

A dónde ir para recibir atención médica cuando la necesita



Es el fin de semana. Su hijo(a) tiene fiebre. O usted se tuerce el tobillo cuando corre. Cree que necesita atención. Pero, ¿a dónde debe ir?

¿Debe esperar al lunes para ver a su médico de atención primaria?

¿Debe ir a una clínica en una tienda minorista?

¿Debe ir al centro de atención urgente?

¿O debe ir a la sala de emergencias?

Aquí tiene una guía rápida para ayudarlo a elegir el mejor sitio a donde ir en el momento oportuno.

High Value Care (Atención de Alto Nivel): A dónde ir para recibir atención médica cuando la necesita

Su consulta de atención primaria

A menos que necesite atención para una emergencia que ponga en peligro su vida, llame primero a su médico familiar/de atención primaria. El o ella lo conoce mejor. Además, es bueno tener una persona que vigile su atención, y es especialmente importante si tiene un problema médico a largo plazo, como alta presión arterial, asma, diabetes o enfermedad del corazón. Su médico puede asegurarse de que le hagan las pruebas que necesita y de que tome los medicamentos que sean seguros para usted.

Cada vez hay más consultas de atención primaria que abren los fines de semana o algunas noches. Otras dejan tiempo libre para citas hechas para el mismo día. Pida información sobre esas opciones cuando elija un médico. También pregunte si hay un médico o enfermero(a) disponible por teléfono después del horario laboral. A veces pueden ayudar a resolver problemas menores.

Clínicas en tiendas minoristas

Estas son una buena opción para problemas médicos sencillos, como catarrros u otras enfermedades comunes cuando no puede ver a su médico familiar de inmediato. Algunas tiendas minoristas también ofrecen vacunas, como la vacuna contra la gripe. Si ya lo están tratando para una enfermedad seria, si tiene un problema médico continuo, o está muy enfermo, las clínicas en tiendas minoristas no son su mejor opción.

Encontrará clínicas de este tipo en farmacias, supermercados y megatiendas. La mayoría está abierta hasta tarde en la noche y los fines de semana. Casi nunca necesita cita, solamente se presenta ahí. Si tiene una receta, es posible que esa clínica se la pueda surtir.

Lo más probable es que vea a un(a) enfermero(a) profesional. Son enfermeros certificados con capacitación especial y pueden recetar medicamentos. Dele su historial médico y dígame si tiene alergias. También dígame qué medicamentos, hierbas y suplementos está tomando. Pida una hoja clínica de su consulta para dársela a su médico de atención primaria.

Centros de atención urgente

Estos son una buena opción cuando necesita el tipo de atención que le daría su médico familiar, pero el consultorio está cerrado. En un centro de atención urgente, es más probable que vea a un médico que puede tratar una gama más amplia de padecimientos que en una clínica en tiendas minoristas. Los centros de atención urgente tratan problemas médicos como un esguince en el tobillo, un virus estomacal y ataques menores de asma.

La mayoría de ellos está abierta hasta tarde en la noche y los fines de semana. Casi nunca necesita cita, solamente se presenta ahí. Trate de ir a un centro que participe en la misma red que su médico y su hospital. Elija un centro de atención urgente que esté en la red de su plan de seguro médico cuando pueda, para mantener bajo el costo.

Dele al proveedor su historial médico y dígame si tiene alergias. También dígame qué medicamentos, hierbas y suplementos está tomando. Pida una hoja clínica de su consulta para dársela a su médico de atención primaria.

¿Qué es una atención de alto nivel?

La atención de alto nivel sopesa cuánto podría ayudarle una prueba o tratamiento contra lo que podría perjudicarlo y lo que cuesta. La atención de alto nivel le ofrece:

- La cantidad adecuada de atención
- En sitio adecuado
- En el momento adecuado
- A precios razonables

La meta es asegurar que usted reciba la mejor atención.

