



Las experiencias que cambian la vida le dan a uno la motivación para hacerse escuchar. El mes de junio de 2013, consulté a cinco médicos en tres días por una hinchazón en el cuello y la cara y dificultad al respirar. Me sentí incómoda con el diagnóstico de infección de la garganta por Estreptococo así que seguí consultando. Mi última visita a la sala de emergencias confirmó que el diagnóstico acertado era el de Angina de Ludwig, una infección causada por un depósito de calcio incrustado en la glándula salivar. Al despertar de la cirugía que me salvó la vida y del estado de coma inducido que le siguió, me dijeron que me habrían quedado entre 8 y 10 horas de vida si no hubiera seguido indagando la causa de mi enfermedad. Se me estaban cerrando las vías respiratorias y si no hubiera estado en sincronía con mi cuerpo y si no hubiera expresado mis dudas sobre mi cuidado médico, no estaría aquí hoy. Como sobreviviente proactiva, desarrollé mi propia plataforma de "Sincronízate y RESPIRA," Dado que "Respira" fueron las instrucciones que me dieron mientras trataban de despejarme las vías aéreas.

Por favor les invito a escuchar mientras comparto la importancia de hacerse un participante informado e involucrado en su equipo de salud médica.

Victoria Basket

Miss Goldsboro 2015

Si desea obtener más información, o para permitir que me habla a su grupo, por favor póngase en contacto conmigo en:
getintune.victoria@gmail.com

www.GetInTuneandJustBreathe.com

Por favor, siga mi camino en estos medios sociales

 <https://www.facebook.com/GetInTuneandJB>

 <https://twitter.com/GetInTuneandJB>

¡Hable!



Cómo comprender a los médicos y a los demás profesionales de salud

A veces se hace difícil comprender lo que explican los médicos u otros profesionales de salud sobre un tratamiento o procedimiento. Este folleto reúne algunas preguntas y respuestas que lo ayudarán a comprender lo que los médicos le dicen.

Cómo comprender a los médicos y a los demás profesionales de salud

Preguntas para hacerle a su médico

- ¿Hay alguien que pueda ayudarme a comprender lo que me dice mi médico, enfermera u otro profesional de salud?
- ¿Hay alguien que pueda ayudarme a comprender cómo tomar mis medicinas?
- ¿Disponen de información en mi idioma?
- ¿Disponen de información en mi idioma que sea fácil de leer?
- ¿Hay alguien que hable mi idioma y pueda ayudarme a comunicarme con el profesional médico?
- ¿Existe algún grupo de ayuda para gente como yo que padezcan la misma enfermedad?
- ¿Existe algún otro recurso al que pueda recurrir?

Get in Tune and JUST BREATHE 
Engage Educate and Empower



?Qué puedo hacer si no comprendo lo que me dicen los profesionales médicos?

Hágales saber que no entiende lo que le dicen. Utilice el lenguaje corporal. Si no entiende algo, diga no con la cabeza para demostrarles que no les entiende. Haga todas las preguntas que necesite. Con sus preguntas les ayudará a entender lo que usted necesita.

?Qué puedo hacer si con la explicación aún no comprendo?

Digales que sigue sin comprender. Intente ser lo más claro posible sobre lo que no entiende. Todos los profesionales de salud tienen la obligación de ayudarle a comprender. No se retire del consultorio hasta que no logre comprender lo que le ocurre y lo que debe hacer.

?Qué ocurre si el profesional de salud está apurado y no tiene tiempo para contestar mis preguntas?

Pregúntele si debe pedir otra cita para que pueda responder a sus preguntas.

?Qué puedo hacer si hablo otro idioma?

Solicite la presencia de alguien que hable su idioma. Esta persona le ayudará a comunicarse con el profesional. Esta persona debe trabajar para el hospital o centro de salud. Su trabajo es ayudar a las personas que hablan otro idioma. Esta persona podría no estar en la oficina. En este caso, es posible que pueda contactarle por teléfono. Usted tiene derecho a recibir gratuitamente la ayuda de alguien que hable su idioma. Pida que le entreguen folletos en su idioma.

