

# 2026

El sistema de apoyos en situaciones de  
discapacidad y dependencia y las voluntades  
anticipadas



# Introducción

La discapacidad o la dependencia nos pueden sobrevenir en cualquier momento de la vida, aunque las personas mayores tienen más probabilidades de verse afectadas. Ciertas condiciones, como el deterioro cognitivo severo (ej. demencia o enfermedad mental grave), pueden incluso hacer que una persona pierda por completo la capacidad de tomar decisiones sobre sus asuntos personales. Sin embargo, nos cuesta pensar en estas situaciones mientras estamos bien de salud. Es llamativo que hacer un testamento (para después de fallecer) se ve como algo normal, pero no es tan habitual prever apoyos en caso de dependencia durante la vida, ni dejar por escrito nuestros deseos sobre la atención al final de la vida.

Aun así, **existen instrumentos legales para anticipar estas cuestiones**. Podemos decidir de antemano quién queremos que nos represente o asista si en el futuro no podemos valernos por nosotros y nosotras mismas, y cómo deseamos que nos cuiden en la etapa final de la vida. Es importante otorgar esos documentos mientras conservamos la capacidad para expresar nuestra voluntad, ya que si esperamos a que el problema esté avanzado, puede que sea demasiado tarde. Conviene, por tanto, preparar esos instrumentos cuando estemos bien, incluso si al final nunca llega a hacer falta. Si acabaran siendo necesarios, nuestros familiares o personas de confianza dispondrán de las herramientas legales para ayudarnos **respetando nuestra voluntad**; y si por suerte nunca hay que usarlos, significa que la vida nos ha ido bien.

A continuación, explicamos el sistema de apoyos legales para situaciones de discapacidad o dependencia vigente desde el 3 de septiembre de 2021, detallando la figura del poder preventivo notarial. Nos referiremos también a la figura del documento de voluntades anticipadas (testamento vital), explicando en qué consiste y los modos de formalizarla.

\*Este documento se completa con un último apartado en el que incluimos “Recomendaciones para familiares y personas cuidadoras”.

## Fin de la incapacitación judicial: El sistema de apoyos tras la reforma de la Ley 8/2021

La reforma legal aprobada en 2021 (**Ley 8/2021, de 2 de junio**) eliminó la incapacidad judicial de las personas con discapacidad, cambiando el paradigma legal. **Antes**, si una persona tenía un cierto grado de discapacidad, se podía solicitar a la autoridad judicial su incapacidad y se le nombraba una persona tutora que pasaba a tomar decisiones por ella, privándole legalmente de su capacidad de obrar. **Con la ley aprobada en 2021, eso ya no es posible**: ninguna persona puede ser declarada incapaz ni privada de su capacidad jurídica. Las sentencias previas de incapacidad quedaron sometidas a revisión: la ley dispuso que debían adaptarse al nuevo sistema en un plazo máximo de tres años desde su entrada en vigor (es decir, antes de finales de 2024, salvo prórrogas), para sustituirlas por medidas de apoyo acordes a la nueva normativa.

La base de la reforma es reconocer que **todas las personas tienen capacidad jurídica en igualdad de condiciones**, con independencia de que necesiten apoyos debido a alguna discapacidad. Esto alinea nuestro ordenamiento con la Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, que proclama la capacidad jurídica universal y obliga a proporcionar los apoyos necesarios para ejercerla, sustituyendo el viejo sistema paternalista por uno respetuoso con la voluntad de la persona. **Ahora**, en lugar de incapacitar a alguien y quitarle sus derechos, lo que se hace es ofrecer medidas de apoyo para que esa persona pueda tomar sus propias decisiones con ayuda cuando lo requiera.

