

Cómo Hablar con el Doctor de Su Niño

MANUAL



¡Reciba una medalla de **H.O.N.O.R.** por la salud de su niño!

Haga **O**rganice **N**o se olvide **O**pine **R**epita

UAMS

Center for Health Literacy

SAMPLE - DO NOT COPY

©2018 BioVentures, LLC
Todos los Derechos Reservados

Este documento no puede ser copiado o
reproducido sin autorización expresa del autor.



Cómo Hablar con el Doctor de Su Niño

MANUAL

¿Cómo obtiene una medalla de H.O.N.O.R. por la salud de su niño?

Haga la cita adecuada con el doctor de su niño.

Organice y lleve con usted toda la información importante.

No se olvide de hacer todas sus preguntas.

Opine y pida recomendaciones al doctor de su niño.

Repita al doctor de su niño lo que usted entendió sobre lo más importante de su visita.

Cómo usar este manual:

- Use las siglas **H.O.N.O.R.** para ayudarle a recordar cada paso en este manual.
- Marque las casillas y tome notas.
- Lleve este manual con usted a la próxima cita de su niño.
- Guarde este manual como una guía para futuras visitas al doctor.

H.O.N.O.R.

Haga. Organice. No se olvide. Opine. Repita.



Haga la cita adecuada con el doctor de su niño.

 **Decida** qué clase de visita necesita su niño.

Un **examen físico** (chequeo general), es para hablar de la salud general de su niño.

Nota: Permita más tiempo para un examen físico que para una visita por enfermedad.

La consulta sobre su niño puede incluir:

- Cómo está creciendo
- Estrés en la casa
- Etapas importantes
- Seguridad en la casa
- Qué vacunas tiene
- Lo que hace para divertirse
- Su aprendizaje en la escuela
- Cómo está durmiendo y comiendo


Una **visita por enfermedad**, es para hablar de un problema de salud específico, como:

- Dolor de garganta
- Sarpullido (ronchas, irritación de la piel)
- Seguimiento de cuidado del asma
- Dolor de estómago

 **Dígale** a la persona que le está haciendo la cita en la clínica:

- El tipo de cita que necesita (chequeo general o por enfermedad)
- Cuántos niños necesitan ver al doctor (cada niño necesita una cita diferente)
- Si necesita un intérprete

Nota: La responsabilidad del intérprete es solo de interpretar lo que usted diga, pero no de abogar por usted. Asegúrese de hacer todas sus preguntas mientras está con el doctor de su niño.

 **Planee** lo que usted quiere hablar con el doctor de su niño. Escriba las cosas más importantes que quiere lograr de la visita.

Después de que haya hecho su cita, escriba 3 cosas que usted quiere lograr de su visita.

Para la **visita del examen físico** de mi niño, quiero saber...

Por ejemplo:

Quiero saber si mi niño está ganando suficiente peso.

Necesito que me llenen un formulario para deportes en la escuela.

Quiero saber si mi niño está diciendo suficientes palabras para su edad.

1. _____
2. _____
3. _____

Para la **visita por enfermedad** de mi niño, quiero saber...

Por ejemplo:

Quiero saber cómo le ayudo a mi niño a sentirse mejor.

Quiero saber cómo le hago para evitar que mis otros niños se enfermen.

Quiero obtener una referencia para que mi niño siga recibiendo terapia.

1. _____
2. _____
3. _____

H.O.N.O.R.

Haga. Organice. No se olvide. Opine. Repita.



Organice y lleve con usted toda la información importante.

Para la visita del doctor de su niño, usted necesita llevar:

- Lista de 3 puntos más importantes para hablar con el doctor de su niño
- Lista de los síntomas de su niño
- Lista de lo que usted ha hecho para mejorar los síntomas
- Las medicinas de su niño en una bolsa
- Botanas (bocadillos, aperitivos)
- Pañales y toallitas para limpiar (si necesita)
- Juguetes y libros para que su niño juegue
- Tarjeta de seguro médico y tarjeta de ID (identificación)
- Este manual

En la visita de su niño:

Si es posible, por favor no lleve a sus otros niños con usted. Esto le puede ayudar a:

- Que sus otros niños no se enfermen.
- Que se enfoque en lo que el doctor le diga.

Por favor no use su teléfono celular, a menos que usted esté:

- Tomando notas (dígame a su doctor si eso es lo que usted está haciendo)
- Usando su calendario para hacer otras citas con otros doctores

Escriba la información que necesita llevar con usted.

Para una **visita de examen físico**, lleve información acerca de:

La escuela (Cómo le va en la escuela – grados, aprendizaje, conducta)

Dieta (Lo que normalmente mi niño come y algún problema que tenga con la alimentación)

Las actividades que mi niño hace (Deportes, ejercicio, baile)

Para una **visita por enfermedad**, use esta tabla para enlistar los síntomas de su niño.

¿Cuál fue el síntoma?	¿Cuándo empezó el síntoma?	¿Qué hice para tratar esto? (Qué, cuánto, y con qué frecuencia?	¿Ayudó el tratamiento?
Ejemplo: Tos	Hace 2 días	Medicina para la tos 5 mL a la 1pm Martes	No, todavía está tosiendo, pero cada vez menos

Si su niño ha tenido fiebre: ¿Cuál fue la temperatura más alta? _____

¿Cuándo empezó? _____

H.O.N.O.R.

