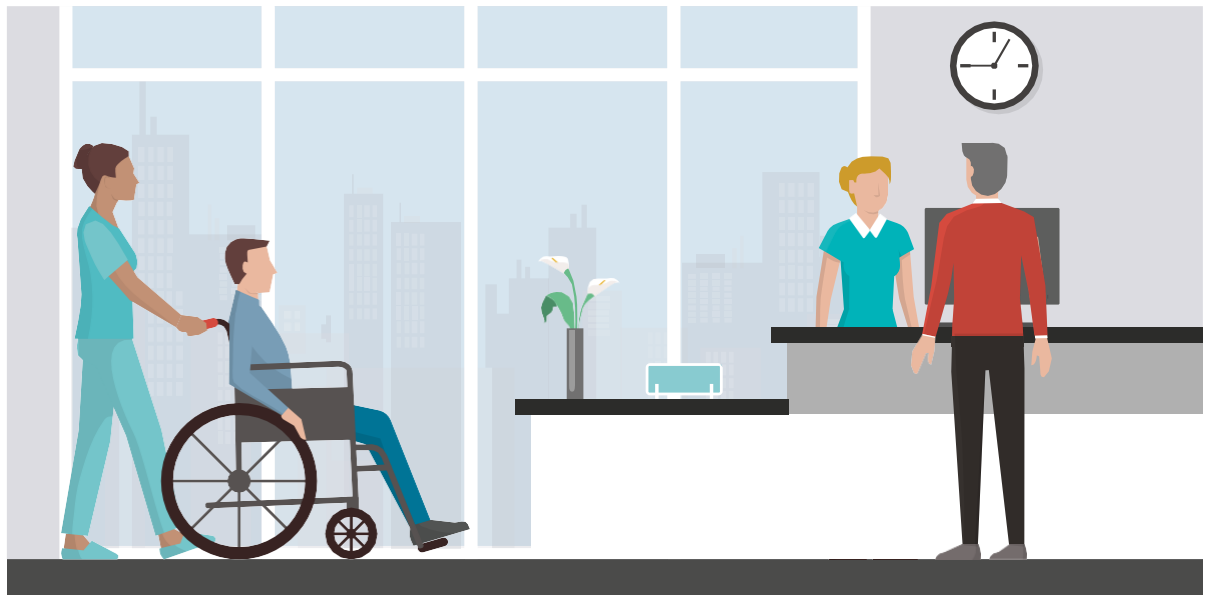
Los pacientes y sus familiares deben recopilar información sobre la calidad de la atención médica a domicilio que ofrecen las agencias y centros (ver fuentes a continuación). Los pacientes también deben saber cómo se comunica y comparte la información importante del centro con los médicos de atención primaria.

Los pacientes deben repasar la lista de recursos a continuación. Sin embargo, es importante destacar que esta lista de recursos no es del todo completa. La información sobre la calidad que ofrecen los prestadores de servicios es limitada.



COMODIDAD

Los pacientes deben tener en cuenta el tiempo de traslado y cuán conveniente es el centro para que lo visiten los familiares. Los pacientes y familiares deben saber el horario de visita y las políticas del centro, así como de las posibles restricciones que puedan estar vigentes en él. Piense que la opción más cómoda quizá no sea siempre la mejor, pues hay que valorar otros factores como la calidad, seguridad y disponibilidad de los servicios.



RECURSOS

La mejor forma de elegir un centro según su calidad es haciendo algunos deberes. Averigüe si su médico de atención primaria o su plan de seguros tiene algún tipo de afiliación o contrato con el centro.

- Si es posible, visite el centro y hable con su personal, con las familias y los residentes, si fuera posible.
- Observe la limpieza del centro.
- Obtenga información sobre su calidad y el éxito de sus altas.

Hay varias fuentes que pueden ayudarle a saber más sobre la calidad del centro o agencia.

- Personal (valora y compara el nivel del personal de los centros).

- Calidad (valora las medidas de calidad del cuidado de residentes).

Los centros sociosanitarios se puntúan comparando unos con otros. Los centros sociosanitarios también reciben una puntuación general de 1 a 5 estrellas (siendo 5 la máxima puntuación). La puntuación general refleja el funcionamiento del centro sociosanitario en los tres aspectos mencionados: inspecciones de sanidad, el personal y las calidad del cuidado de residentes.

