



Colabore Con Su Médico



Antes de Su Visita:

- Practique o escriba lo que quiere decirle a su médico acerca de sus síntomas o problemas.
- Haga una lista de preguntas que desea hacerle al médico. Trate de comenzar con éstas:
 - ¿Cuál es mi problema principal?
 - ¿Qué tengo que hacer?
 - ¿Por qué es importante para mí hacer esto?
- Decida si quiere que alguien vaya a la cita con usted.
- Asegúrese de saber cómo llegar a la oficina del médico.

Traiga lo siguiente a su cita:



- Sus medicamentos o una lista de sus medicamentos.
- Su tarjeta de seguro.
- Una lista de sus alergias.
- Los nombres de sus otros proveedores de atención médica.
- Informes y resultados de las pruebas de otros médicos.
- Su plan de atención médica o un resumen, si tiene un resumen.
- Todo formulario que pueda necesitar que complete el médico.
- Su lista de preguntas y problemas.

En su visita:

- Llegue temprano para que tenga tiempo para llenar formularios.
- Sepa cómo explicar su condición o condiciones de salud y su historia clínica al médico.
- Asigne tiempo para estar a solas con el médico y hablar sobre medicamentos y asuntos privados.
- Haga preguntas sobre cualquier cosa que no entienda y asegúrese de que puede seguir el plan de tratamiento.
- Pregunte por el plan de tratamiento escrito.



Después de su visita:

- Haga seguimiento de las citas, exámenes y tratamientos.
- Obtenga todo medicamento recetado por su médico.
- Llame a su médico si su salud cambia o si tiene problemas o preguntas.

(Al reverso encontrará consejos sobre cómo hacer sus propias citas)



Cómo hacer una cita:

- Esté preparado. Complete tantos de los siguientes puntos como pueda antes de llamar.
- Consiga ayuda y practique antes de hacer esto usted mismo solo.
- Tenga su calendario listo para estar seguro de hacer la cita en momentos que se ajusten a su horario. Escriba de inmediato en su calendario el día y la hora de la cita.
- Antes de llamar, asegúrese de saber:
 - El nombre de su médico;
 - Su fecha de nacimiento;
 - El nombre de su proveedor de seguro;
 - La razón por la que necesita la cita.
- Si usted necesita ayuda durante la cita; por ejemplo, ayuda para subir a la mesa de examinación o necesita un intérprete, asegúrese de mencionar esto cuando llame.

Ejemplo de guión:

“Hola, me llamo _____”
(Use su nombre y apellido)

“Necesito una cita para ver al doctor _____”
(Diga el nombre de su médico)

“Debido a que _____”
(Ejemplo: “Necesito que me examine porque me duelen la cabeza y los oídos.”)

“¿Cuándo me puede ver?” _____
(Escriba la fecha y la hora aquí)
Si la fecha y la hora están bien, diga solamente: “Gracias; eso está bien.”
Si no, diga: “A esa hora no puedo; ¿qué otras posibilidades hay?”

“¿Cuánto durará la consulta?” _____
Si usted cree que necesitará más tiempo, diga, “Creo que necesitaremos más tiempo.”

Si usted necesita equipos o ayuda adicional, diga:

“Voy a necesitar _____”
(Ejemplo: un elevador para subir a la mesa de examinación)

Antes de finalizar la llamada, repita la fecha y la hora de su cita:

“Bueno, estaré allí el _____ a las _____”
(Fecha) (Hora)

Pasos de seguimiento: _____
(Ejemplo: Poner la cita en el calendario para no olvidarla. Preparar preguntas para el médico. Llevar una lista de medicamentos)

Se han preparado estos folletos mediante una subvención del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. (U.S. Department of Health and Human Services), la Administración de Servicios y Recursos de Salud (Health Resources and Services Administration), la Oficina de Salud Materno Infantil (Maternal and Child Health Bureau), D70MC12840. Fueron preparados por la UIC – División de Cuidado Especializado para Niños (University of Illinois at Chicago, Division of Specialized Care for Children) y el Capítulo de Illinois, Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics).