

Capítulo 2

Cómo encontrar un nuevo médico



En este capítulo puede encontrar información sobre:

1. Por qué a veces es necesario elegir un nuevo médico
2. Cómo encontrar un nuevo médico
3. Cómo encontrar un médico centrado en la persona
4. Lo que necesita de un nuevo médico
5. ¿Qué aprendí?

1. ¿Por qué a veces es necesario elegir un nuevo médico?

Es posible que un día tenga que buscar un nuevo médico porque:

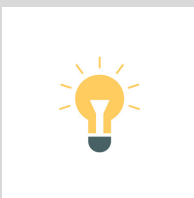
- Se ha mudado lejos.
- Su médico se ha mudado.
- Espera demasiado tiempo para una cita.
- Su médico ha dejado de trabajar.
- Se siente incómodo con su médico.
- Su médico no le da tiempo suficiente para comunicar sus necesidades.



2. Cómo encontrar un nuevo médico

Hay diferentes maneras en que puede encontrar un nuevo médico:

- Los amigos pueden contarle sobre buenos médicos que conocen.
- Puede solicitar una recomendación a su médico anterior o actual.
- Llame al proveedor de seguro de Medicaid de su estado o visite su sitio web. Si tiene otros seguros complementarios o un seguro médico privado, también puede contactarse con ellos.



En Oregon, comuníquese con el Plan de Salud de Oregon (Oregon Health Plan (OHP) al 1-800-273-0557 o visite el sitio web en www.oregon.gov o llame a su organización de atención coordinada

3. Cómo encontrar un médico centrado en la persona

Cuando busque un médico adecuado, es posible que quiera encontrar uno que se enfoque en usted como persona.

Esto significa que el médico lo/a ve como una persona, no solo como un paciente; que toma en cuenta sus preferencias personales en su atención médica. Esto es muy importante porque usted quiere abogar por la mejor atención médica posible. Quiere asegurarse de que el médico escuche sus deseos, necesidades y preocupaciones.

Si un médico se centra en la persona:

- Le proporciona un espacio seguro y cómodo.
- Habla con usted, no con su persona de apoyo.
- Descubre que funciona mejor para usted en todos los aspectos de su vida.
- Se comunica de una manera que usted puede entender fácilmente y lo/a escucha.
- Responde sus preguntas.
- Hace un plan personalizado que sea el mejor para usted.
- Le encamina a los recursos correctos.
- Tiene en cuenta sus finanzas cuando considera pruebas, procedimientos y medicamentos.
- Le ve como una persona, no solo ve su discapacidad.



Si elige un médico centrado en la persona, usted sabe que será escuchado/a. Puede establecer una relación con un médico en el que confíe. Puede tomar las mejores decisiones para su atención médica.

4. Lo que necesita de un nuevo médico

Sara está buscando un nuevo médico.
Piensa en lo que necesita.



1 ¿Un médico que acepte Medicaid u otros tipos de seguro?
Si el médico acepta Medicaid, esto quiere decir que su plan de seguro de Medicaid cubrirá el costo.
A veces, si tiene otro seguro en lugar de Medicaid, su seguro solo pagará una parte de la factura del médico o es posible que tenga que pagar una tarifa llamada copago.

2 ¿El género o sexo de un médico?
Es importante sentirse cómodo con su médico.
Por ejemplo, puede elegir un médico del género que le resulte más cómodo a usted.

3 ¿Un médico cerca de autobuses y trenes?
Algunas personas viajan en transporte público. Los taxis pueden costar demasiado o incluso no estar disponibles. Puede encontrar un médico que trabaje cerca de una parada de autobús. Si vive en una zona rural, es posible que deba hacer otros planes de viaje.

4 **Expedientes médicos electrónicos (EHR)**

Si para usted es importante tener disponible en línea el resumen de su consulta, pregunte a su médico si ofrece este servicio. El EHR le permite recibir los resultados de las pruebas, pedir que se renueven los medicamentos, comunicarse con su médico, ver su reciente consulta, programar y cancelar citas y más.

5 **¿Hay servicios de telemedicina?**

Si es difícil llegar al consultorio de su médico por la falta de accesibilidad o si vive en un área rural, la telemedicina puede ser una buena opción. Es una forma moderna de comunicarse con su profesional médico por distintos motivos, como para consejería, control de enfermedades crónicas, educación para la salud y control de la salud en el hogar.

6 **¿Un médico que se adapte a sus necesidades?**

Una manera de abogar por usted mismo(a) es preguntar al médico si puede satisfacer sus necesidades de adaptaciones/acomodaciones. Es importante que busque un médico que satisfaga todas las adaptaciones que necesite.

Solicitud de adaptaciones

Algunas adaptaciones que quizás deba considerar:

- ☐ Accesible para silla de ruedas
- ☐ Ansiedad/nerviosismo con los médicos
- ☐ Mesas de examen accesibles
- ☐ Lugar privado para esperar
- ☐ Necesita más tiempo para....
- ☐ Servicios de lenguaje

Otro: _____

5. ¿Qué aprendí?

Puedo hacerme cargo de mi atención médica cuando:

- Elijo un médico que satisfaga mejor mis necesidades de atención médica
- Comprendo lo que necesito de un médico.
- Busco un médico que se centra en la persona.
- Me comunico con mi proveedor de seguro de Medicaid si necesito ayuda
- Le pido a un amigo o a mi médico anterior/actual que me recomiende un nuevo médico.

Notas:

Este módulo fue adaptado del NSW Council for Intellectual Disabilities (2009), Australia.

El kit de herramientas y sus componentes contaron con el apoyo en parte de la subvención o acuerdo de cooperación número DD000014, financiado por los Centers for Disease Control and Prevention y por la University Center for Excellence in Developmental Disabilities financiado por la Administration on Community Living Grant n.º 90DDUC0039.

El contenido es responsabilidad únicamente de los autores y no necesariamente representa las opiniones oficiales de los Centers for Disease Control and Prevention, la Administration on Community Living, o el Department of Health and Human Services.