El sistema de puntuación de calidad de cinco estrellas de los centros sociosanitarios está disponible en:

<https://www.medicare.gov/care-compare/?providerType=NursingHome&redirect=true>

Encuestas de rendimiento de los centros sociosanitarios

El Departamento de Salud Pública de Massachusetts ha desarrollado encuestas de rendimiento para evaluar los centros sociosanitarios. Estas encuestas ofrecen información sobre cada centro sociosanitario de Massachusetts para aquellas personas que están pensando recibir cuidados sanitarios.

Las encuestas de rendimiento de los centros sociosanitarios están disponibles en:

<https://www.mass.gov/guides/nursing-home-survey-performance-tool>

Sistema de puntuación de calidad de cinco estrellas de los centros sociosanitarios

Los Centros con Servicios Medicare y Medicaid (CMS) tienen un sistema de puntuación de calidad de cinco estrellas. La puntuación de estos centros sociosanitarios sigue los siguientes criterios:

- Inspecciones de sanidad (valoran los resultados de las encuestas sanitarias realizadas por el sistema de salud estatal).

Medicare.gov. Encuentre profesionales sanitarios: compare servicios cerca de usted

Encuentre profesionales sanitarios aprobados por Medicare cerca de usted y compare la calidad de la atención de médicos, hospitales, instalaciones para diálisis, centros de hospicio y otros. Esta página web tiene información sobre agencias de atención médica en el domicilio, centros sociosanitarios competentes, centros hospitalarios de rehabilitación y hospitales de cuidados intensivos de larga estancia. Por ejemplo, en cuanto a los centros hospitalarios de rehabilitación, puede saber qué puntuación tienen, además de otros indicadores importantes. Estos indicadores incluyen: complicaciones, resultados de la atención, control de infecciones, readmisiones, vuelta a casa y reintegración en la sociedad con éxito.

Compare Care está disponible en:

<https://www.medicare.gov/care-compare/>

Informe Comparativo del Centro de Vida Local (CLC) de la Administración de Veteranos

La Administración de Veteranos (VA) también ha desarrollado herramientas para medir la calidad. El informe comparativo ofrece información sobre la calidad de los cuidados que se dan en los centros sociosanitarios. Incluye información sobre los Centro de Vida Local de la AV y los centros sociosanitarios privados que contrata la AV. Su sistema de control de calidad se llama Informe Comparativo del Centro de Vida Local de la AV. Este informe cuenta con un sistema de estrellas, similar al método de cinco estrellas de Medicare. La puntuación de CLC está basada en encuestas sobre salud, el personal y la calidad del cuidado de los residentes.

El Informe Comparativo de la AV está disponible en:

<https://www.accesstocare.va.gov/CNH/FindCommunityNursingHomes?LocationText=02465&SortOrder=0&Radius=50&UserLatitude=-1&UserLongitude=-1>

Programas del Defensor del Pueblo

El Defensor del Pueblo de Massachusetts ofrece servicios gratuitos a personas mayores con el fin de dar voz a sus quejas y preocupaciones y permitir que puedan vivir con dignidad y respeto. Estos programas ayudan a las personas que reciben cuidados a domicilio, en agencias de atención médica en el domicilio y centros de larga estancia, como los centros sociosanitarios y los hogares de reposo.

Tiene disponible más información sobre el Defensor del Pueblo en:

<https://www.mass.gov/service-details/ombudsman-programs>

Mass.gov. Listas de verificación para elegir un centro sociosanitario u hogar de reposo con estancia de larga duración

Algunas personas necesitan una estancia de larga duración. Esta página incluye muchos temas y orientación de gran ayuda.

Las listas de verificación están disponibles en:

<https://www.mass.gov/info-details/checklists-for-deciding-on-a-long-term-care-nursing-facility-and-rest-home>

RECURSOS PARA SALUD CONDUCTUAL Y SERVICIOS SOCIALES RELACIONADOS

Red de Cuidados de Massachusetts es un repositorio online con más de 5500 servicios de salud conductual y sociales. Tiene enlaces para conectar con personas que pueden ayudarle, así como aplicaciones de MassHealth, el Departamento de Salud Mental y el Programa de Asistencia de Suplementos Nutricionales (SNAP), entre otras. También incluye una librería de 30000 elementos para mejorar los conocimientos sobre salud y bienestar.