La ley distingue **medidas de apoyo voluntarias** y **medidas de apoyo judiciales**. Las primeras son las que la propia persona establece por adelantado (por ejemplo, ante notario), mientras que las segundas son las que puede fijar la autoridad judicial si la persona no dejó nada preparado. A este respecto conviene resaltar que la normativa vigente da **preferencia absoluta a las medidas voluntarias** sobre las impuestas judicialmente. En otras palabras, si la persona realizó en vida una planificación de apoyos (ej. otorgó un poder preventivo), esa voluntad prevalece y **no será necesario acudir al juzgado** a solicitar nada. Solo en ausencia de medidas otorgadas notarialmente, y si la persona ya no puede expresar sus preferencias, habrá que instar las medidas de apoyo en el juzgado de primera instancia que corresponda. En esos casos, la persona jueza podrá designar una figura de apoyo adecuada (curador/a u otra figura según la necesidad), procurando siempre respetar en lo posible la voluntad o preferencias previas de la persona.

El vigente sistema de apoyos exige también una serie de **salvaguardas** cuando interviene la autoridad judicial. Cualquier medida de apoyo decidida en sede

judicial debe procurarse **sin conflictos de interés ni influencias indebidas**, ser **proporcional y adaptada** a las circunstancias de la persona, y estar sujeta a **revisiones periódicas** por la autoridad competente (principios inspirados en el art. 12.4 de la Convención de la ONU). Además, se contempla que solo en situaciones de discapacidad muy severa se llegará a una medida de **representación total** de la persona –lo que antes sería la tutela, ahora reconducido a la **curatela representativa**–, y aun así con supervisión y con enfoque asistencial, no meramente sustitutivo. La ley insiste en que, por principio, incluso la curatela (principal medida judicial) ha de ser **primordialmente asistencial**, y únicamente **de forma excepcional** se atribuirán a la persona que ejerce la curaduría funciones representativas.

En síntesis, **desde 2021 el modelo legal ha pasado de la sustitución de la persona (tutela/incapacitación) a su empoderamiento con apoyos**. Cada persona con discapacidad mantiene su capacidad, pudiendo tomar decisiones por sí misma con la ayuda que necesite. Y lo más importante: podemos preparar esos apoyos por anticipado mediante instrumentos legales. La propia ley destaca los **poderes preventivos notariales** como una de las medidas voluntarias de apoyo por excelencia. Junto a ellos, existe otra herramienta, el **documento de voluntades anticipadas**, para dejar instrucciones en el ámbito sanitario. A continuación, detallaremos en qué consisten estas figuras, cómo se otorgan, dónde se registran y qué ventajas ofrecen.

## Poder preventivo notarial (apoderamiento preventivo)

El poder preventivo es un mecanismo legal por el cual una persona (la persona poderdante) designa a otra u otras de su confianza (persona apoderada) para que actúe en su nombre y representación en caso de que, en el futuro, la persona poderdante pierda la capacidad de gestionar por sí misma sus asuntos. En esencia, funciona como un poder notarial habitual, con la diferencia clave de que sigue vigente incluso si la persona otorgante queda incapacitada por enfermedad o accidente. Se trata, por tanto, de **prevenir la situación de incapacidad**: el documento queda preparado de antemano y solo “se activa” cuando la persona ya no puede tomar decisiones por sí misma debido, por ejemplo, a una demencia avanzada, un daño cerebral por accidente o cualquier deterioro grave de sus facultades. Mientras la persona esté bien y capaz, la persona apoderada no necesita intervenir en absoluto (o lo hará únicamente en los actos para los que haya sido autorizada, si así se ha previsto). De este modo, el poder preventivo protege los intereses y la voluntad de la persona afectada llegado el momento, permitiendo que sus decisiones se sigan respetando a través de la persona apoderada incluso cuando ella misma ya no pueda gestionarlas. A diferencia de un proceso judicial de adopción de medidas de apoyo, aquí no hace falta esperar ninguna resolución judicial: la representación entra en juego de forma inmediata cuando ocurre la incapacidad, sin trámites judiciales.

