

Carpeta de emergencia del cuidador

Todo lo que un ayudante necesita saber sobre la persona que cuida, en un solo lugar.

Nombre de la persona que cuida:

Contacto principal de emergencia y teléfono:

Última actualización:

En una emergencia, llame primero al 911. Lea la Sección 1 antes de dar cuidado.

Esta carpeta organiza información. No reemplaza los documentos médicos, legales ni de directivas anticipadas oficiales.



Índice

Marque cada hoja cuando la llene y agréguela a la carpeta. Todas las hojas son gratuitas en lighthousebydragonfly.com/downloads.

1 LEER PRIMERO

Tarjeta de información de emergencia	☐ incluida
Hoja para el hospital y emergencias	☐ incluida
Contactos y equipo de cuidado	☐ incluida
Necesidades de comunicación	☐ incluida
Desencadenantes y señales de alerta	☐ incluida
Página del cuidador	☐ incluida

2 INFORMACIÓN MÉDICA

Lista de medicamentos y alergias	☐ incluida
Resumen del historial médico	☐ incluida
Registro diario de cuidado / Control de síntomas	☐ incluida
Hoja para preparar la visita al médico	☐ incluida
Registro de citas	☐ incluida

3 SEGUROS, DOCUMENTOS Y FACTURAS

Ubicación de seguros y documentos	☐ incluida
Ubicación de facturas y cuentas	☐ incluida
Beneficios y recursos	☐ incluida

4 RUTINA DIARIA

Guía para el cuidador suplente y rutina diaria	☐ incluida
Comidas e hidratación	☐ incluida
Movilidad y cuidado personal	☐ incluida
Horario de ayudantes: quién hace qué	☐ incluida

5 QUIÉN ES LA PERSONA QUE CUIDO

Lo que consuela o calma a la persona que cuido	☐ incluida
Lo que me gustaría que supiera	☐ incluida
Preferencias de cuidado	☐ incluida
Historia personal / Libro de recuerdos	☐ incluida

6 HOGAR, SEGURIDAD Y SUMINISTROS

Información del hogar y seguridad	☐ incluida
Lista de suministros y equipo	☐ incluida



1

Leer primero

La información más importante para cualquier persona que llegue a ayudar. Empiece aquí.

EN ESTA SECCIÓN

Tarjeta de información de emergencia	☐ incluida
Hoja para el hospital y emergencias	☐ incluida
Contactos y equipo de cuidado	☐ incluida
Necesidades de comunicación	☐ incluida
Desencadenantes y señales de alerta	☐ incluida
Página del cuidador	☐ incluida

Información médica privada. Guárdela en un lugar seguro.

Gratis para imprimir y compartir. De Lighthouse by Dragonfly, una app para iPhone que organiza la información de cuidado, los medicamentos y las citas. lighthousebydragonfly.com



Más herramientas gratuitas
para cuidadores

2

Información médica

Medicamentos, historial de salud, registro diario y apuntes de visitas y citas.

EN ESTA SECCIÓN

Lista de medicamentos y alergias	☐ incluida
Resumen del historial médico	☐ incluida
Registro diario de cuidado / Control de síntomas	☐ incluida
Hoja para preparar la visita al médico	☐ incluida
Registro de citas	☐ incluida

Información médica privada. Guárdela en un lugar seguro.

Gratis para imprimir y compartir. De Lighthouse by Dragonfly, una app para iPhone que organiza la información de cuidado, los medicamentos y las citas. lighthousebydragonfly.com



Más herramientas gratuitas
para cuidadores

3

Seguros, documentos y facturas

Dónde se guardan los papeles importantes, cómo se pagan las facturas y a quién llamar. Solo ubicaciones, nunca números de cuenta.

EN ESTA SECCIÓN

Ubicación de seguros y documentos	☐ incluida
Ubicación de facturas y cuentas	☐ incluida
Beneficios y recursos	☐ incluida

Información médica privada. Guárdela en un lugar seguro.



4

Rutina diaria

Cómo es un día normal y quién ayuda, para que el cuidado sea estable y conocido.

EN ESTA SECCIÓN

Guía para el cuidador suplente y rutina diaria	☐ incluida
Comidas e hidratación	☐ incluida
Movilidad y cuidado personal	☐ incluida
Horario de ayudantes: quién hace qué	☐ incluida

Información médica privada. Guárdela en un lugar seguro.

Gratis para imprimir y compartir. De Lighthouse by Dragonfly, una app para iPhone que organiza la información de cuidado, los medicamentos y las citas. lighthousebydragonfly.com



Más herramientas gratuitas
para cuidadores

5

Quién es la persona que cuido

La persona detrás del cuidado: lo que la consuela, sus preferencias, sus historias y lo que más le importa.

EN ESTA SECCIÓN

Lo que consuela o calma a la persona que cuido	☐ incluida
Lo que me gustaría que supiera	☐ incluida
Preferencias de cuidado	☐ incluida
Historia personal / Libro de recuerdos	☐ incluida

Información médica privada. Guárdela en un lugar seguro.

Gratis para imprimir y compartir. De Lighthouse by Dragonfly, una app para iPhone que organiza la información de cuidado, los medicamentos y las citas. lighthousebydragonfly.com



Más herramientas gratuitas
para cuidadores

6

Hogar, seguridad y suministros

Datos clave sobre el hogar, la seguridad y los suministros y el equipo que el cuidado necesita.

EN ESTA SECCIÓN

Información del hogar y seguridad

☐ incluida

Lista de suministros y equipo

☐ incluida

Información médica privada. Guárdela en un lugar seguro.

Gratis para imprimir y compartir. De Lighthouse by Dragonfly, una app para iPhone que organiza la información de cuidado, los medicamentos y las citas. lighthousebydragonfly.com



Más herramientas gratuitas
para cuidadores