



Consejos

De la Red de Acción de Salud del Consumidor

Junio 2008

Preparación para una cita médico

Antes de la cita

- Anota todas sus preguntas, los medicamentos que usa, y cualesquiera síntomas que le afectan.
- Llama para confirmar su transporte.
- Lleva una pluma y papel para hacer las notas.

En la cita

- Llega a tiempo, pero sabe que hay una posibilidad de una espera.
- Registrase en la mesa de recepción.
- Comuníquese sinceramente con el médico—los doctores reciben entrenamiento en la discreción pero no le pueden ayudar si usted no les comunica la información necesaria.
- Anota las respuestas que usted recibe del doctor y las recomendaciones del doctor para los siguientes pasos.
 - ✓ ¿Necesita pruebas o exámenes adicionales? ¿Cuándo? ¿Dónde?
 - ✓ ¿Necesita llenar una receta para medicamentos?
 - ✓ ¿Necesita ver a otro médico? ¿Ellos harán la cita o usted?
 - ✓ ¿Necesita hacer otra cita con el médico? ¿Cuándo? ¿Para qué?
- Verifica que entiende completamente lo que el doctor le aconseja hacer, por ejemplo:
 - ✓ Como tomar los medicamentos
 - ✓ Cambios necesarios en su estilo de vida (dieta, ejercicio o dejar de fumar)
- Si hay algo que usted no entiende pídale al doctor que se lo explica. Ellos quieren que usted comprenda.

Después de la cita

- Lee sus notas y asegura que entiende todo. Si tiene algunas preguntas llámale al doctor y pide mas información.
- Compra las medicinas recetadas. Tómalas según las instrucciones.
- Hace una nota en su calendario de las citas próximas
- Llama para recibir los resultados de las pruebas que se cumplieron.