Red de Cuidados está disponible en:

<https://massachusetts.networkofcare.org/mh/index.aspx>

Ejemplos de preguntas que conviene realizar a la hora de escoger un centro sociosanitario para una estancia corta de rehabilitación

- ¿El centro tiene una buena puntuación en los informes de inspección?
- ¿Los servicios están licenciados u homologados?
- ¿Qué zonas se han identificado como que necesitan mejoras?
- ¿Qué medidas de control de infecciones se llevan a cabo?
- ¿El centro está limpio y en buen estado?
- ¿El edificio tiene buenos accesos interiores y exteriores?
- ¿El centro lleva a cabo encuestas de satisfacción del paciente o los familiares?
- ¿Qué servicios especializados están disponibles?
- ¿Cuánta terapia reciben los pacientes?
- ¿Cuál es el ratio de pacientes por personal?
- ¿Qué tipo de equipo de tratamientos trabajará de forma activa en mi recuperación?
- ¿Qué puedo esperar del cambio del hospital a la rehabilitación?
- ¿Qué cosas debo llevar y qué cosas se ofrecen?
- ¿Cómo participan los familiares en las reuniones de planificación de cuidados?
- ¿Cómo es el proceso a la hora de ayudar a establecer cuidados domiciliarios en caso de que sean necesarios tras la estancia?
- ¿Cuánta terapia reciben los pacientes?

Ejemplos de preguntas que conviene realizar a la hora de escoger una agencia de cuidados a domicilio

- ¿La agencia tiene documentos donde se describen sus servicios, tarifas y forma de facturación?
Si es así, ¿le enviarían una copia?
- ¿La agencia trabaja con el cliente para desarrollar planes de cuidados o contratos de servicios por escrito?
Si es así, ¿con qué frecuencia se actualiza dicho plan?
- ¿La agencia contrata directamente a sus empleados o son trabajadores independientes?
(Deben ser contratados directamente).
- ¿La agencia paga seguros de indemnización e impuestos laborales a sus trabajadores?
- ¿La agencia facilita una lista por escrito de los derechos del cliente y los familiares?
- ¿La agencia ofrece servicios de interpretación si fuera necesario?
- ¿Cómo monitoriza y evalúa la agencia a sus empleados?
- ¿Hay cuidadores, supervisores y sustitutos disponibles las 24 horas al día, 7 días a la semana y 365 días al año?
- ¿Cómo investiga la agencia las quejas o resuelve los conflictos entre su personal y los clientes?
- ¿La agencia puede demostrar con documentos que tiene seguro de responsabilidad civil general y profesional?
- ¿La agencia facilita una lista de referencias de ámbito local?



Paso 5. Elija la mejor opción para usted

Seis consejos para pacientes y familiares a la hora de elegir la mejor atención de transición según sus necesidades.

Consejo 1. Asegúrese de que su plan de cuidados cubre sus objetivos. Comunique a su equipo sanitario sus objetivos y necesidades personales para que entienda qué cosas son importantes para usted. Su equipo sanitario incluye a todas aquellas personas encargadas de sus cuidados: familiares y profesionales sanitarios. Entre ellos, se puede incluir a su médico de atención primaria, a su especialista, al gestor de casos o a un coordinador de atención médica de su plan de salud. Pueden ayudar hablando con usted sobre las opciones que mejor se adapten a sus objetivos.

Consejo 2. Obtenga información sobre coberturas de seguros médicos y sus costes. Recomendamos que contacte con su plan de salud o seguro médico llamando al número de su tarjeta de seguros. Es importante que sepa el precio real que tienen los diferentes servicios de cuidados.

Consejo 3. Recopile información sobre las opciones de su prestador de servicios. Aconsejamos que se informe sobre la calidad y seguridad del prestador de servicios mediante fuentes de información locales, estatales y federales de confianza. En esta guía encontrará recursos que le ayudarán a encontrar esta información.

Consejo 4. Pídale a alguien que sea sus “ojos y oídos” en cualquier transición que haga para recibir cuidados. Si es posible, elija a un familiar que pueda prestar servicios de cuidados. Es recomendable que elija a un familiar o amigo de confianza para que le acompañe durante los traslados. Esta persona se puede encargar de los papeles, las instrucciones de alta u otro tipo de comunicación mientras se le traslada de un sitio a otro.

Consejo 5. Pregunte. No tenga miedo a hacer preguntas. Puede que ciertas cosas sean nuevas para usted. La información puede llegar a ser confusa. Asegúrese de que su profesional sanitario le da información e instrucciones claras sobre su plan de atención de transición y el tipo de seguimiento que necesite.

