

# Mentoria Entre Pacientes

## Curso 2: Mentoria para Apoyar las Opciones





# Curso 2



## Curso 2: Tutoría para apoyar las opciones

**Este curso tiene cuatro partes:**

Parte 1: Cómo empezar.....	2
Parte 2: Su papel como mentor en el apoyo a las opciones de tratamiento.....	4
Parte 3: Recursos para apoyar las opciones.....	10
Parte 4: Planificación de las reuniones .....	11



## Curso 2



# Curso 2: Mentoría para Apoyar las Opciones

¡Bienvenido al Curso 2, Mentoría para Apoyar las Opciones!

Este curso continúa su capacitación para convertirse en un mentor de compañeros. Aprenderá consejos prácticos sobre cómo comenzar como mentor. También aprenderá cómo apoyar a su compañero mientras toma decisiones importantes sobre las opciones de tratamiento.

Después de tomar este curso, podrá:

- Enumerar los pasos para comenzar con la tutoría entre pares.
- Explicar su papel para ayudar a un compañero a involucrarse en las opciones de tratamiento renal.
- Describir las pautas básicas para compartir recursos.
- Planificar sesiones de mentoría con su compañero.

### **El curso 2 tiene cuatro partes:**

Parte 1: Cómo Empezar

Parte 2: Su Papel como Mentor en el Apoyo a las Opciones de Tratamiento

Parte 3: Recursos para Apoyar las Opciones

Parte 4: Planificación de las Reuniones

Por favor, lea las cuatro partes. También puede volver atrás y releer partes como desee. Una vez que haya terminado, responda el cuestionario sobre lo que aprendió.



## Curso 2



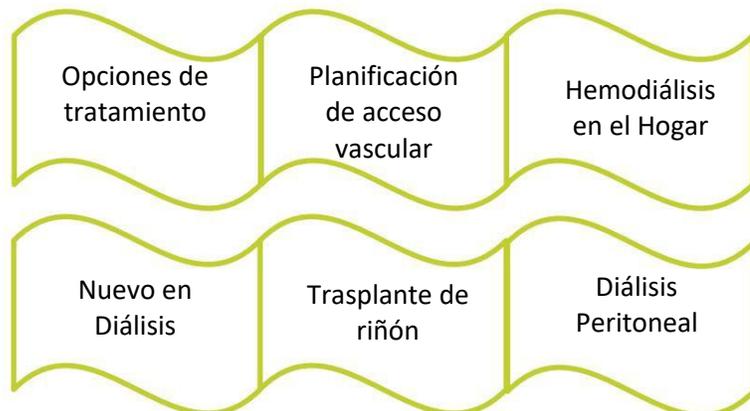
### Parte 1: Cómo empezar

Los cinco pasos enumerados en esta sección le muestran cómo comenzar.

**Paso 1. Complete el adiestramiento de mentor.** Termine los cursos en orden, del 1 al 3. Aprenderás qué es la mentoría entre compañeros y cómo ser un mentor efectivo. También encontrará información básica sobre la enfermedad renal y el acceso vascular.

↓ **Paso 2. Prepárese para el obtener éxito como mentor.** Una vez que haya completado los cursos, su contacto del Network será notificado. El Network trabajará con su centro de diálisis en el siguiente paso. Esto será para emparejarlo con otro paciente.

↓ **Paso 3. Pregunte si debe discutir un tema específico.** Puede recibir una sugerencia para hablar con su compañero sobre un tema específico. El equipo médico del centro de diálisis le ayudará con esto. Si no recibe información sobre qué tema cubrir, pregunte a su equipo.



↓ **Paso 4. Prepare sus materiales.** Cada curso incluirá recursos que puede compartir. Estos ayudarán a guiar sus conversaciones. Verifique si su centro de diálisis pueda ayudar a imprimir copias de los materiales. También encontrará enlaces a los materiales haciendo clic en el botón Recursos en la página de inicio de este programa. Puede compartir estos enlaces con su compañero. Revise los materiales. Una vez que se sienta cómodo de entenderlos completamente, estará listo para reunirse con su compañero.

↓ **Paso 5. Planifique su horario.** Determine la mejor manera de reunirse con su compañero uno a uno. Hable con su equipo de atención médica sobre su horario planificado y sobre cómo debe acercarse a su compañero. Esto podría ser una llamada telefónica o una reunión en persona. También puede revisar qué enfoques funcionan mejor en su centro de diálisis. Si tiene preguntas o desea obtener más orientación sobre cómo usar los recursos, hable con su contacto del Network o su equipo de atención médica.



## Curso 2



### Consejos para el éxito



- Use las habilidades de escucha activa que aprendió en el Curso 1 para decidir el mejor momento para compartir información con su compañero.
  - Presta atención
  - Demuestra que estás escuchando
  - Proporciona comentarios
  - No juzgues
  - Responda apropiadamente
- Comuníquese con su red o centro de diálisis contacto para soporte e información.

