



1 *Calidad de vida*

Los cuidados paliativos constituyen un enfoque reflexivo hacia sus objetivos de atención, ya sean curativos o centrados en el confort. Las opciones de cuidados se enfocan en su calidad de vida.



2 *Alivia el sufrimiento*

El equipo de cuidados paliativos colabora con usted para identificar el sufrimiento físico, psicosocial y espiritual y ofrecerle opciones para aliviarlo.



3 *Comparta sus valores*

Comunicar lo importante a sus seres queridos, colegas de cuidados y miembros del equipo de atención garantizará que se satisfagan sus necesidades.



4 *Revise sus objetivos*

Revisar sus objetivos de manera regular ayudará a que los cuidados que recibe sigan siendo pertinentes y flexibles según sus necesidades y deseos cambiantes.



5 *Este es un deporte de equipo*

Los cuidados paliativos implican a un equipo de proveedores, entre ellos médicos, enfermeras, párrocos, trabajadores sociales, colegas de cuidados y, en el centro de todo, usted.



6 *Apoyo a los cuidadores*

Velar por que las personas que forman parte de su vida estén informadas, cuidadas y apoyadas le ayudará a usted y a ellas a vivir mejor.



7 *Una especialización médica*

Los proveedores de cuidados paliativos tienen experiencia en prevenir y aliviar el dolor y otros síntomas de una enfermedad grave.



8 *Asociarse es fundamental*

El enfoque paliativo ayuda a tomar decisiones informadas, compartidas y basadas en la confianza y la comunicación.



9 *Hable con su equipo*

Pregunte a los proveedores de su clínica de ELA o al personal local del servicio de cuidados de la ALS Association sobre una remisión a cuidados paliativos si un especialista no forma parte de su equipo.



10 *Se vale preguntar*

Muchos temas pueden ser difíciles de tratar, pero abordar sus dudas y preocupaciones con un profesional de confianza puede contribuir a reducir la ansiedad y a obtener mejores resultados.