Tras la reforma legal de 2021, la figura del poder preventivo quedó regulada expresamente en el Código Civil, en los artículos 256 a 262. Dicha regulación permite añadir una cláusula de subsistencia para que el poder subsista en caso de que la persona poderdante necesite apoyos en el ejercicio de su capacidad, e incluso prevé que el poder solo se haga efectivo en el momento en que la persona poderdante pierda la capacidad, permaneciendo inactivo hasta entonces. Para ello, el documento puede establecer cómo acreditar esa situación (por ejemplo, mediante certificación médica o acta notarial llegado el caso). Esto permite otorgar poderes “condicionales” que únicamente se utilizarán si llega a darse la incapacidad (por ejemplo, en enfermedades degenerativas anunciadas), dando así flexibilidad según las preferencias de cada persona.

### ¿Cómo se otorga un poder preventivo?

Siempre mediante **escritura pública ante notaría**. Es un documento notarial, no válido si se hace en privado. Al firmarlo, la persona otorgante debe tener plena capacidad o discernimiento en ese momento, entendiendo el contenido y alcance de lo que dispone. Por eso es recomendable hacerlo con suficiente antelación, antes de que una enfermedad como el Alzheimer esté muy avanzada, por ejemplo. La notaría asesorará durante el proceso; de hecho, las notarías suelen disponer de **modelos de poderes preventivos** que abarcan tanto facultades personales (decisiones sobre cuidados, salud, lugar de residencia o atención,

etc.) como patrimoniales (administrar bienes, manejar cuentas bancarias, pagar facturas, formalizar contratos, etc.). La persona poderdante puede **delimitar el poder a su gusto**: dar facultades muy amplias o solo concretas, establecer condiciones, instrucciones particulares, e incluso salvaguardas o controles si lo desea. Lo fundamental es nombrar como persona apoderada a una o varias personas de absoluta confianza. Suelen ser familiares cercanos (hijx, cónyuge, hermanx), pero también puede ser cualquier persona de confianza de la persona otorgante. Se aconseja conversar con esa persona para asegurarse de que comprende bien cuál sería su papel llegado el caso.

Una vez firmado el poder preventivo, quien ejerce la función notarial lo comunicará de inmediato al Registro Civil para su inscripción. Dicha inscripción se practica en el Registro Civil individual de la persona otorgante (normalmente, en el juzgado del municipio en el que figure su acta de nacimiento) y es obligatoria para la validez del poder preventivo. De hecho, la regulación aprobada tras la reforma de 2021 establece que la persona notaria autorizante del poder preventivo debe notificar e inscribir el poder sin dilación en el Registro Civil correspondiente.

## **¿Por qué es tan importante esto?**

Porque garantiza que, cuando la persona otorgante quede incapacitada, la persona apoderada pueda ejercer su función de inmediato y con plena eficacia legal, sin demoras ni trámites adicionales. Si no se inscribiera, el riesgo es que el poder no sea reconocido llegado el momento y habría que acudir igualmente a la autoridad judicial, frustrando su propósito. En la práctica, es quien ejerce la función notarial quien se encarga de la inscripción (lo que hace del poder preventivo un instrumento ágil, con todas las garantías legales), por lo que la persona otorgante no tiene que hacer nada más tras la firma, salvo conservar su copia autorizada de la escritura en un lugar seguro y comunicar a la familia que dicho poder existe.

La ventaja principal del poder preventivo es que **evita procedimientos judiciales futuros**. Al llegar la situación de discapacidad o dependencia, la persona apoderada podrá actuar conforme al poder otorgado, **sin necesidad de acudir al juzgado** para acordar medidas de apoyo. La Ley 8/2021 reforzó este efecto, dejando claro que el poder preventivo sigue plenamente vigente aunque la persona otorgante luego precise apoyos para ejercer su capacidad jurídica. Antes de la reforma, en muchos casos había que acudir al juzgado de todos modos para "activar" o ratificar el poder cuando el otorgante se incapacitaba; ahora eso ya no es necesario. El poder preventivo subsiste automáticamente cuando hace falta. En otras palabras, tiene **efecto continuado**: no caduca por el mero hecho de que la persona otorgante ya no pueda decidir, sino todo lo contrario, para eso fue concebido.