Consejo 6. Designe a un apoderado para los temas de salud y complete las instrucciones anticipadas. Al planificar sus cuidados futuros, también puede planificar eventos inesperados. Si aún no lo ha hecho, es recomendable que otorgue un “poder de cuidado de salud”, para que alguien tome las decisiones médicas por usted cuando no pueda hacerlo. Si usted o un miembro de su familia tiene una enfermedad grave avanzada o algún problema médico, los adultos pueden completar el formulario MOLST (Orden Médica de Tratamiento para Mantener la Vida) con su médico, enfermero especializado o asistente médico. Hable con su médico sobre su pronóstico, opciones de tratamiento y el tipo de cuidados que quiere o no quiere tener. Su médico rellenará el formulario MOLST con sus peticiones, que serán respetadas por todos los médicos que le atiendan. Honoring Choices de Massachusetts ofrece información sobre planes sanitarios actualizados, documentos de planes de Massachusetts gratuitos y muchos recursos para adultos, familias y cuidadores. Su red de colaboradores locales puede ayudarle a mantenerse conectado a la atención sanitaria de su localidad.

Organizaciones locales importantes de apoyo a los pacientes

Massachusetts tiene muchos tipos de organizaciones locales que pueden ayudarle en su recuperación.

Los **Puntos de Acceso a Servicios para Personas Mayores (ASAP)** ofrecen los siguientes servicios directos y de protección: información y derivación; gestión de casos interdisciplinarios; admisión y evaluación; desarrollo e implementación de planes de servicio; monitorización de planes de servicio; reevaluación de necesidades; e investigaciones sobre el abuso o abandono de ancianos.

Tiene más información disponible en:

<https://www.mass.gov/service-details/aging-services-access-points-asap>

Nota: Algunas Agencias de Área sobre Envejecimiento (AAA) también son ASAP. Las oficinas de las AAA ofrecen diferentes servicios a los residentes de Massachusetts que tengan más de 60 años. Las AAA asisten y orientan en temas de nutrición, apoyan a los cuidadores, ofrecen programas de asistencia y recursos, ofrece ayuda del Defensor del Pueblo, orienta sobre seguros e, incluso, ofrece ayudas en transporte.

Los **Centros de Vida Independiente (ILC)** son organizaciones privadas, sin ánimo de lucro y controladas por el usuario que ofrecen servicios y asesoramiento jurídico a personas con todo tipo de discapacidad. Ofrecen oportunidades y para alcanzar el máximo nivel de independencia viviendo en familia o en una comunidad.

Más información disponible en:

<https://www.mass.gov/independent-living-centers>

<https://www.mass.gov/service-details/independent-living-centers>

Las **Comunidades de Formación sobre la Recuperación (RLC)** son redes de autoayuda o apoyo en grupo dirigidas por los usuarios. Proporcionan información y referencias, asesoramiento jurídico y actividades de formación. En las RLC también se ofrece formación y herramientas en conceptos de recuperación, foros de asesoramiento jurídico y eventos sociales y recreativos. Las puertas están abiertas a todas las personas que tengan enfermedades mentales serias. Las RLC trabajan en colaboración con profesionales sanitarios de salud mental, agencias de servicios humanos y con la comunidad para mejorar la integración social y el respeto a la gente con problemas mentales. Las actividades de RLC están dirigidas a todo tipo de personas de la comunidad, independientemente del origen étnico o racial. También se centra en personas con discapacidades co-ocurrentes. Las RLC están dirigidas a todo tipo de personas.

Más información disponible en:

<https://www.mass.gov/service-details/recovery-learning-communities>

Coalición Clubhouse de Massachusetts (MCC). La Coalición Clubhouse de Massachusetts está dedicada a aumentar las oportunidades sociales, de empleo, vivienda, educación y de liderazgo de los residentes de Massachusetts con enfermedades mentales. La MCC se creó con el objetivo de defender y promover los valores, principios y la integridad financiera del modelo internacional *Clubhouse*, que aboga por el empoderamiento de las personas con necesidades de salud mental. Con este objetivo, la MCC actúa, defiende, ofrece apoyo y oportunidades para crear conexiones y formarse tanto a sí misma como a la comunidad, al tiempo que funciona como organización para eliminar las barreras y lograr una adecuada integración social. La Coalición Clubhouse de Massachusetts se compromete a que otros centros y miembros del modelo *Clubhouse* alcancen su máximo potencial.

Para más información sobre Clubhouses, visite:

<https://www.massclubs.org/massachusetts-clubhouses>

<https://www.massclubs.org/contact>

Parte 3. Recursos de ayuda

Organizaciones locales

Puntos de Acceso a Servicios para Personas Mayores (ASAP)

<http://masshomecare.info/wp/wp-content/uploads/downloads/2015/03/ASAP-AAAs-by-City-Town-2014-10-14.pdf>
<https://www.mass.gov/service-details/aging-services-access-points-asap>

Los ASAP ofrecen los siguientes servicios directos y de protección: información y derivación; gestión de casos interdisciplinarios; admisión y evaluación; desarrollo e implementación de planes de servicio; monitorización de planes de servicio; reevaluación de necesidades; e investigación sobre el abuso o abandono de personas mayores.

