Kidney Health Analytics and Responsive Emergency Support



Nuevo paquete de orientación para pacientes con ESRD (NEPOP)

Recursos para ayudarle a vivir bien con insuficiencia renal

Comprender la enfermedad renal en etapa terminal (ESRD)

Si padece enfermedad renal en etapa terminal (ESRD), es posible que tenga preguntas sobre la diálisis, el trasplante, la cobertura de Medicare, los costos, los medicamentos recetados, la diálisis de emergencia, los viajes y dónde obtener ayuda. Los recursos de los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) pueden ayudarle a comprender sus opciones y a hablar con su equipo de atención médica sobre lo que es adecuado para usted.

Comprender la insuficiencia renal

Un buen punto de partida para los pacientes recién diagnosticados es aprender más sobre la enfermedad renal.

The American Association of Kidney Patients (AAKP) ofrece varias guías útiles que le ayudarán a comprender mejor la enfermedad renal y a manejarla.

El formulario 2728, Medicare y sucobertura

El formulario 2728 es un formulario importante de Medicare para las personas con enfermedad renal en etapa terminal (ESRD). Confirma que tiene ESRD y que podría ser elegible para la cobertura de Medicare para la diálisis o la atención relacionada con el trasplante de riñón. El equipo de atención médica de su centro de diálisis le ayudará a completar el formulario, y su nefrólogo lo firmará para confirmar su diagnóstico. También se le pedirá que firme el formulario. Firmar el formulario 2728 no cancela ningún otro seguro médico que pueda tener. Medicare puede funcionar conjuntamente con su otro seguro. Tiene derecho a hacer preguntas antes de firmar. También tiene derecho a negarse a firmar, pero si el formulario no se firma y se presenta, la cobertura de Medicare puede retrasarse. Si no está seguro de lo que significa el formulario para usted, pídale a su trabajador social, a su equipo de atención médica o a su asesor de seguros que se lo explique de una manera que le resulte clara.

Cómo obtener ayuda con los costos y el seguro médico

La atención relacionada con la enfermedad renal puede ser costosa, pero puede haber ayuda disponible para los costos relacionados con la diálisis, los medicamentos, el transporte, las primas del seguro, los gastos de trasplante y las emergencias.

Puntos de partida útiles:

- **American Kidney Fund:** programas de asistencia financiera
- **National Kidney Foundation:** recursos de asistencia para seguros y medicamentos recetados
- Información sobre **discapacidad del Seguro Social y Medicare**
- **211** para obtener ayuda local con alimentos, vivienda, transporte, servicios públicos y necesidades de atención médica
- **Medicare** responde preguntas sobre la cobertura del seguro

KHARES APROBADO POR PARES

Si no está seguro de por dónde empezar, pídale ayuda al trabajador social de su centro de diálisis o a su equipo de atención médica para revisar sus opciones.



Rehabilitación vocacional

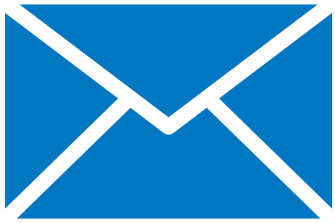
Si desea seguir trabajando, la rehabilitación vocacional puede ayudarle a regresar al trabajo o explorar un nuevo tipo de empleo. Estos servicios pueden incluir asesoramiento, planificación profesional, capacitación, colocación de empleo y apoyo para atender las necesidades en el lugar de trabajo. Si recibe beneficios por incapacidad del Seguro Social, el programa Boleto para Trabajar puede ponerle en contacto con servicios de empleo gratuitos a través de una red de empleo o de la agencia de rehabilitación vocacional de su estado. Trabajar puede ayudarle a mantenerse activo, sentirse más independiente y mejorar su calidad de vida. Si está interesado o no está seguro de por dónde empezar, pregúntele a su trabajador social cómo puede ser referido a la agencia local de rehabilitación vocacional.

Para obtener información sobre el Programa Boleto para Trabajar de la Administración del Seguro Social, visite https://choosework.ssa.gov

Si tiene preguntas o necesita orientación específica para su situación, llame al número de ayuda del Boleto para Trabajar al **1-866-968-7842** / **866-833-2967** (TTY)
De lunes a viernes
de 8 a. m. a 8 p. m., hora del este (ET).

Para consultas generales, envíe un correo electrónico a support@choosework.ssa.gov.





Conozca sus derechos y cómo obtener ayuda

Tiene derecho a recibir un trato respetuoso, comprender su atención médica, hacer preguntas, participar en las decisiones y expresar sus inquietudes si algo no le parece correcto. Obtenga más información sobre sus derechos:

- Derechos y responsabilidades del paciente English/Espanol
- Kit de herramientas para quejas de pacientes en diálisis English/Espanol
- Su Red de ESRD para preguntas o inquietudes sobre la atención médica



Conozca sus opciones de tratamiento

Hay más de una manera de tratar la enfermedad renal. La mejor opción depende de su salud, estilo de vida, sistema de apoyo, objetivos y de lo que más le importa.