Es importante entender que la persona apoderada designada debe usar el poder con un **enfoque de apoyo**, no de **sustitución absoluta**. Incluso teniendo un poder preventivo amplio, no se trata de desplazar a la persona en todo, sino de **intervenir solo en lo necesario**. La ley insiste en mantener la autonomía de la persona en todo lo que pueda: la persona apoderada no debe decidir por la poderdante en aquello que ésta aún pueda comprender o gestionar por sí misma. Por ejemplo, si la persona todavía puede expresar su opinión sobre cierto asunto, habrá que tenerla en cuenta; el poder está para suplir las capacidades que realmente se hayan perdido, **no para anular anticipadamente a la persona**. Este principio ayuda a respetar la dignidad y la voluntad de la persona otorgante. Por tanto, se recomienda que familiares y quienes ejerzan la representación permitan y fomenten que la persona siga tomando todas las decisiones que esté en condiciones de tomar, usando el poder solo como medida de apoyo efectiva en las áreas donde ya no pueda desenvolverse.

En definitiva, el poder preventivo notarial es una **herramienta muy útil para planificar el futuro**. Otorgarlo no significa que la persona apoderada vaya a asumir inmediatamente el control de todo; en muchos casos el poder quedará en situación de “espera” o reserva hasta que surja la necesidad real de usarlo. Solo si (y cuando) el deterioro de la persona alcanza un punto que le impide actuar, la persona apoderada entrará en acción. Hay también situaciones donde, si la persona ya tiene alguna discapacidad o dependencia incipiente, el poder puede empezar a utilizarse de forma parcial o inmediata en ciertas gestiones desde su otorgamiento. Cada caso es distinto. Lo importante es que, llegado el momento, este documento **facilita enormemente la gestión** de los asuntos de la persona afectada. Evita tener que emprender urgentes procesos judiciales, garantiza que sea **alguien elegido por la propia persona** quien la apoye, y agiliza la toma de decisiones en su beneficio. Para familias que enfrentan enfermedades como el Alzheimer, el poder preventivo aporta **tranquilidad y claridad**, pues brinda un marco legal para actuar y cuidar del ser querido conforme a sus deseos previamente manifestados.

Se debe destacar que el poder preventivo notarial puede ser **revocado o modificado en cualquier momento** por la persona otorgante, mientras éste conserve su capacidad, otorgando otro si lo estima necesario.

**Nota:** *El poder preventivo solo puede otorgarse ante notaría, no sirve un documento privado. Si tiene dudas sobre cómo hacerlo, consulte en una notaría de su confianza o póngase en contacto con entidades especializadas que puedan ofrecerle información al respecto.*

## Documento de voluntades anticipadas (testamento vital)

El **documento de voluntades anticipadas** –conocido coloquialmente como *testamento vital*– es otro instrumento jurídico de autoprotección, enfocado exclusivamente al ámbito sanitario. A través de él, una persona deja por escrito cómo desea ser atendida médicaamente en el tramo final de su vida, para el caso de que no pueda expresar su voluntad llegado ese momento. Es un documento **regulado tanto en la legislación estatal como en la autonómica** que permite a las personas manifestar qué **tratamientos o cuidados** quiere recibir o **rechaza** en situaciones de pronóstico muy grave o terminal, y también designar una persona **representante sanitaria** que actúe como interlocutor con el equipo médico si ella no puede comunicarse. El propósito principal es **evitar intervenciones médicas contrarias a los deseos del o la paciente**, evitando así prolongar el sufrimiento de forma innecesaria en la fase final de la vida.