Centros de Vida Independiente (ILC)

<https://www.mass.gov/independent-living-centers>

Si tiene alguna discapacidad, un Centro de Vida Independiente (ILC) puede ayudarle a vivir por sí mismo o ser más independiente conviviendo con otras personas.

Comunidades de Aprendizaje de Recuperación (RLC)

<https://www.mass.gov/service-details/recovery-learning-communities>

Las Comunidades de Aprendizaje sobre la Recuperación (RLC) son redes de autoayuda o apoyo en grupo dirigidas por los usuarios. Proporcionan información y referencias, asesoramiento jurídico y actividades de formación. En las RLC también se ofrece formación y herramientas en cuestiones de recuperación, foros de asesoramiento jurídico y eventos sociales y recreativos.

Coalición Clubhouse de Massachusetts (MCC)

<https://www.massclubs.org/massachusetts-clubhouses>

La MCC ayuda a adultos con enfermedades mentales graves para que vivan una vida plena, productiva y estable en sociedad. Hay 32 centros locales de rehabilitación vocacional y social llamados *Clubhouse*. La membresía a la MCC se premia a aquellos centros de *Clubhouse* (y también al personal y a sus miembros) que logren el certificado del Centro Internacional de Desarrollo del Clubhouse, que atestigua la calidad de los servicios que se dan en estos centros de rehabilitación.

Honoring Choices Massachusetts

<https://www.honoringchoicesmass.com/>

Honoring Choices Massachusetts es una organización sin ánimo de lucro orientada a los consumidores y que se centra en el derecho de los adultos a tomar sus decisiones de asistencia sanitaria y hacer planes para recibir los mejores cuidados según sus valores y elecciones durante toda su vida.

Organizaciones profesionales

Asociación de Salud Conductual (ABH)

<https://www.abhmass.org/>

La Asociación de Salud Conductual promueve y defiende los servicios locales en tratamientos de salud mental y adicción.

Alianza de Organizaciones de Hospitalización Domiciliaria de Massachusetts (HCA of MA)

<https://www.thinkhomecare.org/page/about>

La alianza tiene a su disposición una lista completa de agencias de atención médica y cuidados en el domicilio, que permite buscar por lugar o servicio. Es una asociación profesional de agencias de cuidados en el domicilio que promueve la atención a domicilio como parte integral del sistema de salud; ofrece información esencial y actualizada, además de oportunidades de formación a sus miembros.

Federación de Cuidados Paliativos y de Hospicio de Massachusetts (HPFCM)

<https://www.hospicefed.org/>

Organización profesional de afiliados para profesionales sanitarios de hospicio y cuidados paliativos. Esta federación ofrece recursos y referencias a los pacientes y sus familias.

LeadingAge de Massachusetts

<https://www.leadingagemass.org/>

Esta organización asiste a los profesionales sanitarios de la tercera edad afiliados con herramientas, recursos, asesoramiento jurídico y formación. Además, Leading Age de Massachusetts facilita información y recursos a los consumidores.

Asociación de Sistemas de Salud Conductual de Massachusetts (MABHS)

<https://www.mabhs.org/contact.htm>

La Asociación de Sistemas de Salud Conductual de Massachusetts (MABHS) es la única asociación profesional de Massachusetts cuya misión principal es centrarse en atención psiquiátrica y toxicomanía. Fundada en 1989 por hospitales psiquiátricos independientes, la MABHS ha crecido a lo largo de los años y, actualmente, tiene 47 centros de ingreso en todo el estado, desde Berkshires hasta Cape Cod. Los centros de la MABHS tienen más de 2000 camas e ingresan a más de 50000 pacientes al año.

Asociación de Centros Sociosanitarios de Massachusetts

<https://www.mass-ala.org/>

Esta asociación profesional proporciona información, formación y ayuda en representación de las comunidades de centros sociosanitarios de Massachusetts.

Asociación Sanitaria y de Hospitales de Massachusetts (MHA)

<https://www.mhalink.org/>

La misión de la Asociación Sanitaria y de Hospitales de Massachusetts es mejorar la salud de las personas y comunidades actuando como la voz de los hospitales, sistemas de salud y otros profesionales sanitarios de Massachusetts con el fin de ayudarles a ofrecer una atención médica de alta calidad, económica y accesible.

