¡Hable!

Ayude a prevenir errores en el cuidado recibido

Para prevenir errores en el cuidado de la salud se urge al paciente...

¡Hable!

Todos participan en hacer que el cuidado de la salud sea seguro. Eso incluye a médicos, ejecutivos, enfermeras y a muchos técnicos. Las organizaciones del cuidado de la salud en todo el país están trabajando para hacer que la atención sea más segura. Como paciente, usted puede hacer que su atención sea más segura participando activamente como miembro informado de su equipo médico.

Un informe del Instituto de Medicina indica que los errores médicos son un grave problema en el sistema del cuidado de la salud. Esa misma institución dice que el hecho de que el público esté enterado de la existencia de este problema es un paso importante para mejorar la situación.

El programa "Hable" está patrocinado por The Joint Commission, que está de acuerdo en que los pacientes deben participar en su propia atención médica. Estos esfuerzos por incrementar la participación y conciencia de los pacientes también cuentan con el apoyo de los Centros de servicios de Medicare y Medicaid.

El programa le proporciona consejos sencillos acerca de cómo puede hacer para lograr que su experiencia relacionada con el cuidado de su salud sea buena. Las investigaciones demuestran que los pacientes que toman parte en las decisiones acerca de su salud tienen mayores probabilidades de recuperarse más rápido. Para ayudar a prevenir errores en su atención médica, se invita a los pacientes a hablar y hacer uso del programa "Hable."

210727

Pregunte si tiene dudas o preocupaciones. Si aún así no entiende, vuelva a preguntar. Es su cuerpo y usted tiene derecho a saber lo que le harán.

- Su salud es muy importante. No se preocupe por sentirse avergonzado si no entiende algo de lo que le dice el médico, la enfermera o cualquier otro profesional que le atienda. Si no entiende porque habla otro idioma, solicite la presencia de alguien que hable su idioma. Usted tiene derecho a recibir gratuitamente la ayuda de alguien que hable su idioma.
- No tema preguntar acerca de su seguridad. Si le van a hacer una cirugía, pida al médico que marque el área en la que va a operar.
- No tema decirle a la enfermera o al médico si cree que se le está dando el medicamento equivocado.
- No tema decirle a la persona que le atiende si cree que le está confundiendo con otro paciente.

Preste atención a los cuidados que recibe. Siempre asegúrese de estar obteniendo el tratamiento correcto y los medicamentos indicados, por parte de los profesionales de la salud apropiados. No dé nada por sentado.

- Avise a su enfermera o al médico si algo no le parece correcto.
- Las personas que le atienden deben presentarse con usted. Busque sus tarjetas de identificación. Una madre que acaba de tener a su bebé debe saber a qué persona le entregó a la criatura. Si no conoce a la persona, pida ver su identificación.
- Asegúrese de que quienes lo atiendan se laven las manos. Lavarse las manos es la forma más importante de prevenir infecciones. No tema recordarles a los médicos y enfermeras que lo hagan.
- Sepa a qué hora se le lleva generalmente su medicamento. Si no lo recibe, avise a su enfermera o médico.
- Asegúrese de que tanto el médico como la enfermera revisen su identificación. Recuerde que deben revisar su pulsera de identificación y preguntarle su nombre antes de darle su medicamento o aplicarle un tratamiento.

Aprenda acerca de su enfermedad. Entérese sobre las pruebas médicas que se le hacen y su plan de tratamiento.

- Pregunte al médico acerca de cualquier capacitación especial o experiencia que le califique para tratar su caso en particular.
- Busque información acerca de su enfermedad. Los mejores lugares para conseguir esta información son su médico, su biblioteca, sitios Web respetables y grupos de apoyo.
- Anote la información importante que el médico le proporcione. Pregunte a su médico si cuenta con alguna información escrita con la que usted pueda quedarse.
- Lea todos los formularios médicos y asegúrese de comprenderlos antes de firmarlos. Si no entiende algo, pida a su médico o enfermera que se los expliquen.
- Asegúrese de que sabe cómo trabaja cualquier aparato que se esté usando en su atención. Si tiene que usar oxígeno en casa, no fume ni permita que nadie fume cerca de usted.

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, 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 muéstreselas a su equipo de atención médica. Esto les proporcionará una mejor 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.

El objetivo del programa “Hable” es ayudar a los pacientes a mantenerse informados y activos durante su atención médica.