Dicho de forma sencilla, es un documento donde usted deja **instrucciones sobre los cuidados y tratamientos médicos** que desea o **no desea** en caso de encontrarse en un estado en el que no pueda decidir debido a un deterioro irreversible de la salud. Solo surtirá efecto si llega ese supuesto (por ejemplo, coma irreversible, enfermedad terminal sin capacidad de comunicación, demencia en fase avanzada, etc.); mientras tanto, la última voluntad activa siempre será la de la persona en el presente. Conviene aclarar que las voluntades anticipadas **solo tienen efectos en el ámbito sanitario**, es decir, se limitan a lo que el documento recoge en materia de tratamientos médicos, cuidados o toma de decisiones clínicas. **No regulan aspectos patrimoniales ni de administración de bienes**, por lo que este documento no reemplaza al poder preventivo sino que lo **complementa**. El poder preventivo sirve para gestionar asuntos legales, financieros y de cuidados en vida (incluida, por ejemplo, la facultad de decidir ingresos en residencias), mientras que el testamento vital sirve para garantizar que se **respeten nuestras preferencias en intervenciones médicas** al final de la vida. Son dos planos diferentes y **ambos son recomendables**, ya que cubren necesidades distintas.

¿Qué tipo de disposiciones se suelen incluir en unas voluntades anticipadas? Por lo general, la persona otorgante puede indicar **tratamientos que rechaza** (p. ej., reanimación cardiopulmonar, ventilación mecánica con respirador, alimentación o hidratación artificial por sondas, diálisis, cirugía invasiva... dependiendo de las circunstancias), así como **medidas que sí desea** (p. ej., recibir cuidados paliativos aunque puedan acortar la vida, sedación para no sufrir, etc.). También puede expresar deseos sobre el **lugar donde querría ser atendida** (en casa o en el hospital), sobre la **donación de órganos** tras el fallecimiento, rituales o asistencia espiritual, y cualquier otra cuestión relevante para él/ella en esos momentos. Todas estas indicaciones deben ser **respetadas por el personal sanitario**, dentro de lo clínicamente procedente. La ley vasca, por ejemplo, señala que las instrucciones que resulten **contrarias al**

**ordenamiento jurídico o a la buena práctica médica no se aplicarán**, pero por lo demás el personal sanitario está obligado a consultar y cumplir el documento inscrito. Adicionalmente, como ya se mencionó, en el documento se suele nombrar una persona **representante** (y suplentes si se desea) para que, cuando no pueda hablar, esa persona actúe como portavoz de las decisiones ante el personal médico. Nombrar representante no es obligatorio, pero sí muy aconsejable para que haya alguien concreto velando por que se cumpla lo escrito (de hecho, la legislación prevé esta figura). Debe ser igualmente alguien de confianza, familiar o de amistad, con quien hayamos hablado del tema abiertamente.

Una vez redactado y firmado, es fundamental **registrar el documento de voluntades anticipadas** en el sistema de salud público. En el País Vasco existe el **Registro Vasco de Voluntades Anticipadas**, dependiente del Departamento de Salud del Gobierno Vasco, donde quedan inscritas para que estén disponibles cuando se necesiten. Los profesionales sanitarios de **Osakidetza** (el Servicio Vasco de Salud) pueden acceder a dicho registro y consultar las instrucciones del paciente llegado el caso. De hecho, cuando usted acude a un hospital o centro de salud, si tiene inscritas voluntades anticipadas, en su historia clínica electrónica figurará una indicación de ello para que el profesional médico las tenga en cuenta. Registrar el documento es muy importante: un documento guardado en un cajón de casa puede no llegar a manos de la persona profesional a tiempo, pero si está en el registro oficial, cualquier hospital podrá verlo. A este respecto señalar que, junto al Registro de Voluntades Anticipadas del País Vasco, existe el **Registro estatal de Instrucciones Previas**, donde figuran las instrucciones previas o voluntades anticipadas manifestadas por los y las pacientes y formalizadas de acuerdo con lo dispuesto en la legislación de las respectivas comunidades autónomas. Ello hace que dichos documentos estén disponibles para todos los y las profesionales del Sistema Nacional de Salud, independientemente de la comunidad en que uno se encuentre.