Asociación Sanitaria y del Cuidado de Ancianos de Massachusetts

<https://www.maseniorcare.org/about-massachusetts-senior-care-association>

Esta organización de afiliados representa a un amplio número de profesionales sanitarios que se encarga de las personas mayores y gente con discapacidades. Además de ofrecer ayuda y programas de formación para los profesionales sanitarios, la asociación proporciona información y referencias a los consumidores.

Organización para la Recuperación de Adicciones de Massachusetts (MOAR)

<https://www.moar-recovery.org/resources>

Organización que brinda ayuda a las personas, familiares o amigos que se estén recuperando del alcohol u otras adicciones.

Seguros de cobertura

MassHealth

<https://www.mass.gov/topics/masshealth>

MassHealth puede ofrecer información sobre Medicaid, CHIP y cobertura sanitaria de larga duración a los solicitantes, miembros y profesionales sanitarios de MassHealth.

Organizaciones de Salud Asequible (ACO) y Organizaciones de Atención Médica Administrada de MassHealth (MCO)

<https://www.mass.gov/service-details/full-list-of-masshealth-acos-and-mcos>

Esta página web tiene una lista de todas las ACO y MCO.

Servicios y Ayudas de Larga Duración de MassHealth (LTSS)

<https://www.mass.gov/doc/powerpoint-an-introduction-to-masshealth-long-term-services-and-supports-for-acos-mcos-cps/download>

Esta guía ofrece información básica sobre los LTSS y otros servicios cubiertos por MassHealth de profesionales sanitarios en organizaciones pertenecientes a ACO.

Programa One Care de MassHealth

<https://www.mass.gov/one-care>

El programa One Care es una forma de obtener los beneficios de MassHealth y Medicare en conjunto. One Care ofrece servicios que no podría aprovechar si tuviera MassHealth o Medicare por separado. Con One Care tiene un plan, una tarjeta y una persona que coordina su salud.

Opciones de Salud para Mayores (SCO) de MassHealth

<https://www.mass.gov/senior-care-options-sco>

Opciones de Salud para Mayores (SCO) es un plan de salud completo que cubre todos servicios que normalmente son de pago en Medicare y MassHealth. Este plan ofrece servicios a los miembros a través de una organización de cuidados para mayores y su red de profesionales sanitarios. Combina servicios sanitarios con servicios de asistencia social mediante la coordinación de servicios de salud y geriatría especializada, además de atención de relevo para familias y cuidadores. SCO ofrece una importante ventaja a los miembros frente a la atención tradicional de tarifa por servicio. No hay copago para los miembros inscritos.

Plan de MassHealth para los Programas de Atención de Ancianos con todos los Servicios Incluidos (PACE)

<https://www.mass.gov/program-of-all-inclusive-care-for-the-elderly-pace>

Los Programas de Atención de Ancianos con todos los Servicios Incluidos (PACE) están proporcionados por MassHealth y Medicare y en ellos se ofrecen numerosos servicios médicos, sociales, recreativos y de bienestar a las personas que cumplan ciertos requisitos. No necesita estar afiliado a MassHealth para inscribirse en PACE. Sin embargo, si cumple con los requisitos de renta y bienes, puede que lo afilien al programa de MassHealth y que este le pague su PACE prémium.

Cobertura Medicare

<https://www.medicare.gov/your-medicare-costs/medicare-costs-at-a-glance>

Esta página web contiene información sobre los precios, cobertura y los planes disponibles de Medicare.

Beneficios de hospicio de Medicare

<https://www.medicare.gov/Pubs/pdf/02154-medicare-hospice-benefits.pdf>

Esta página web incluye el catálogo oficial "Centros con Servicios de Medicare & Medicaid", donde se informa de los beneficios de Medicare en hospicios, además de los criterios de admisión, servicios y prestadores de servicios de hospicio locales.

Recursos de salud mental de Medicare

<https://www.cms.gov/files/document/medicare-mental-health.pdf>

Esta página web incluye el catálogo "Centros con Servicios de Medicare & Medicaid", donde se informa de los beneficios de Medicare en salud mental, además de información sobre los servicios que se cubren, los tratamientos hospitalarios y ambulatorios, y los programas de tratamiento para trastornos por el uso de opiáceos.

Programas de Asistencia Farmacéutica

<https://www.mass.gov/prescription-drug-assistance>

El plan Prescription Advantage es un programa financiado por el estado para personas con discapacidades. Ofrece ayudas económicas para reducir el precio de los medicamentos recetados y suplir las carencias de las coberturas.

