

# Planificación del alta

El proceso de planificación del alta le prepara para abandonar el hospital. Debe comenzar poco tiempo después de que ingresa en el hospital y, al menos, varios días antes de su alta planificada. El número de JAMA del 23/30 de enero de 2013 contiene varios artículos sobre reingresos después del alta hospitalaria.

## ASPECTOS BÁSICOS DE LA PLANIFICACIÓN DEL ALTA

- Sepa **dónde irá** después de recibir el alta. Es posible que vaya a su hogar o a una residencia para personas mayores o con discapacidades.
- Si usted va a su hogar, es posible que el personal de enfermería de atención médica domiciliar deba visitarle. Se recomienda que un amigo o familiar permanezca con usted cuando esté en su hogar. Si fuera posible, haga estos arreglos antes de ingresar en el hospital.
- Es posible que necesite **atención especial**, como una dieta especial, inyecciones o cambios de vendajes. En algunas ocasiones, el personal de enfermería asiste a su hogar para ayudar con estos quehaceres, pero los familiares o amigos también pueden colaborar con estas tareas, si fuera posible.
- Es posible que haya comenzado a tomar algunos **medicamentos** nuevos en el hospital. Conozca sus dosis, efectos secundarios y el motivo por el que los está recibiendo. Es posible que necesite una receta y saber a qué farmacia dirigirse. Es posible que continúe tomando algunos de sus medicamentos anteriores, pero las dosis pueden cambiar. Es posible que algunos de sus medicamentos habituales no hayan sido proporcionados en el hospital y necesite comenzar a tomarlos nuevamente. Es posible que sus medicamentos nuevos necesiten una aprobación previa del seguro.
- Es posible que necesite **equipo médico duradero (durable medical equipment, DME)** en el hogar. Esto incluye andadores u oxígeno complementario. Asegúrese de saber cómo obtener DME después de abandonar el hospital y cómo el seguro los paga.
- Sepa qué **actividades** puede hacer. ¿Podrá bañarse o usar las escaleras? Si no puede conducir, planee cómo llegará a las citas con los médicos, cómo recogerá sus recetas y cómo manejará otras tareas, como la compra de provisiones.
- Sepa qué **profesionales de atención médica** le atenderán después de recibir el alta. Estos deben recibir un informe completo de su estadía hospitalaria. Es posible que necesite tratamientos, como fisioterapia. Asegúrese de que estas citas se programen para usted, y de que los proveedores de estos servicios obtengan un informe en el que se resuma su estadía hospitalaria.

## ¿QUIÉN AYUDA CON LA PLANIFICACIÓN DEL ALTA?

La mayoría de los hospitales cuentan con planificadores del alta entre su personal. A menudo, estos profesionales son personal de enfermería o trabajadores sociales que están bien informados acerca de los recursos comunitarios para implementar su plan. También pueden derivarle a las personas adecuadas para ayudar a garantizar que su seguro pague por la atención respecto de la cual usted está cubierto y pueden informarle cuánto tiene que pagar usted.

## CUANDO ABANDONA EL HOSPITAL

Debe recibir un resumen por escrito de su estado de salud. Este debe informar qué se realizó en el hospital y proporcionar instrucciones específicas en relación con su necesidad de medicamentos, tratamientos y seguimiento. Lleve esto con usted a las citas con sus médicos o cuando busque atención médica. Sepa a quién llamar si surgen preguntas después de recibir el alta.



## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Lista de verificación de planificación del alta de Medicare  
<http://www.medicare.gov/pubs/pdf/11376.pdf>
- Departamento de Salud de Florida (Florida Department of Health)  
<http://www.doh.state.fl.us/phnursing/dischargeplanning.html>
- Departamento de Salud del Estado de Nueva York (New York State Department of Health)  
[http://www.health.ny.gov/professionals/patients/discharge\\_planning/](http://www.health.ny.gov/professionals/patients/discharge_planning/)
- Agencia para la Investigación y la Calidad de la Atención Médica (Agency for Healthcare Research and Quality)  
<http://www.innovations.ahrq.gov/content.aspx?id=1777>

## INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Hoja para el Paciente (Patient Page) del sitio web de JAMA en [www.jama.com](http://www.jama.com). Muchas están disponibles en inglés y español.

Fuentes: Medicare, Florida Department of Health, New York State Department of Health, Agency for Healthcare Research and Quality

Denise M. Goodman, MD, MS, Redactora

Alison E. Burke, MA, Ilustradora

Edward H. Livingston, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.

**JAMA**  
COPIA PARA  
SUS PACIENTES