## **¿Cómo se hace el documento de voluntades anticipadas?**

Hay **tres vías posibles** para formalizarlo, según la normativa vigente en la Comunidad Autónoma Vasca (Ley 7/2002, desarrollada por el Decreto 270/2003):

- Ante tres personas testigos cualificadas:**

Se redacta el documento por escrito y se firma en presencia de **tres personas en calidad de testigos** mayores de edad y con plena capacidad de obrar, que **no tengan parentesco de hasta segundo grado** con la persona otorgante, ni estén unidos por matrimonio/pareja de hecho, ni tengan **relación patrimonial**. Las tres personas testigos deben firmar también, acreditando que la persona lo hace libremente. Este método es útil si se prefiere evitar el trámite notarial, pero requiere después que quien otorga envíe o presente el documento al Registro de Voluntades

Anticipadas para que quede inscrito. (*En caso de usar testigos, en Euskadi la normativa indica que la propia persona otorgante debe encargarse de tramitar la inscripción del documento, llevando el original firmado a las delegaciones territoriales de salud del Gobierno Vasco o remitiéndolo al Departamento de Salud.*)

- **Ante la notaría:**

Se acude a una notaría y la persona notaria autoriza el documento de voluntades anticipadas como escritura pública. **No se requieren personas en calidad de testigos** en este caso (el notario/a da fe de la capacidad y voluntariedad de la persona otorgante). Esta opción tiene el costo de la intervención notarial, pero a cambio brinda asesoramiento profesional y **facilita la inscripción**: quien ejerce la función notarial normalmente puede tramitar la comunicación al Registro de Voluntades Anticipadas de la comunidad autónoma (la ley prevé que puedan hacerlo). De hecho, otorgando el documento ante notario en Euskadi, queda automáticamente registrado y aparece en su historia clínica electrónica (ya que el notario lo notifica al Registro Vasco).

- **Ante el personal sanitario encargado del Registro:**

La normativa vasca permite otorgar el documento directamente ante la persona **funcionaria pública responsable del Registro de Voluntades Anticipadas** (en la sede del Departamento de Salud, p. ej.) o incluso, desde 2022, **ante personal médico o de enfermería de su centro de salud** que haya sido habilitado para esta función. En la práctica, Osakidetza ofrece la posibilidad de formalizar las voluntades anticipadas en determinados centros de salud o ambulatorios, con una persona profesional acreditada que actúa como fedataria del Registro. En esta modalidad **tampoco hace falta personas testigos**. Tras firmarlo en el centro de salud, el propio sistema sanitario lo inscribe en el Registro Vasco de Voluntades Anticipadas. Es una vía **cómoda y gratuita**. Conviene preguntar en el centro de salud correspondiente si cuentan con personal habilitado para este trámite (de lo contrario, siempre se puede recurrir a las Delegaciones Territoriales de Salud en Bilbao, Vitoria o Donostia, donde sí hay personal del Registro disponible, normalmente con cita previa). *El Decreto 9/2024, de 30 de enero, ha actualizado la regulación del Registro Vasco para reforzar y agilizar este proceso, ampliando el número de personas encargadas de la formalización –por ejemplo, habilitando a personal médico y de enfermería del sistema público para estas funciones–.*

En cualquiera de las modalidades anteriores, el documento de voluntades anticipadas puede ser **revocado o modificado en cualquier momento** por la persona otorgante, mientras ésta conserve su capacidad. Basta con formalizar una nueva declaración (ante la persona notaria, ante nuevas personas testigos o ante el registro sanitario) que exprese los cambios, y automáticamente el documento anterior quedará anulado. La legislación prevé expresamente la posibilidad de modificar o sustituir el documento en cualquier momento bajo esas condiciones. Es aconsejable **revisar periódicamente** nuestras voluntades anticipadas y actualizarlas si cambian nuestras opiniones o surgen nuevas

circunstancias. Del mismo modo, si la persona designada como representante ya no es la idónea (por ejemplo, por fallecimiento, cambio en la relación, etc.), podemos y debemos actualizar ese nombramiento en un nuevo documento.