Programa SHINE (asesoría de seguros de salud)

<https://www.mass.gov/health-insurance-counseling>

Este programa ofrece información, asesoramiento y formación gratuita sobre los seguros de salud Medicare a los residentes y cuidadores de Massachusetts que tengan Medicare.

Enfermedades

Alcohólicos Anónimos (AA)

<https://alcoholicsanonymous.com/aa-meetings/massachusetts/>

AA de Massachusetts es una comunidad de recuperación que se centra en ayudar a las personas de Massachusetts. AA de Massachusetts ayuda a que las personas que tienen problemas de alcoholismo reciban ayuda en su ámbito local. Se celebran reuniones de AA por condado o ciudad para ayudar a la gente a dar el primer paso en la recuperación de su adicción al alcohol.

Oficina de Servicios para la Toxicomanía (BSAS)

<https://www.mass.gov/orgs/bureau-of-substance-addiction-services>

La BSAS supervisa los servicios estatales de prevención, intervención, tratamiento y recuperación de personas, familias y comunidades con problemas de ludopatía y toxicomanía.

Asociación de Daños Cerebrales

<http://www.biama.org/>

La Asociación de Daños Cerebrales de Massachusetts proporciona ayuda, información y recursos a los supervivientes de daños cerebrales, así como a familiares y profesionales médicos relacionados con este ámbito.

Recursos sobre COVID-19

<https://www.mass.gov/guides/resources-during-covid-19>

La Fiscalía de Massachusetts ofrece orientación y un servicio telefónico gratuito sobre seguridad, derechos laborales, asistencia sanitaria, seguros y protección del hogar.

Teléfono de ayuda para el tratamiento de la uso de sustancias

<https://helplinema.org/contact-us/>

Este teléfono de ayuda es la única fuente estatal y pública para encontrar servicios de tratamiento y recuperación de la toxicomanía. 1-800-327-5050

Defensa y asuntos jurídicos

Centro de Representación Pública (CRP)

<https://www.centerforpublicrep.org/>

El CRP está dedicado a reforzar y aumentar los derechos de la gente con discapacidades y personas en entornos segregados. El CRP utiliza estrategias, asesoramiento y políticas jurídicas para diseñar e implementar iniciativas de reforma sistémicas con el fin de promover una integración y participación social completa. El CPR trabaja a nivel estatal, nacional e internacional y está comprometido a defender la igualdad, diversidad y justicia social en todas sus actividades.

Centro Legal de Personas con Discapacidad (DLC)

<https://www.dlc-ma.org/>

El Centro Legal de Personas con Discapacidad (DLC) es una agencia de competencia federal para la protección y asesoramiento jurídico de Massachusetts. El sistema de protección y asesoramiento jurídico es una red nacional de agencias sobre los derechos de las personas con discapacidad. Investiga el abuso y abandono de estas personas y les ofrece representación legal y otros servicios jurídicos. Para ayudar a los sistemas de protección y asesoramiento jurídico a realizar sus tareas, el Congreso le ha otorgado una mayor autoridad de acceso.

Sanidad para Todos (HCFA)

<https://hcfama.org/>

Sanidad para Todos aboga por la justicia social en Massachusetts. Promueve la igualdad sanitaria y la cobertura y acceso equitativo de todas las personas a los servicios sanitarios.

Abogados Defensores de la Salud (HLA)

<https://www.healthlawadvocates.org/>

Abogados Defensores de la Salud (HLA) es un bufete de abogados de interés público, cuya misión es ofrecer servicios jurídicos gratuitos de representación a aquellos residentes con bajos ingresos que tengan dificultades para acceder o pagar los servicios médicos necesarios. HLA se compromete a asegurar el acceso universal a un servicio sanitario de calidad en Massachusetts, especialmente para aquellas personas de mayor riesgo debido a su raza, sexo, discapacidad, edad o ubicación geográfica. Junto a Sanidad para Todos, HLA combina su experiencia judicial con el apoyo a organizaciones de base y las reformas políticas para dar impulso al movimiento estatal de acceso sanitario universal.

Consejo de Asesoramiento Jurídico sobre Salud Mental (MHLAC)

<https://mhlac.org/what-we-do/>

MHLAC ofrece asesoramiento jurídico y defiende políticas que beneficien a las personas con problemas de salud mental en la Comunidad de Massachusetts. Es una agencia estatal, cuya prioridad es tratar el tema de la capacidad de los clientes para tener una vida plena e independiente. Al igual que otras oficinas de servicios jurídicos, MHLAC se centra en combatir la pobreza, que suele identificarse como un "determinante social" de las enfermedades mentales. Cuando los clientes son ingresados en centros institucionales, MHLAC los protege de tratos abusivos que puedan derivar en daños permanentes a las personas.