***El Network trabaja con centros de diálisis para mejorar la atención.***



## Curso 2



### Parte 2: Su Papel como Mentor en el Apoyo a las Opciones de Tratamiento

En el Curso 1, aprendió sobre su rol general como mentor de compañeros. Ahora, verá cómo puede ayudar a su compañero a participar activamente en las opciones de tratamiento renal.

Piense en una experiencia en su vida en la que alguien lo haya guiado. Este puede haber sido un compañero de trabajo cuando comenzó un trabajo o un amigo cuando se unió a un nuevo grupo. Podría haber sido un entrenador de fútbol cuando estabas en la escuela o un anciano de tu comunidad que te guio en las opciones de carrera.

- ¿Qué te hizo conectar con esta persona?
- ¿Qué características tenía él o ella que lo hicieron un buen mentor?
- ¿Qué acciones tomó él o ella que te ayudaron?
- ¿Qué hizo tu mentor que te hizo sentir cómodo compartiendo tus pensamientos o experiencias?

Comprender lo que hizo un buen mentor en su vida le ayudará en su papel como mentor de pacientes.

La mentoría comienza al desarrollar una relación con su compañero.

¿Cómo sucede esto?

Usted y su compañero comparten experiencias. Usted y su compañero también aprenden sobre los valores, intereses y metas de cada uno. A medida que crece la relación, explora con su compañero algunas de sus decisiones sobre las opciones de tratamiento renal. Usted ofrece apoyo como socio de confianza mientras su compañero toma sus propias decisiones importantes sobre la atención médica.



## Curso 2



### **Cómo los Mentores Ayudan a los Compañeros a Involucrarse**

Como mentor, puede apoyar a su compañero para que sea activo en su cuidado. Una forma es que su compañero trabaje junto con el equipo de atención médica para tomar decisiones y elegir tratamientos. Esto se llama toma de decisiones compartida. Así es como puede apoyar a su compañero en esto.

**Explicar la toma de decisiones compartida.**

Su compañero puede compartir sus valores, opiniones y preferencias con el equipo de atención médica. El equipo de atención médica puede compartir evidencia e información sobre las opciones de tratamiento. Luego, su compañero y el equipo de atención médica toman decisiones de atención médica juntos.

**Comparta recursos que le den a sus  
compañeros datos sobre las opciones de tratamiento**

Su compañero puede hacer preguntas informadas al equipo de atención médica. Su compañero también está facultado para asociarse con el equipo de atención médica para tomar decisiones.

**Pregúntele a su compañero sobre las  
preferencias y lo que es importante para él o ella.**

Puede hacer esto al compartir información sobre las opciones de tratamiento. Esto prepara a su compañero para hablar con el equipo de atención médica sobre sus preferencias.



## Curso 2



**Anime a su compañero a hablarle al equipo de atención médica sobre sus valores, opiniones y preferencias.**

Esta es una parte importante de la toma de decisiones compartida. Los valores, opiniones y preferencias de su compañero deben ser considerados en las decisiones que lo afectan. Su compañero puede practicar hablar sobre esto con usted. Luego, su compañero puede hablar con el equipo de atención médica.

**Ayude a su compañero a hacer preguntas al equipo de atención médica**

Su compañero puede tener preguntas para el equipo de atención médica a medida que aprende más sobre las opciones de tratamiento. Es posible que su compañero no entienda algo o necesite más información. Puede ayudar a su compañero a descubrir cómo hacer preguntas. También puede pedirle a su compañero que practique preguntas con usted. Esto hace que su compañero se sienta más cómodo al hablar con el equipo de atención médica.

Su compañero podría tener preguntas para el equipo de atención médica, como:

- ¿Cuáles son las diferentes formas de recibir diálisis?
- ¿Cómo podría afectar mi salud el tipo de acceso vascular?
- ¿Cómo podría ser la terapia en el hogar una opción para mí?
- ¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir infecciones?
- ¿Cómo funciona el proceso de trasplante de riñón?



## Curso 2



### **Anime a su compañero a hablar con el equipo de atención médica sobre la participación en las decisiones sobre el cuidado**

Puede ayudar a su compañero a hablar con su equipo de atención médica. Su compañero puede practicar con usted cómo decirle al equipo de atención médica que quiere participar más. Por ejemplo, su compañero puede querer trabajar con el equipo de atención médica para desarrollar un plan de acceso vascular.

### **Dígale a su compañero acerca de establecer metas**

Establecer metas sobre la atención médica es una forma en que su compañero puede manejar su propio cuidado. Su compañero puede trabajar como aliado del equipo de atención médica para decidir objetivos realistas. Estos objetivos deben basarse en las preferencias de su compañero y sus valores y necesidades.

