



# Lo que más importa

Ayuda para que las personas mayores puedan decidir lo que es mejor para sí mismas.

[palliativecare.org.au](http://palliativecare.org.au)



Palliative Care  
Australia  
*Matters of life and death*

Una iniciativa de *Dying to Talk (me muero de ganas de hablar)* de Palliative Care Australia

Este proyecto fue financiado por el Gobierno de Australia, por intermedio del Fondo de Servicios para la Demencia y la Tercera Edad.



# What Matters Most

Supporting older people to work  
out what is right for them

[palliativecare.org.au](http://palliativecare.org.au)



**Palliative Care**  
Australia  
*Matters of life and death*

This project was funded by the Australian Government through the Dementia and Aged Care Services Fund.

## **Instrucciones**

- 1. Divida las tarjetas en tres pilas: muy importante, algo importante y no importante.**
- 2. Use las tarjetas en blanco para escribir algo que sea importante para usted y que no aparezca en las tarjetas.**
- 3. De la pila "muy importante", elija las 3 a 5 tarjetas más importantes para usted.**
- 4a. Escriba por qué las tarjetas que eligió son las más importantes para usted.**
- 4b. Converse con su familia, sus amigos, un médico o el personal de atención de la tercera edad acerca de las tarjetas que eligió.**

## **Instructions**

- 1. Sort the cards into three piles: very important, somewhat important and not important.**
- 2. Use the blank cards to write down anything important to you that was not listed on the cards.**
- 3. From the very important pile, choose 3-5 cards that are the most important to you.**
- 4a. Write down why the cards you chose are the most important to you.**
- 4b. Talk with your family, friends, a doctor or your aged care staff about the cards you have chosen.**



Palliative Care  
Australia  
*Matters of life and death*

## **Descargo de responsabilidad**

**Palliative Care Australia reconoce respetuosamente que el juego de tarjetas “Lo que más importa” sigue el modelo del juego de tarjetas “Go Wish” de Coda Alliance, diseñado con la Archstone Foundation.**



**Palliative Care  
Australia**  
*Matters of life and death*

## **Disclaimer**

**Palliative Care Australia respectfully acknowledges that the What Matters Most card game was guided by Coda Alliance's Go Wish card game developed with the Archstone Foundation.**

**Ir de vacaciones**

**Going on a holiday**



**Escuchar mi música  
favorita**

**My favourite music  
playing**

**Acceso al aire libre**

**Access to fresh air**

**Salir afuera**

**Going outside**

**Calidad de vida**

**Quality of life**



**Que me cuiden en el  
lugar que yo elija**

**Being cared for in the  
place of my choice**

**Hablar sobre  
mis temores y  
preocupaciones**

**Talking about my  
fears and worries**

# Mantener mi independencia el mayor tiempo posible

Esto podría incluir lo siguiente:

- Comer sin ayuda
- Ducharme sin ayuda
- Vestirme sin ayuda
- Ir al baño sin ayuda

# **Being independent for as long as possible**

**This could include:**

- To eat without assistance**
- To shower myself**
- To dress myself**
- To go to the toilet by myself**

**Tener un testamento  
legal que diga a quién  
le quiero dejar  
mis cosas**

**Having a legal will  
that says who I want  
to leave my things to**



**Ser donante de  
órganos y tejidos**

# **Being an organ and tissue donor**

**Estar informado/a  
y participar en las  
decisiones sobre mi  
cuidado y tratamiento**

**To be informed and  
involved in decisions  
about my care and  
treatment**

# **Seguir mis prácticas culturales, religiosas o espirituales**

**Esto podría incluir lo siguiente:**

- Regresar a un lugar de importancia para mí.**
- Contar con un sacerdote o ministro, presente o a quien se pueda llamar.**
- Ser enterrado dentro de las 24 horas de haber fallecido**

# **Following my cultural, religious or spiritual practices**

**This could include:**

- Returning to a significant place**
- Having a priest or minister present or called**
- Being buried within 24 hours of passing away**

# **Estar con amigos y parientes**

**Esto podría incluir lo siguiente:**

- Tener la oportunidad de despedirme**
- Reconciliarme con alguien**
- No estar solo**

# **Being with friends and family**

**This could include:**

- Having the chance to say goodbye**
- Making amends with someone**
- Not being alone**



# No recibir terapia médica intensiva

Esto podría incluir lo siguiente:

- No recibir reanimación
- No estar conectado a máquinas
- 
- No estar en terapia intensiva (UCI)
- No dejar mi casa para recibir tratamiento

## **Not receiving intensive medical intervention**

**This could include:**

- Not being resuscitated**
- Not being connected to machines**
- Not being in intensive care (ICU)**
- Not leaving my home to receive treatment**

# **Manejo de dolor y síntomas**

**My pain and  
symptoms managed**

**Que mi familia y mis  
amigos no necesiten  
cuidarme**

**My family and friends  
not having to look  
after me**

**Recibir todos los  
tratamientos  
disponibles, aun si  
me hacen sentir mal**

**Receiving all  
available treatments,  
even if they make me  
feel sick**



**Asegurarme de  
que mi familia cuente  
con apoyo**

**Ensuring my family  
are supported**

**Delegar mis  
responsabilidades**

# **Handing over my responsibilities**

**Asegurarme de que  
se ocupen de mis  
mascotas o animales**

**Ensuring my  
pets/animals are  
looked after**

**Visitar mi casa o un  
lugar especial**

**Visiting home,  
or a special place**



**Realizar mi funeral  
en un lugar especial**

**Having my funeral  
in a special place**

**Estar acompañado  
al tomar decisiones  
sobre mi salud**

**Having someone with  
me when making  
health decisions**

**No tener  
dependencia  
económica de  
otras personas**

**Not being financially  
reliant on anyone**