?Qué puedo hacer si tengo problemas para la lectura o no puedo leer?

No se sienta avergonzado. Informe de su situación a los profesionales médicos. Ellos podrán ayudarle y le leerán lo que dice los folletos. Es posible que cuenten con información que sea fácil de leer y comprender.

Si lo que me indica el médico no me resulta claro. ?Debo intentar deducir lo que me dice?

No. Las indicaciones del médico son muy importantes. Repita lo que haya comprendido de sus indicaciones. Si lo necesita, pídale que se lo escriba. Infórmele si usted tiene algún familiar o amigo que lo ayuda con las medicinas. Pídale al médico que asigne a alguien para hablar con su familiar o amigo.

?Qué ocurre si no comprendo las indicaciones escritas?

Informe de su situación a los profesionales médicos. Digales que necesita que alguien le lea las indicaciones. Digales que necesita que las indicaciones sean fáciles de leer o que necesita que las indicaciones estén en su idioma.

?Qué puedo hacer si no comprendo las indicaciones para tomar mis medicinas?

Informe a su médico si necesita ayuda. Repita lo que haya comprendido de sus indicaciones. Hágale saber que no entiende cómo tomar sus medicinas. Hágale saber que usted no entiende cuándo debe tomar sus medicinas. Algunos pacientes no comprenden las indicaciones y toman medicamentos de más o de menos. Esto podría ser muy peligroso.

?Cómo puedo recordar las medicinas que debo tomar?

Solicite que le entreguen una tarjeta para sus medicinas. Solicítele al médico que le ayude a tomar nota de las medicinas que debe tomar y de la forma en que debe hacerlo. Traiga consigo la tarjeta cada vez que visite a su médico.

El doctor dice que deben hacerme una "intervención". ?Qué significa esto?

La palabra "intervención" puede usarse tanto para hablar de una operación como de un tratamiento. También puede ser una prueba con un equipo especial. Es posible que lo duerman o que le apliquen anestesia local. Pregunte lo que le van a hacer. Si usted habla otro idioma, solicite la presencia de alguien que hable su idioma. Aunque esté en la sala de emergencias, usted tiene derecho a comprender lo que le harán.

?Qué es el consentimiento informado?

El consentimiento informado significa que usted sabe cómo se tratará su enfermedad. Significa que usted acepta que se le realice una operación o tratamiento. Significa que usted es consciente de los riesgos, que está al tanto de los tratamientos alternativos y que sabe lo que podrá ocurrirle si no se sometiera al tratamiento. Una vez que usted acepte someterse al tratamiento le pedirán que firme unos documentos. Podrá decidir si firmará o no estos documentos sólo después de comprender todo lo que le han explicado.

Si no comprendo la documentación que debo completar. ?Qué puedo hacer?

Solicite que le expliquen toda la documentación y que le ayuden a completarla.

El médico me ha pedido que haga algo que está en contra de mi cultura o religión. ?Qué puedo hacer?

Explíquele al profesional acerca de su cultura o de sus creencias religiosas. Explíquele lo que necesita hacer. Sólo cuando logre comprender lo que es importante para usted podrá encontrar la mejor forma de atenderlo. Seguramente hay algún modo de hacer coincidir sus necesidades con el tratamiento médico.

?Dónde puedo encontrar más información sobre mi enfermedad o condición?

Puede solicitar la opinión de otro médico. Acuda a la biblioteca local. Solicite la ayuda de los empleados de la biblioteca. Si tiene computadora, investigue en Internet. Puede visitar el sitio de la Asociación de bibliotecas médicas (Medical Library Association) en www.nlm.nih.gov/resources/consumr_index.html. También puede visitar el sitio de Medline Plus en <http://medlineplus.gov/>. Comente toda la información nueva con su médico.

www.joincommission.org