En resumen, las **voluntades anticipadas** son un **derecho reconocido** que permite al o la paciente tener **la última palabra** sobre tratamientos al final de su vida, incluso cuando por sí misma no pueda expresarla. Al igual que el poder preventivo, este instrumento aporta tranquilidad tanto a la persona (que sabe que no se le aplicarán medidas que no desea, y que sí se harán las que sí desea) como a su familia (que no tendrá que adivinar qué decidir en momentos difíciles, pues la voluntad quedará clara por escrito). El personal médico también agradece contar con estas instrucciones, ya que les guían para ofrecer la atención más acorde con los **valores del paciente o de la paciente**. En el País Vasco, además, desde la aprobación de la **Ley 11/2016 de derechos y dignidad al final de la vida**, se **refuerza la obligación de respetar** las voluntades anticipadas y se garantiza la prestación de **cuidados paliativos integrales** según su voluntad.

*(Nota: Para más información sobre cómo hacer un documento de voluntades anticipadas, puede consultarse el modelo oficial de Osakidetza o las guías paso a paso que ofrecen asociaciones especializadas.)*

## Ejemplos prácticos de uso

- **Poder preventivo en la práctica:**

**Luis**, de 82 años, empieza a tener un deterioro cognitivo ( posible inicio de Alzheimer). Siguiendo el consejo de su familia, Luis decide **otorgar un poder preventivo** mientras todavía está lúcido. Acude a la notaría y nombra como apoderada a su hija **Ana**, de absoluta confianza. Años después, la enfermedad de Luis avanza hasta el punto de que ya no puede manejar sus cuentas bancarias ni entender trámites complicados. Gracias al poder preventivo inscrito, Ana puede **asumir la gestión de los asuntos de su padre inmediatamente**, sin necesidad de ninguna autorización judicial. Ella se encarga de pagar los recibos, administrar los ahorros de Luis para su cuidado e incluso toma decisiones sobre contratar una ayuda a domicilio, todo **siguiendo las instrucciones y valores que su padre le había transmitido**. Luis, aunque ya no puede encargarse personalmente, sigue viviendo en su casa con las atenciones necesarias, y Ana solo interviene en lo imprescindible, respetando su autonomía en las pequeñas decisiones cotidianas. **Sin ese poder notarial**, Ana habría tenido que solicitar a quien ejerza la función judicial ser nombrada curadora de su padre, un proceso largo y estresante. Con el poder preventivo, en cambio, **ganaron tiempo y seguridad jurídica**: Ana pudo ayudar a su padre desde el primer momento en lo que lo necesitó, evitando demoras y asegurando el máximo bienestar para Luis conforme a su voluntad.

- **Voluntades anticipadas aplicadas:**

**María**, de 74 años, se le diagnostica una enfermedad neurodegenerativa. Tenía inscrito un documento de voluntades anticipadas y, en él, decía entre otras cosas que **no deseaba medidas desproporcionadas para alargar su vida** cuando su enfermedad estuviera muy avanzada: rechazó expresamente la reanimación cardiopulmonar y la conexión a un respirador si llegaba a estado terminal, solicitó que en su lugar se le administrasen cuidados paliativos para no sufrir dolor, y nombró a su hijo **Javier** como representante para decisiones médicas. Pasado un tiempo, María entra en una fase avanzada de la enfermedad en la que pierde la capacidad de comunicarse y comprender. Al ser ingresada por una complicación grave, los médicos consultan el **Registro de Voluntades Anticipadas** y ven las instrucciones de María. Gracias a ello, el equipo sanitario **adapta la atención exactamente a lo que ella deseaba**: evitan procedimientos invasivos que no le aportarían calidad de vida y se concentran en mantenerla cómoda y sin dolor. Javier, como representante, conversa con los médicos y confirma las decisiones conforme al documento de su madre. En esos momentos difíciles, la familia de María siente alivio al saber que están **respetando su voluntad** y que no la están sometiendo a tratamientos que ella no quería. Finalmente, María fallece tranquila y acompañada, recibiendo solo las atenciones paliativas que pidió. Su caso muestra cómo el testamento vital **ayuda a guiar a la familia y a los profesionales** para tomar decisiones médicas alineadas con los valores de la persona, evitando conflictos y sufrimiento añadido.

