

MI PLAN: *Cómo conversar con su equipo de atención médica*

¿QUIÉNES CONFORMAN MI EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA?

Su equipo de atención médica está conformado por usted y el personal que lo atiende. Su doctor es como el “entrenador”, y su asistente social, su nutricionista, sus enfermeras y sus técnicos son sus compañeros de equipo. También puede consultar a su médico de cabecera y visitar a otros especialistas. El miembro más importante de su equipo es *usted*.

¿POR QUÉ SOY EL MIEMBRO MÁS IMPORTANTE DE MI EQUIPO?

Porque se trata de su vida y su tratamiento. Ser un paciente de diálisis involucrado significa colaborar con los miembros del equipo en todos los aspectos relacionados con su plan de tratamiento. Es la mejor forma de resolver cualquier inquietud o pregunta que pueda tener y le ayudará a aprender acerca de su atención de diálisis.

Su equipo de atención médica necesita saber cómo se siente, tanto física como emocionalmente. Ellos quieren saber cuáles son sus inquietudes para ayudarlo a seguir sus planes de medicación, tratamiento y dieta y, además, ayudarlo a fijarse metas realistas y alcanzarlas.



¿QUÉ HACE MI EQUIPO POR MÍ?

- Su equipo es importante porque su meta es mantenerlo saludable.
- Su doctor de diálisis le receta medicinas y supervisa su atención médica.
- Las enfermeras y los técnicos se aseguran de que reciba una diálisis efectiva y segura, de acuerdo con las órdenes de su doctor.
- Su nutricionista le enseña a planificar una dieta que favorece la salud de sus riñones.
- Su asistente social puede ayudarlos a usted y a su familia a sobrellevar la diálisis y a inscribirse en servicios adicionales para los que puede ser elegible.

¿CÓMO DEBO CONVERSAR CON MI EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA?

- ¡Haga preguntas! Los pacientes que evalúan sus opciones y ayudan a tomar decisiones sobre su atención son los miembros más fuertes de su equipo de atención médica.
- Anote sus preguntas para no olvidarse de ninguna de ellas.
- Haga su pregunta más importante primero.
- Repita las respuestas que escuche y anótelas.
- Si no conoce el significado de un término médico, no tenga miedo de preguntar.
- Sea tan claro como pueda cuando explique su problema.
- Registre a una persona encargada de cuidarlo o a un miembro de su familia para que lo ayude a comunicarse con su equipo.

¿CÓMO PUEDO ASEGURARME DE QUE ESTOY RECIBIENDO LO QUE NECESITO DE MI EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA?

Problema	¿Cómo puedo evitarlo?	¿Qué debo preguntar?
Siempre siento que me apuran.	<ul style="list-style-type: none"> • Antes de una cita, anote sus preguntas. • No se desvíe del tema con conversaciones sin importancia. Sea amable, pero asegúrese de recibir respuestas coherentes para todas sus preguntas. • Si se le acaba el tiempo, solicite otra cita. 	Anoté algunas preguntas. ¿Podría responderlas antes de irme?
Después de hablar con el doctor, me cuesta mucho contarle a mi familia lo que me dijo.	<ul style="list-style-type: none"> • Repítale a su familia lo que el doctor le dijo para asegurarse de que entendió. • Anote lo que escuchó. • Si es posible, lleve a un miembro de su familia a la cita. • Pregunte si hay alguna información escrita que pueda llevar a casa para su familia. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Puedo repetirle lo que escuché para que me indique si escuché bien? • ¿Tiene algún folleto acerca de este problema para que pueda llevármelo a casa?
Hay tantas cosas que no entiendo acerca de mi enfermedad renal.	<ul style="list-style-type: none"> • Haga una lista de las cosas que lo confunden. • Pídale al asistente social que lo ayude a encontrar a las personas que puedan responder a sus preguntas. • Vaya a la biblioteca e infórmese por su cuenta. • Acuda a una oficina de la Asociación Americana de Pacientes Renales (AAKP) o de la Fundación Nacional del Riñón (NKF) (consulte a continuación) para aprender de otros pacientes. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién es la persona adecuada de mi equipo para preguntarle acerca de _____? • ¿Tiene algún material que pueda leer acerca de _____?

Utilizado con permiso del Programa de Rehabilitación de Life Options: www.lifeoptions.org

¿DÓNDE PUEDO OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE CÓMO TRABAJAR CON MI EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA?

- FMQAI: Network ESRD de Florida (Network 7): (800) 826-3773/ <http://fmqai.com/about-network-7.aspx>
- Programa de Rehabilitación de Life Options: (800) 468-7777/ www.lifeoptions.org y www.kidneyschool.org.
- La Asociación Nacional de Pacientes Renales (AAKP): (800) 749-AAKP/ www.aakp.org.
- La Fundación Nacional del Riñón (NKF): (800) 622-9010/ www.kidney.org.
- La Red de Apoyo Renal: (866) 903-1728/ <http://www.rsnhope.org>.
- Ciudadanos Pacientes de Diálisis: 1.855-291-3725/ <http://www.dialysispatients.org>.