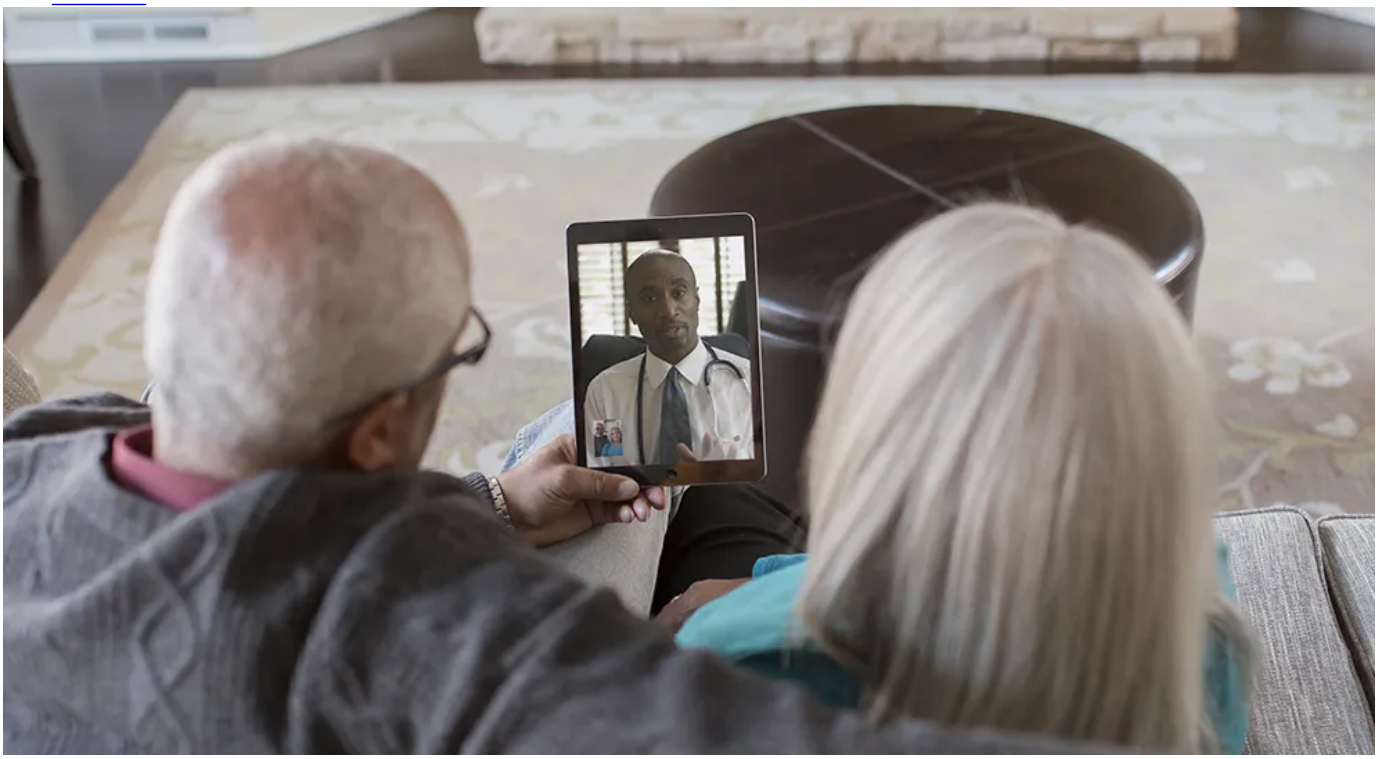
Article Series En Español All

Guía para las citas de telesalud: 8 consejos para ayudar a prepararse

3 min read
☐ Like (3) Likes
Bookmark
Share
Print



All En Español
Resize
A A A

Las visitas al médico que se realizan virtualmente o en línea se denominan “Telesalud”. La telesalud, a veces llamada telemedicina o una visita virtual, le permite a su médico hablar con usted y examinarlo visualmente mientras usted está en su hogar a través de tecnologías de video o telecomunicaciones.

Las visitas de telesalud tienen muchos beneficios, entre ellos, permitirle llevar a cabo citas desde la comodidad de su hogar, reducir los traslados de ida y vuelta

para asistir a las citas y obtener una segunda opinión de un médico que no se encuentre en su área, con más facilidad.

Si está interesado en la telesalud, pregunte a su médico si su examen de detección de cáncer o sus citas de seguimiento pueden realizarse de manera virtual.

QUÉ ESPERAR O PREGUNTAR DURANTE UNA CITA DE TELESALUD
Para su primera cita de telesalud, es importante comprender qué sucederá durante su visita y qué preguntas hacer para ayudarlo a prepararse mejor y sentirse más tranquilo. Estas son algunas cosas clave a tener en cuenta:

1. Al comienzo de su cita, puede preguntar a su médico si él/ella puede grabar y compartir la visita en línea o incluso hacer un seguimiento con un resumen posterior.
2. Intente mantenerse lo más involucrado posible y tome notas. Aunque no sea en persona, actúe como si estuviera sentado en la sala de exámenes juntos.
3. Si tiene problemas con su tecnología durante su cita y para oír o ver la pantalla, asegúrese de informar a su médico para que pueda solucionar el problema o adaptarse al respecto.
4. Su médico puede compartir su pantalla y mostrarle los resultados de las radiologia y laboratorios u otros documentos.
5. Antes de que finalice su cita, asegúrese de comprender y preguntar acerca de los siguientes pasos:
    - ¿Recibirá una invitación de calendario (calendar invite) para su próxima cita?
    - ¿Quién coordinará su próxima cita?
    - ¿Necesita una derivación? y si es así, ¿cuál es el proceso?

OCHO COSAS PARA HACER ANTES DE SU CITA DE TELESALUD

Inscríbase en el portal para pacientes línea de su médico.

Si se ofrece, se puede usar un portal para pacientes para entregar los resultados de las pruebas, solicitar resurtidos de medicamentos y enviar cualquier formulario que deba completarse antes de la visita.

Consultorio.

Tómese de 5 a 10 minutos para echar un vistazo a su equipo y al lugar donde llevará a cabo la cita para ayudar a minimizar cualquier duda sobre su visita.

Tenga un cuaderno y un bolígrafo a mano.

Anote las cosas que desea recordar durante la visita.

Describa de qué desea hablar.

Piense en lo que desea obtener de la cita. Anote sus síntomas, cómo se siente mental y físicamente, y las preguntas que desea hacer.

Verifique su conexión.

Necesitará una conexión Wi-Fi confiable. La velocidad ideal para la transmisión de video es de 1.5 megabits por segundo (o Mbps). Hay pruebas en línea mediante las que puede verificar su velocidad de Internet.

Invite a un ser querido a unirse.

Esta persona puede brindar apoyo emocional, ser un segundo par de oídos, ofrecer otras perspectivas durante la cita y tomar notas por usted.

Reúna y cargue su equipo.

Necesitará un teléfono inteligente, una tableta o una computadora con video, audio y un micrófono para llevar a cabo la cita. Asegúrese de que la batería de su dispositivo esté cargada o enchufada.

Elija la configuración correcta.

Asegúrese de estar sentado bajo una iluminación brillante, para que su médico lo vea con facilidad. Además, encuentre un lugar tranquilo con un ruido de fondo mínimo para disminuir las interrupciones.

Tenga en cuenta que es posible que muchas citas con el médico deban realizarse en persona. **Hable con su médico para comprender mejor los procedimientos en**

persona para ayudarlo a mantenerse seguro o sus opciones para una cita de telesalud.

Descargue una versión imprimible de este artículo

DESCARGUE