

Consejos para ir al médico

Hoja informativa para la persona de apoyo

Información clave

Puede ser difícil para un médico determinar qué problemas de salud están afectando a una persona con discapacidades intelectuales o del desarrollo (Intellectual and/or Developmental Disabilities, I/DD), sobre todo si la persona tiene una comunicación limitada. La mayoría de los médicos están ocupados e intentan mantener las citas dentro de un tiempo limitado. Por lo tanto, es importante prepararse bien para aprovechar al máximo el tiempo que pasa con el médico.



Cómo programar una cita

Si la espera en la sala de espera es difícil, quizás pueda programar la primera cita del día o la primera cita después del almuerzo del médico para que pase menos tiempo en la sala de espera. Es una buena idea formar una relación con el/la recepcionista y explicar cualquier necesidad o requisito especial. Si hay mucho que pedir al médico, quizás pueda programar una cita doble.

Cómo prepararse

Consejo 1: Explique por qué (y cuándo) van a ir. Es importante que la persona tenga claro el motivo de la visita. Si se siente ansiosa, transmítale tranquilidad.

Consejo 2: Pregunte con anticipación qué dudas pueden tener para el médico y anótelas.

Consejo 3: La persona puede ir acompañada de alguien que le brinde apoyo, si así lo desea. ¿Existe algún especialista en discapacidad —como un psicólogo— que haya evaluado el comportamiento de la persona y con quien el médico deba hablar? De ser así, tal vez esa persona podría asistir a la consulta o redactar un informe.



Si se necesita una adaptación/acomodación

Es importante pedir las adaptaciones/acomodaciones necesarias con anticipación, cuando la persona haga la cita. Aliéntela a que le diga al personal de recepción qué tipo de adaptaciones razonables le gustaría solicitar y permítale decidir qué es lo mejor para ella.

Durante la consulta

- Aliente a la persona a hacer cualquier pregunta que tenga.
- Si la acompaña durante la consulta, pídale al médico que hable directamente con la persona. Por ejemplo, si el médico quiere examinar a la persona debe explicarle y preguntarle (a ella) si está bien. Ejemplifique cómo puede hablar el médico con la persona sobre problemas de salud. Verifique si la persona quiere hacer alguna pregunta.
- Asegúrese de que la persona entienda claramente toda la información necesaria para decidir sobre las opciones de tratamiento. Recuerde que el médico necesita el consentimiento de la persona o de una “persona responsable”, por lo general un tutor o un familiar.
- Si le recetan un nuevo medicamento, apoye a la persona para que pregunte sobre los efectos secundarios o cualquier otra pregunta que tenga sobre el medicamento.
- Pídale al médico que escriba las instrucciones en un lenguaje claro y explique las palabras difíciles.

Después de la consulta

- Compruebe que la persona entendió lo que pasó y lo que dijo el médico.
- Trabaje con la persona para asegurarse de que haya un sistema adecuado para que siga cualquier instrucción que haya recibido del médico. Piense en quién necesita saber sobre las instrucciones y quién puede ayudar con cualquier monitoreo necesario.
- Determine si otros profesionales de atención médica deben saber lo que dijo el médico. Por ejemplo, un psicólogo que esté ayudando con el comportamiento de la persona o un especialista del habla que esté ayudando con los problemas de deglución pueden necesitar estar al tanto de cualquier información médica nueva.
- Si la persona no tiene claro qué recomendó el médico, ayúdela a llamar al consultorio del médico, si es necesario. Algunos médicos también están encantados de aclarar las cosas por correo electrónico.
- Ayude a la persona a planificar cuándo debe volver al médico.

Para obtener más información

[Este enlace le ofrece algunas preguntas importantes que puede hacerle a su médico:](https://www.ahrq.gov/questions/be-engaged/index.html)

[.\(URL:https://www.ahrq.gov/questions/be-engaged/index.html\)](https://www.ahrq.gov/questions/be-engaged/index.html)

[Recursos en español:](https://www.ahrq.gov/es/informacion-en-espanol/index.html)

[.\(URL:https://www.ahrq.gov/es/informacion-en-espanol/index.html\)](https://www.ahrq.gov/es/informacion-en-espanol/index.html)

Quizás le interesen estas hojas informativas:

Hoja informativa para la persona de apoyo: Citas médicas anuales de bienestar

Hoja informativa para la persona de apoyo: Ayudar al médico a entender a la persona

Esta hoja informativa se actualizó en junio de 2021.

La hoja informativa solo contiene información general y no tiene en cuenta las circunstancias individuales. No debe utilizarse como consejo médico. Le recomendamos que revise la información de esta hoja informativa en el contexto de los fines educativos y, cuando corresponda, que la comparta con su profesional de salud a fin de decidir si la información es correcta para usted.

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