Programas del Defensor del Pueblo

<https://www.mass.gov/service-details/ombudsman-programs>

Estos programas ayudan a las personas mayores y a sus cuidadores a abordar y resolver los problemas que surjan en los centros sociosanitarios, las agencias de asistencia sanitaria en el domicilio y en las comunidades financiadas por MassHealth de viviendas asistidas y cuidados a domicilio.

Centro de Derechos de Medicare

<https://www.medicarerights.org/>

Una fuente de información y un servicio de asistencia independiente sobre Medicare, donde se facilita orientación, asesoramiento jurídico y formación para ayudar a los consumidores y profesionales a entender y explorar Medicare.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales de Massachusetts (NAMI)

<https://namimass.org/>

La Alianza Nacional Enfermedades Mentales de Massachusetts (NAMI Massachusetts) es la voz estatal de las enfermedades mentales. La misión de NAMI Massachusetts es mejorar la calidad de vida de las personas diagnosticadas con problemas mentales y a sus familiares. Busca mejorar el conocimiento y la sensibilización pública sobre las enfermedades mentales, además de asegurar que todas las personas afectadas obtengan la ayuda que necesitan a tiempo.

Liga Consultiva de Padres y Profesionales (PPAL)

<https://ppal.net/>

La Liga Consultiva de Padres y Profesionales (PPAL) es una organización estatal centrada en mejorar la salud mental y el bienestar de los niños, jóvenes y familias por medio de la educación, el apoyo y la colaboración.

Preguntas frecuentes

PREGUNTA 1. ¿QUÉ ES LA ATENCIÓN DE TRANSICIÓN?

- Es importante que determinadas personas reciban cuidados de transición tras un problema médico.
- Dichos problemas médicos pueden ser: enfermedad, lesiones, cirugía u hospitalización.
- Entre los servicios de atención de transición se ofrece atención médica en el domicilio, atención de enfermería especializada, terapia y servicios de rehabilitación.
- Los servicios de atención de transición pueden ayudar en su recuperación y mejorar su funcionalidad y calidad de vida.
- Los servicios de atención de transición pueden ofrecer atención a pacientes terminales.

PREGUNTA 2. ¿QUÉ DEBO SABER SOBRE LA ATENCIÓN DE TRANSICIÓN?

- Es necesario que reciba los cuidados correctos en el momento y lugar adecuados para poder lograr sus objetivos, cubrir sus necesidades y mantener una buena calidad de vida.
- La atención de transición se puede realizar en el domicilio, en una clínica ambulatoria o en un centro especializado de enfermería, por ejemplo.
- La atención de transición se debe realizar de forma culturalmente competente para ofrecer los mejores resultados.
- La atención de transición es variada en cuanto a la intensidad y el tipo de asistencia que ofrece.
- Los entornos donde se realizan servicios de atención de transición, como un hospital o un domicilio, son una parte importante del proceso para obtener los mejores resultados y evitar el reingreso hospitalario.

PREGUNTA 3. ¿LOS SEGUROS MÉDICOS CUBREN LA ATENCIÓN DE TRANSICIÓN?

- Es importante conocer la cobertura de su seguro médico o plan de salud en cuanto a atención de transición.
- La mayoría de seguros médicos y planes de salud cubren la atención de transición, pero la cobertura varía según el seguro médico.
- Algunos seguros médicos son más flexibles a la hora de cubrir los cuidados a el domicilio.
- Consulte a su seguro médico o plan de salud para saber qué cubren.

PREGUNTA 4. ¿CÓMO ME INFORMO SOBRE LA CALIDAD?

- Es importante informarse sobre la calidad.
- Puede ser difícil saber qué calidad tienen los prestadores de servicios.
- Pregunte a su equipo de asistencia sanitaria, plan de salud, a sus amigos o familiares por información sobre la calidad. Care Compare es una fuente pública donde podrá encontrar información sobre la calidad de los cuidados, costes y volumen de servicios. Visite: <https://www.medicare.gov/care-compare/>

PREGUNTA 5. ¿CUÁLES SON LAS DIFERENCIAS ENTRE LOS DISTINTOS CENTROS DE ATENCIÓN DE TRANSICIÓN?

- Es importante entender las diferencias entre los centros que ofrecen atención de transición.
- No todos los centros con atención de transición ofrecen lo mismo a los pacientes.
- Los centros de atención de transición también se especializan en ciertas enfermedades.
- Dependiendo de sus necesidades y cobertura médica, podrá elegir cuidados a domicilio o en un centro.

