# DESPUÉS DEL SINIESTRO VIAL...

## QUÉ NECESITAS SABER TRAS UNA LESIÓN MEDULAR

### ¿DUDAS? ¿NUEVAS NECESIDADES?

En los primeros meses hay muchas cosas que pueden cambiar en tu vida.

Queremos ayudarte a tomar decisiones poco a poco, sin prisa, a tu ritmo.

aspaym

con la colaboración de DGT Dirección General de Tráfico

HNP Toledo Hospital Nacional de Parapléjicos

# Ordenar tus DUDAS también forma parte del proceso

**Entiende tu situación poco a poco. Forma parte del proceso. Pide que te expliquen aquello que no comprendas y solicita copia de los informes más relevantes.**

- ¿Qué sé hasta ahora sobre **mi lesión**?
- ¿Qué aspectos pueden **evolucionar**?
- ¿Qué **señales o cambios** debería comunicar?
- ¿Qué necesidades de **cuidados** puedo tener al alta?
- ¿Qué **recomendaciones** debo seguir al volver a casa?
- ¿Qué **informes o documentación** debo llevar conmigo?

- ***No pasa nada por pedir que te lo expliquen de nuevo. En estos momentos, es normal necesitar tiempo para asimilar la información.***
- ***Anota las dudas y la información que recibes.***

# Para quienes acompañan a la persona con lesión medular

**Ayudar también es proteger el espacio de decisión de la otra persona.**

- Acompañar no significa **tener todas las respuestas**.
- **Pregunta a la persona** qué necesita y cómo quiere recibir ayuda.
- **Evita tomar todas las decisiones** por ella cuando pueda participar.
- Ayuda a **organizar documentos**, citas y preguntas.
- **Respeta** sus tiempos y su forma de afrontar lo ocurrido.
- **Reparte las tareas** entre varias personas siempre que sea posible.
- Recuerda que quien apoya también necesita **descanso y apoyo.**

# Guarda y organiza la INFORMACIÓN importante

## Documentación SANITARIA

- **Informes** de: urgencias, ingreso y evolución, alta, pruebas diagnósticas, intervenciones quirúrgicas, rehabilitación, así como funcionalidad y necesidades de apoyo.
- **Prescripciones y recomendaciones**.
- **Informes posteriores** relacionados con la lesión o sus secuelas.

*Conserva los documentos originales y siempre que sea posible, ten una copia digital.*

## Documentación del SINIESTRO

- **Atestado policial**, cuando exista.
- **Parte** amistoso.
- Datos de los **vehículos y personas implicadas** y de las **compañías aseguradoras**.
- **Fotografías** o información disponible sobre el siniestro.
- **Comunicaciones recibidas** de aseguradoras u organismos.
- Referencias o números de **expediente**.

*La documentación puede ser relevante posteriormente para diferentes procedimientos.*

*No es necesario decidir en los primeros días.*

*La elección del asesoramiento jurídico es importante para la defensa de tus intereses. Acude a profesionales especializados y evita decisiones basadas únicamente en recomendaciones informales.*

## GASTOS y necesidades

- **Medicación**.
- **Transporte** o desplazamientos relacionados con la nueva situación.
- **Alojamiento**.
- Material y **productos de apoyo**.
- **Adaptaciones**.
- Ayuda de **terceras personas**.
- Rehabilitación o **tratamientos**.
- Otros gastos relacionados con la situación sobrevenida.

***Guarda facturas, justificantes y recibos relacionados con las nuevas necesidades derivadas del siniestro.***

## Comunicaciones o TRÁMITES

- Cartas y **notificaciones**.
- **Solicitudes** presentadas.
- **Resoluciones.**
- **Citas**.
- Comunicaciones con **aseguradoras**.
- Documentación de **Seguridad Social**, **servicios sociales** u otras entidades.

# Prepara la vuelta a tu entorno

Antes del alta, conviene identificar las necesidades de tu entorno. **Habla con el equipo profesional del centro hospitalario y con ASPAYM** para preparar tu regreso con seguridad y el mayor grado de autonomía posible.

## Entorno

¿Es accesible la vivienda?

¿Hay barreras de entrada, baño, dormitorio o zonas comunes?

¿Será necesario realizar adaptaciones?

## Movilidad

¿Cómo voy a desplazarme?

¿Qué productos de apoyo o adaptaciones necesitaré?

## Cuidados

¿Necesitaré ayuda de otra persona?

¿Quién podrá prestarme este apoyo?

## Vida cotidiana

Higiene
Alimentación
Vestido
Transferencias
Comunicación
Trabajo o estudios
Ocio y relaciones sociales

# INFORMACIÓN Y APOYO

## CONTACTA CON LA DGT:

**018** **Servicio gratuito** de atención a víctimas de siniestros viales. Disponible de **8:00 a 21:00 horas**, los 365 días del año.

**Whatsapp:** +34 645 71 38 23

**EMAIL:** victimastrafico@dgt.es

**FORMULARIO:**
https://run.gob.es/lvv_victimas

**MÁS INFORMACIÓN:**

GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DEL INTERIOR · DGT Dirección General de Tráfico

## CONTACTA CON ASPAYM, Estamos para ayudarte:

**Tel.:** +34 602 22 16 30

**WEBS:**
aspaym.org · comunica.aspaym.org

**EMAIL:**
federacion@aspaym.org

**SERVICIOS:**