Las opciones de tratamiento pueden incluir:

- NIDDK: Cómo elegir un tratamiento para la insuficiencia renal
- Hemodiálisis en el centro
- Trasplante
- Diálisis domiciliaria
- Atención paliativa de la NKF
- Hospicio de la NKF para la insuficiencia renal

Obtenga más información sobre sus opciones de acceso vascular con estos recursos:

- Acceso para hemodiálisis
- Catéter para diálisis peritoneal

Preparación para tormentas, cortes de electricidad y emergencias

Las tormentas, los cortes de electricidad, los problemas de transporte u otras emergencias pueden interrumpir la diálisis y el acceso a medicamentos, agua, alimentos y comunicación. Planificar con anticipación puede ayudarle a mantenerse más seguro.

Algunas medidas útiles incluyen

- Mantenga los contactos de emergencia de su centro de diálisis, equipo de atención médica, familia, proveedor de transporte y Red de ESRD.
- Pregunte a su centro qué debe hacer si no puede acudir a diálisis o si su horario de tratamiento cambia.
- Prepare una bolsa de emergencia para diálisis con documentos importantes, medicamentos, suministros, refrigerios y información de contacto.
- Infórmese sobre un plan de alimentación de emergencia.
- Use los recursos de **Ready.gov** para obtener ayuda para manejar los cortes de electricidad, las tormentas y los planes de comunicación familiar.
- Pregunte por recursos de ayuda en caso de desastre si su comunidad se ve afectada.

Alimentarse bien y mantenerse lo más saludable posible

Una alimentación adecuada para los riñones puede incluir limitar la cantidad de sodio, potasio, fósforo, proteínas y líquidos en su dieta. Sus necesidades pueden cambiar según su tratamiento, resultados de laboratorio y otras afecciones de salud. Los recursos útiles pueden incluir
La National Kidney Foundation, que ofrece información nutricional sobre temas como:

- Recetas adecuadas para los riñones y herramientas para planificar comidas
- Orientación de un dietista renal
- Consejos para controlar los líquidos, el fósforo, el potasio, el sodio y las proteínas
- Actividad física segura, seguridad de los medicamentos, cómo dejar de fumar y recursos para una vida saludable

Hable con su dietista renal o equipo de atención médica antes de hacer cambios importantes en su dieta.



Cómo encontrar apoyo para usted, su familia y sus cuidadores

La enfermedad renal puede afectar su vida diaria, familia, trabajo, transporte, emociones y rutinas. Hay apoyo disponible para usted, su familia y cualquier persona que le ayude con su atención médica.

Algunos recursos útiles pueden incluir:

- **Renal Support Network**
- **American Association of Kidney Patients**
- **National Kidney Foundation comunidades**, apoyo entre pares y la **línea de ayuda de NKF Cares**
- **Family Caregiver Alliance**

Pregúntele a su trabajador social o a su equipo de atención médica sobre grupos de apoyo locales, mentoría entre pares, educación para cuidadores, ayuda con el transporte y recursos comunitarios.



Cuidar su bienestar emocional

Después de recibir un diagnóstico de enfermedad renal, es normal sentir preocupación, tristeza, enojo, estrés o incertidumbre. Es importante recordar que no tiene que afrontar todo por su cuenta.

Algunas formas de obtener apoyo incluyen:

- Hable con el trabajador social de su centro de diálisis o con su equipo de atención médica.
- Pregunte sobre asesoramiento, salud conductual o recursos comunitarios de salud mental.
- Conéctese con grupos de apoyo entre pares a través de organizaciones de pacientes renales.
- Si lo desea, incluya a familiares de confianza o cuidadores en las conversaciones sobre su atención médica.
- Pida ayuda si el estrés, la tristeza o la ansiedad están afectando su vida diaria

Si alguna vez se siente en peligro o en crisis, llame a los servicios de emergencia o marque el 988 para comunicarse con la Línea nacional de Prevención del Suicidio y Crisis.

Comience aquí: Recursos clave sobre los que puede preguntar

Si le han diagnosticado recientemente la enfermedad o está buscando ayuda, comience por preguntar a su equipo de atención médica, trabajador social, dietista o Red de ESRD sobre:

1. Información de Medicare y CMS sobre la cobertura de ESRD, diálisis, trasplante, medicamentos recetados, viajes y quejas
2. Información sobre los derechos y las responsabilidades del paciente
3. Recursos para elegir entre diálisis en el hogar, hemodiálisis en el centro, trasplante y otras opciones de atención médica
4. Herramientas para prepararse para emergencias relacionadas con la diálisis
5. Recursos de asistencia financiera
6. Recursos sobre nutrición adecuada para los riñones y una vida saludable
7. Recursos de apoyo para familiares y cuidadores
8. Recursos de bienestar emocional y apoyo entre pares

Lleve sus preguntas a su equipo de atención médica; pueden ayudarle a encontrar los recursos que se ajusten a sus necesidades.

Para obtener más información, comuníquese con KHARES llamando al 866-391-4682

Análisis de la salud renal y apoyo para la respuesta ante emergencias
Oficina corporativa: 300 Jericho Quadrangle, Ste. 300, Jericho, NY 11753
Línea directa para emergencias de KHARES: 866-446-3507
Correo electrónico: KHARES@ipro.org
Sitio web: https://khares.ipro.org

Este material fue preparado por el contratista de Análisis de la salud renal y apoyo para la respuesta ante emergencias (Kidney Health Analytics and Responsive Emergency Support, KHARES), bajo contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS), una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. El contenido presentado no refleja necesariamente la política de CMS ni implica el respaldo del gobierno de los EE. UU. N.º de contrato de CMS: 75FCMC19D0029 N.º de publicación: KHARES.IPRO-CE-20261021-254 —LC v.1