*(Estos ejemplos son ficticios pero representan situaciones reales habituales. Cada caso personal puede variar, pero ilustran la utilidad de contar con estos documentos anticipadamente.)*

# **Recomendaciones para familiares y personas cuidadoras**

## **Hablar y planificar con antelación**

Si acompañas a una persona mayor o a alguien que empieza a necesitar apoyos, es conveniente dialogar abiertamente sobre estos temas mientras pueda expresar su voluntad. Conocer sus deseos y preferencias permitirá animarla a preparar los documentos necesarios y asegurarse de que reflejan fielmente lo que quiere.

Muchas personas evitan hablar de ello, pero explicarle que es una forma de mantener el control sobre su futuro suele aportar tranquilidad a todas las partes.

## **Elección de la persona apoderada o representante**

Es importante que la persona o personas designadas sean de absoluta confianza, honestas y empáticas. Si con el tiempo dejan de ser adecuadas, es preferible modificar el documento y nombrar a otra persona.

La persona designada no debe sentirse molesta si un familiar elige a alguien distinto: es una decisión personal. Lo fundamental es que quien ejerza el apoyo anteponga siempre la voluntad y el bienestar de la otra persona al suyo propio.

## **Inscripción y custodia de los documentos**

Una vez otorgados, comprueba que los documentos estén correctamente registrados y conserva copias en un lugar accesible. Esto facilitará su aplicación cuando sea necesario.

## **Respeto a la autonomía y a la voluntad**

Si has sido designada como persona apoderada preventiva o como representante en las voluntades anticipadas, asume tu rol con responsabilidad y ética.

Tu función es apoyar, no sustituir innecesariamente. Involucra a la persona en las decisiones siempre que sea posible y utiliza el poder solo en la medida necesaria, respetando su autonomía, dignidad y preferencias.

## **Surge el problema sin poder preventivo**

Si no existe poder preventivo y la persona ya no puede decidir, será necesario acudir a la vía judicial para solicitar medidas de apoyo. La autoridad judicial nombrará a la persona curadora y establecerá sus funciones.

En estos casos, es aconsejable buscar asesoramiento legal y actuar siempre en defensa de la voluntad y el bienestar de la persona afectada.

## **Otros recursos y prestaciones**

Existen además otros recursos sociales, ayudas y prestaciones que dependen de los Servicios Sociales y la Seguridad Social.

Para tener conocimiento de las prestaciones y recursos sociales existentes puedes acudir a los Servicios Sociales de tu Ayuntamiento, donde te informarán, valorarán y orientarán sobre los diferentes recursos sociales tanto municipales como de las Diputaciones Forales a los que puedes tener acceso para mejorar su calidad de vida: valoraciones de discapacidad y dependencia, prestaciones económicas, ayudas técnicas, servicio de ayuda a domicilio, recursos residenciales y programas y servicios de apoyo a personas cuidadoras, entre otros.

Así mismo, cuando la situación de dependencia aparece mientras la persona está trabajando, puede dar lugar al reconocimiento de una **incapacidad permanente**, con derecho a una prestación económica o pensión. En este caso, la gestión corresponde a la **Seguridad Social**.