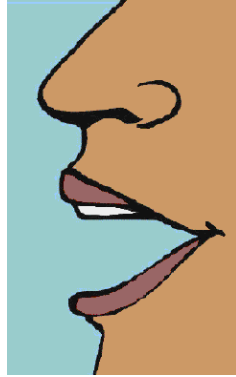


## ¡Hable! - Ayude a prevenir errores en el cuidado recibido

### 2ª Parte



Pídale a un familiar o amigo en quien confíe que sea su intercesor (consejero o defensor).

- Su intercesor puede hacer preguntas que es posible que a usted no se le ocurran, debido a que se encuentra en una situación de estrés.
- Pida a esta persona que se quede con usted, incluso por la noche, cuando esté hospitalizado. Así podrá descansar mejor. Su intercesor puede ayudar asegurándose de que se le proporcionen los medicamentos y tratamiento correctos.

- Su intercesor también puede ayudarle a recordar las respuestas a preguntas que ya haya planteado. Puede hablar por usted en caso de que se encuentre imposibilitado para hacerlo.



- Asegúrese de que esta persona entienda la clase de atención médica que desea recibir. Asegúrese de que sepa lo que usted desea, en caso de que se presente una situación en la que tengan que conectarle a una máquina para mantenerle con vida o respecto a cualquier otra medida para salvarle la vida, en caso de que usted esté inconsciente o no vaya a mejorar.

- Revise las formas de consentimiento para tratamiento con su intercesor antes de firmarlas. Asegúrese de que los dos comprendan exactamente lo que están a punto de aceptar.

- Asegúrese de que su intercesor entienda el tipo de cuidados que necesitará cuando vuelva a casa. Su intercesor debe saber qué síntomas tiene que buscar en caso de que su condición empeore. También debe saber a quién llamar para pedir ayuda.

Sepa qué medicamentos toma y para qué son. Los errores en la administración de medicamentos son los más comunes en el área del cuidado de la salud.

- Pregunte para qué es cada medicamento que se le proporcione. Pida la información por escrito, incluyendo la marca y los nombres genéricos. Pregunte también acerca de los efectos secundarios de todos los medicamentos.

- Si no reconoce alguna medicina, asegúrese de que realmente se le prescribió a usted. Pregunte sobre los medicamentos que tenga que ingerir por vía oral antes de tomarlos. Lea el contenido de las bolsas de fluidos intravenosos (IV). Si no está en condiciones de hacerlo, pida a su intercesor que lo haga.

- Si se le coloca una IV, pregunte a la enfermera cuánto tiempo tardará el líquido en terminarse. Avísele si no parece estar goteando correctamente (si es demasiado rápido o demasiado lento).

- Siempre que se le recete un medicamento nuevo, informe a sus médicos y enfermeras sobre cualquier alergia que tenga, o de las reacciones negativas que haya tenido a otros medicamentos.



- Si está tomando muchos medicamentos, asegúrese de preguntarle al médico o farmacéutico si es seguro tomarlos todos juntos. Haga lo mismo si se trata de vitaminas, hierbas y medicamentos sin receta.

- Asegúrese de poder leer lo que dice la receta escrita por el médico. Si no puede, es posible que el farmacéutico tampoco pueda. Si es necesario, pida a alguien en el consultorio del médico que le imprima la receta.

- Lleve en su cartera o billetera una lista actualizada de los medicamentos que está

tomando. Anote la dosis que toma y la frecuencia con qué lo hace. Revise la lista con el médico y las otras personas que le atienden.

Asista a un hospital, clínica, centro quirúrgico o cualquier otro tipo de centro de salud que se haya sometido a inspecciones cuidadosas. Por ejemplo, The Joint Commission visita los hospitales para ver si cumplen con los estándares de calidad de The Joint Commission.



- Pregunte acerca de la experiencia de la institución en dar tratamiento a personas con el mismo tipo de enfermedad que usted padece. ¿Con cuánta

frecuencia llevan a cabo el procedimiento que usted necesita? ¿Qué atención especial proporcionan para ayudar a que los pacientes se recuperen?

- Si puede elegir entre más de un hospital, pregunte a su médico cuál proporciona la mejor atención para la enfermedad que padece.

- Antes de salir del hospital o de cualquier otro centro de atención médica, pregunte acerca de los cuidados posteriores y asegúrese de comprender todas las instrucciones.

- Visite Quality Check, en [www.qualitycheck.org](http://www.qualitycheck.org), y averigüe si su hospital u otras organizaciones de salud están “acreditadas”. El hecho de que estén acreditadas significa que el hospital o centro de salud se rige por normas que buscan lograr la seguridad del paciente y elevados estándares de calidad.

Participe en todas las decisiones sobre su tratamiento. Usted es el centro del equipo de atención médica.

- Usted y su médico deben estar de acuerdo precisamente sobre lo que se hará a cada paso de su atención.

- Conozca a las personas que se encargarán de usted. Sepa cuánto tiempo durará el tratamiento. Pregunte cómo debe sentirse.

- Comprenda que más pruebas o más medicamentos no siempre serán lo mejor para usted. Pregunte al médico cuántas pruebas o medicamentos nuevos podrían serle de utilidad.

- Guarde copias de sus registros médicos de estancias previas en el hospital y muéstreles a su equipo de atención médica. Esto les proporcionará una mayor información sobre su historia médica.

- No tema pedir una segunda opinión. Si no está seguro acerca del mejor tratamiento para su enfermedad, hable con uno o dos médicos más. Entre más información tenga acerca de todos los tipos de tratamiento disponibles, mejor se sentirá



con respecto a las decisiones que tome.

- Pida hablar con otras personas que hayan

recibido el mismo tratamiento u operación que se le sugiere. Es posible que le ayuden a prepararse para los días y semanas que se avecinan. También podrían decirle lo que debe esperar y qué les funcionó mejor a ellos.

- Comente con su médico y familiares acerca de sus deseos en relación con la resucitación y otras acciones para salvar la vida.

Text from the "SpeakUP" series by the Joint Commission.

A Healthy Roads Media project  
[www.healthyroadsmedia.org](http://www.healthyroadsmedia.org)