Haga. Organice. No se olvide. Opine. Repita.



No se olvide de hacer todas sus preguntas.

- Haga una lista de las preguntas que usted tenga antes de la cita y muéstreselas a su enfermera.
- Su doctor quiere que usted haga preguntas. Esto les ayuda para ayudar a su niño.
- No tenga miedo de hacer muchas preguntas. Detenga al doctor en cualquier momento cuando usted no entienda algo.
- Tome notas sobre cualquier pregunta que usted piense durante la visita.

Aquí están algunas formas apropiadas de cómo hacer preguntas durante la visita cuando usted no entienda algo.

- No estoy familiarizado con esa palabra. ¿Podría decirme lo que quiere decir?
- No entendí eso. ¿Podría decírmelo otra vez?
- No estoy seguro de entender lo que usted quiere decir. ¿Puede explicármelo en una forma diferente?
- ¿Me puede decir más acerca de _____?

Nota: Asegúrese de hacer todas sus preguntas mientras está con el doctor de su niño.

Escriba sus preguntas antes de la visita. En cuanto el doctor las conteste, complete los espacios en blanco.

Complete ésta parte de arriba de esta página antes de su visita.

Las preguntas de las que quiero respuestas:

Revise su lista - en la página 3 - de las cosas que usted quiere lograr de la visita y asegúrese de que sus preguntas le ayudan con eso.



Complete ésta parte de abajo durante la visita.

Hoy, hablé con el Dr. _____ Enfermera _____

Respuestas a mis preguntas:

Si tengo más preguntas, puedo llamar al: _____.

H.O.N.O.R.

Haga. Organice. No se olvide. Opine. Repita.



Opine acerca de la salud de su niño.

Después de que usted haya hecho todas sus preguntas al doctor de su niño, **dé su opinión** acerca de:

- Lo que ha funcionado para su niño en el pasado
- Lo que usted sabe acerca de ese problema de salud
- Lo que usted cree acerca del tratamiento que su doctor le sugiere

SAMPLE - DO NOT COPY

H.O.N.O.R.

Haga. Organice. No se olvide. Opine. Repita.



Repita al doctor de su niño lo que usted entendió sobre lo más importante de su visita.

Usted podría empezar diciéndole al doctor: “Usted me acaba de dar mucha información. Déjeme asegurarme que le entendí...”

Para una **visita de examen físico**, repita lo que el doctor le dijo acerca de la salud de su niño. Asegúrese de entender las formas que usted pueda ayudar a que su niño esté sano.

Para **una visita por enfermedad**, repita lo que usted entendió acerca del problema de salud de su niño y lo que puede hacer para cuidar mejor a su niño. Asegúrese de entender:

- El nombre del problema de salud
- Cómo ayudar con los síntomas de su niño
- Cómo y por qué usar alguna nueva medicina
- Planes para cualquier otro examen o visitas al doctor
- ¿Quién va a hacer esas citas?
- Si ya han hecho esas citas para usted, ¿cuál es la fecha, hora, y lugar?

Llene los espacios en blanco en la siguiente página para ayudarle a recordar lo que dijo el doctor de su niño. Algunas puede que no se refieran a su visita.



Nombre del problema de salud: _____

Nuevas medicinas: _____

- Receta en papel Receta que enviaron a la farmacia

Cuándo surtir de nuevo la receta: _____

Cómo surtir de nuevo la receta: _____

Visitas de otro doctor:

Nombre del doctor: _____ Clínica: _____

Número de teléfono: _____

Necesito llamar y hacer una cita.

Esta cita se hizo por mí.

Fecha de la cita: _____ **Hora:** _____

H.O.N.O.R.

Haga. Organice. No se olvide. Opine. Repita.



Información Adicional:

Escriba el nombre de la clínica, el doctor que su niño ve, el nombre del intérprete y sus números de teléfonos en el espacio de abajo. Mantenga esta información en un lugar donde usted la pueda encontrar (en su teléfono o directorio de teléfonos).

Nombre de la clínica: _____

Teléfono: _____

Nombre del doctor: _____

Teléfono: _____

Nombre del intérprete: _____

Teléfono: _____

Nombre de la clínica: _____

Teléfono: _____

Nombre del doctor: _____

Teléfono: _____

Nombre del intérprete: _____

Teléfono: _____

Nombre de la clínica: _____

Teléfono: _____

Nombre del doctor: _____

Teléfono: _____

Nombre del intérprete: _____

Teléfono: _____

¡Bien hecho! Usted obtuvo una medalla de H.O.N.O.R. por la salud de su niño.

Haga la cita adecuada con el doctor de su niño.

Organice y lleve con usted toda la información importante.

No se olvide de hacer todas sus preguntas.

Opine y pida recomendaciones al doctor de su niño.

Repita al doctor de su niño lo que usted entendió sobre lo más importante de su visita.



Center for Health Literacy

Teléfono: 501-686-5463

Sitio Web: healthliteracy.UAMS.edu

Correo Electrónico: healthliteracy@uams.edu