

## ***Cinco Recomendaciones para Recibir una Mejor Atención Médica***

- 1. No se quede callado si tiene preguntas o inquietudes.** Escoja a un médico de confianza. Cuando haga la cita con su médico, pregunte si hay un traductor para ayudarle hacer preguntas y comprender adecuadamente las respuestas. Si no, invite a un pariente o a un amigo que pueda ayudarle a entender. Es importante que haga preguntas y que se asegure de que entiende las respuestas.
- 2. Asegúrese de mantener una lista de todos los remedios y medicamentos que toma.** Hable con su médico y con su farmacéutico sobre la importancia de mantener una lista de todos los remedios que toma. Incluya en la lista cualquier remedio, inclusive los medicamentos que están disponibles sin receta médica, tales como la aspirina, y suplementos dietéticos, tales como vitaminas y productos de hierbas naturales. Infórmeles acerca de cualquier tipo de alergia que tenga a medicamentos. Pregunte al farmacéutico sobre los riesgos de combinar los medicamentos y sobre los productos alimenticios y otras cosas que deba evitar mientras los toma. Cuando le entreguen su medicina, lea la etiqueta, incluyendo las advertencias. Asegúrese de que lo que le han dado sea lo que ha recetado el médico y que sepa cómo debe usarlo. Si la medicina se ve diferente a lo que usted esperaba, pregúntele al farmacéutico sobre ello.
- 3. Asegúrese de obtener los resultados de cualquier examen o análisis médico que le hagan.** Pregunte a su médico o enfermera cuándo y de qué manera recibirá los resultados de los exámenes realizados. No presuma que todo está bien si no los recibe cuando usted lo esperaba. Es importante que usted llame a su médico y le pida los resultados aunque se sienta bien. Usted tiene el derecho de pedirlos y recibirlos. Pregunte también qué significan los resultados con respeto a su condición médica.
- 4. Si necesita atención hospitalaria, hable con su médico y con los otros miembros del equipo médico que serán responsables de su cuidado, acerca de las opciones que tiene disponibles.** Pregúntele a su médico cual hospital ofrece la mejor atención para su condición. Los hospitales hacen una buena labor tratando una amplia variedad de problemas. Sin embargo, para algunos procedimientos (por ejemplo, una operación de corazón) las investigaciones muestran que los hospitales que realizan muchos procedimientos de este tipo tienden a tener los mejores resultados. También, antes de salir del hospital, no se olvide de preguntar sobre el cuidado a seguir, y asegúrese de que comprende bien las instrucciones.
- 5. Si necesita tener cirugía, asegúrese de que entiende qué sucederá.** Pregunte a su médico y a su cirujano sobre quién será responsable de su cuidado mientras esté en el hospital, qué le van a hacer, qué sucederá después de la cirugía y sobre cómo se sentirá después. Informe al cirujano, a los anestesiólogos y a las enfermeras si tiene alergias o si alguna vez ha tenido una mala reacción a la anestesia. Dado que su médico y su cirujano no son necesariamente la misma persona, asegúrese de que los dos están de acuerdo respecto a lo que exactamente se va a hacer durante la operación.