### **Modele su participación activa en su propio cuidado**

Su compañero puede aprender de usted como mentor. Puede compartir cómo participa en el establecimiento de sus objetivos de atención médica. También puede hablar sobre cómo trabaja con el equipo de atención médica para tomar decisiones.



## Curso 2



### **Beneficios de la Participación Activa en el Cuidado**

Si su compañero participa en su propio cuidado, él o ella puede estar más satisfecho con el cuidado recibido. Su compañero también puede tener mejores resultados de salud. Si su compañero toma decisiones de atención médica que reflejan preferencias personales, es posible que tenga menos ansiedad. También es más probable que su compañero se mantenga al plan de tratamiento.

### **Involucrar al Equipo de Atención Médica**

Puedes ofrecer apoyo para muchos temas. Sin embargo, en algunos casos, deberá conectar a su compañero con el equipo de atención médica. Este es uno de sus roles importantes como mentor. ¿Cuándo deberías hacer esto? Pídale a su compañero que hable con el equipo de atención médica si él o ella:

- Comparte síntomas médicos.
- Hace preguntas sobre su tratamiento, medicamentos o dieta.
- Quiere saber detalles sobre una opción de tratamiento, como cómo la hemodiálisis en el hogar funciona o si él o ella es un buen candidato para un trasplante.
- Pregunta sobre los diferentes tipos de accesos vasculares y cuál es el mejor para él o ella.
- Le habla de sentimientos de desesperanza, desesperación o ansiedad.



### **Consejos para el éxito**

- Escuche las preocupaciones.
- Ofrezca aliento mientras su compañero considera una opción.
- Pídale al equipo de atención médica que lo ayude a usted o/a su compañero cuando sea necesario. Para preguntas medicas asegúrese que el equipo de atención médica participe de inmediato.
- Hable con el equipo de atención médica para analizar los problemas y hacer una lluvia de ideas sobre cómo mejorar su tutoría entre pares.



## Curso 2



### ¡Practiquemos la mentoría!



Suzie es una mentora de compañeros en su centro. Suzie se empareja con Alice.

Alice quiere tomar decisiones sobre su plan de tratamiento.

- Alice le pide a Suzie información sobre cómo involucrarse en su propio cuidado.
- Alice le pregunta a Suzie sobre los beneficios de trabajar con el cuidado de la salud.

Suzie le dice a Alice que participar en su propio cuidado no es importante. Ella le dice a Alice que puede responder a sus preguntas. Suzie dice que sabe todo sobre diálisis, medicamentos y qué alimentos comer.

¿Qué opinas del encuentro de Suzie con Alice?

- ¿Le dio Suzie las mejores respuestas a Alice?
- ¿Suzie animó a Alice a involucrarse en su cuidado?
- ¿Suzie escuchó sus preocupaciones?

Suzie destruyó el plan de Alice de involucrarse en su cuidado. También se excedió en su rol de mentora.

- Suzie trató de tomar el lugar del equipo de atención médica.
- Suzie no debería haberse ofrecido a dar consejos médicos.

“Practiquemos cómo decirle a la enfermera que quiere involucrarse más”.

La escena podría haber ido mejor si Suzie hubiera:

- Escuchado las preguntas de Alice.
- Le explicara a Alice los beneficios de trabajar con el equipo de salud.
- Ofrecido recurso para que Alice los leyera.
- Ayudará a Alice a conectarse con el equipo de atención médica.
- Le pidiera a Alice que hablara con el equipo de atención médica si tenía preguntas sobre tratamientos, medicamentos, o dieta.



## Curso 2



### Parte 3: Recursos para apoyar las opciones

Compartir recursos educativos con sus compañeros es una parte importante de la mentoría entre pacientes. Aprenderá acerca de los recursos que puede compartir en este programa de capacitación. Los recursos son para apoyarlo en su papel como mentor. Y los recursos ayudarán a su compañero a tomar decisiones sobre el tratamiento.

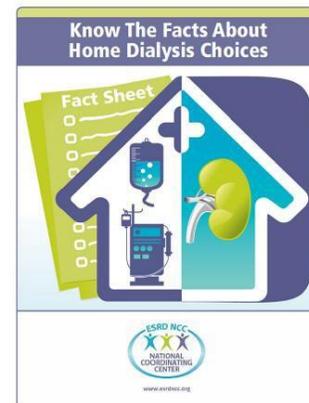
La experiencia que ofrece como alguien con enfermedad renal también es un recurso valioso. Puede ayudar a su compañero al:

- Demostrar que comprende por lo que está pasando su compañero.
- Ofrecer aliento donde quiera que él o ella se encuentre en el proceso.
- Estar abierto a las preocupaciones que se comparten.
- Actuar como ejemplo. Muestre cómo participar en su propia atención médica puede ayudar mejor calidad de vida.
- Sugerir, cuando corresponda, que su compañero se comunique con el equipo de atención médica.

#### Conceptos Básicos de Intercambio de Información

Aquí hay algunas pautas a tener en cuenta al comenzar a ser mentor.

- Lea los recursos antes de compartirlos con su compañero.
- Nunca fuerce a un compañero a revisar un recurso si él o ella no está interesado.
- Si su compañero no está listo para hablar, siempre esté dispuesto a reunirse en otro momento.
- Dele a su compañero una copia de los materiales si él o ella quiere revisarlos en privado. Puedes hablar de ellos en un momento posterior.



#### Consejos para el éxito



- Escuche - es su herramienta más poderosa.
- Recuerde, cada compañero se encuentra en un lugar diferente en su jornada.
- Use su juicio sobre qué recursos ofrecer y si debe conectarse con el equipo de salud.



### Parte 4: Planificación de las Reuniones

La mentoría entre pacientes requiere colaboración y planificación. Hable con su equipo de atención médica o contacto del Network sobre la mejor manera de comenzar. Pida consejos de apoyo y entrenamiento.

Aquí hay un ejemplo para planificar sus sesiones individuales con su compañero. Este calendario de reuniones y lo que sucede en cada reunión no funcionará para todos los encuentros. Muévase siempre a un ritmo que se sienta cómodo para usted y su compañero.



**Primera reunión:** Preséntese. Conozca a su compañero. Cuente su historia, escuche la historia de su compañero y pregunte cómo puede ser de ayuda.



**Segunda reunión:** hable sobre algunas opciones de tratamiento renal si eso es lo que su compañero dijo que es importante para él o ella. Averigüe si su compañero tiene los datos con respecto a su elección de tratamiento renal. Revise los recursos educativos con su compañero. Esto podría ser en persona o mediante el uso de un método electrónico. Por ejemplo, podría usar Zoom, FaceTime o Skype.



**Tercera reunión: Consulte** con su compañero para ver si tiene preguntas o inquietudes sobre la información que revisó. Recuerde dirigir las preguntas médicas al equipo de atención médica.



**Cuarta reunión: Verifique** con su compañero. Vea si él o ella tiene preguntas sobre los materiales que proporcionó durante la reunión anterior. Vea qué más podría querer discutir su compañero.

- Sí, hay preguntas:
  - Hablar de temas que no sean relacionado a la salud.
  - Referir temas relacionados con la salud al equipo médico.
  
- No, no hay preguntas:
  - Considere si su compañero está listo para comenzar a dar pasos hacia una elección de cuidado de la salud. ¿Ha resuelto alguna inquietud?
  - ¿Le gustaría comenzar a planificar para tomar una decisión?





## Curso 2



**Quinta reunión:** Consulte con su compañero para ver si tiene preguntas.

- Sí, hay preguntas:
  - Hablar de temas que no estén relacionados con la salud.
  - Referir temas relacionados con la salud al equipo de salud.
- No, no hay preguntas:
  - Hable sobre los próximos pasos para tomar una decisión sobre el tratamiento renal y qué apoyo él o ella necesita para dar esos pasos.

Ayude siempre a su compañero a comprender cómo trabajar a través del proceso involucrado en la toma de esta decisión. Recuerde conectar a su compañero con el equipo de atención médica si él o ella parece estar preocupado por dar el siguiente paso.



**Sexta reunión:** Lleve un registro y celebre cada uno de los éxitos de sus compañeros al elegir un tratamiento renal. Continúe hablando con su compañero sobre cómo van las cosas. Comparta información adicional según sea necesario. Siempre anime a su compañero a discutir cualquier problema con su equipo de atención médica.



### Consejos para el éxito

- Celebre cada éxito.
- Siéntete orgulloso de intentar en hacer la diferencia.
- Equilibre su rol con lo que es importante para usted personalmente.
- Siga haciendo lo que es bueno para usted.



## Curso 2



### Próximos pasos en el programa de capacitación

¡Felicitaciones por completar el Curso 2 en el **Programa de Educación de Mentores entre Pacientes!**

A continuación, **complete el cuestionario de revisión del curso 2.**

Entonces puede comenzar a trabajar en el Curso 3.

*Este material fue adaptado por el Grupo Asesor de Servicios de Salud (HSAG), el contratista del Centro Nacional de Coordinación de Enfermedades Renales en Etapa Terminal (ESRD NCC), bajo el contrato #HHSM-500-2016-00007C con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS), una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos, a partir de material preparado originalmente por IPRO. Los contenidos presentados no reflejan necesariamente la política de CMS ni implican el respaldo del gobierno de los EE. UU. FL-ESRD NCC 7N5TD1-05192020-03*