Sala de emergencias (ER, por sus siglas en inglés)

Si está gravemente enfermo o lesionado, o cree que necesita atención de emergencia, vaya a la sala de emergencias más cercana. Las salas de emergencias tratan problemas médicos serios.

Vaya a la sala de emergencias si tiene:

- Dolor en el pecho
- Dificultad para respirar
- Sangrado intenso
- Pérdida del conocimiento
- Posible envenenamiento
- Lesión seria, como la de un accidente automovilístico o una mala caída

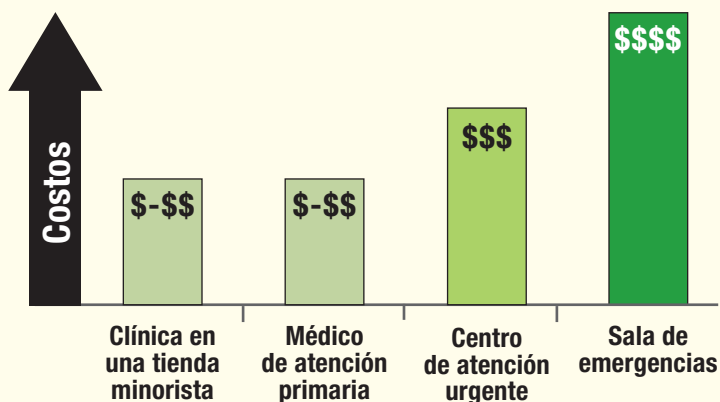
Las salas de emergencias atienden primero a las personas que tienen problemas más serios. Quizá tenga que esperar un rato largo si no necesita atención inmediata.

Por ley, las salas de emergencias deben atender a cualquiera que entre. No importa el plan de seguro médico que tenga ni cuánto dinero tenga.

Piense en el costo

En primer lugar, elija el entorno adecuado para la atención que necesita (descrito a la izquierda). Luego, piense en el costo. Averigüe lo que cubre su plan de seguro médico antes de tener que usarlo. Si tiene un deducible alto, podría tener que pagar más. Si puede solamente hacer un copago por una cita médica, la opción menos costosa podría ser ver a su médico de atención primaria. Llamar primero a su médico de atención primaria en cualquier momento si no es una emergencia puede ahorrarle dinero. Si el personal puede contestar preguntas por teléfono, probablemente no tendrá que pagar nada. Cuando sea posible, pregunte directamente cuál será el costo de la consulta.

A continuación, puede ver cómo se comparan generalmente los entornos de atención médica en términos de su costo:



A dónde ir para recibir atención médica

Antes de enfermarse, decida a dónde ir para recibir atención médica. Siga estos pasos ahora mismo:

1. Pregúntele a su médico familiar si puede programar una cita el mismo día que llame y si a veces abre el consultorio hasta tarde o los fines de semana.
2. Pídale a su médico que recomiende una clínica en una tienda minorista, un centro de atención urgente, y una sala de emergencias que le queden cerca.
3. Anote el nombre, dirección y horarios de su médico, clínica en tienda minorista, centro de atención urgente y sala de emergencia.
4. Pegue esa información en el refrigerador o póngala junto al teléfono de casa, y guárdela en el teléfono celular. Asegúrese de que otras personas en su hogar sepan dónde encontrarla.

¿Debe usar atención médica en línea?

Hay muchos sitios Web y aplicaciones móviles que prometen atención en línea las 24 horas al día, los siete días de la semana.

La atención médica en línea es todavía muy reciente y es difícil saber si es atención de buena calidad. La única excepción es si su médico de atención primaria ofrece consultas por teléfono o video. Esa es una buena opción cuando usted no puede ir al consultorio. Sin embargo, siempre es mejor ver a un proveedor de atención médica en persona, que lo conozca a usted y también conozca en detalle su salud.



Consejos prácticos de informes al consumidor

Cómo elegir un hospital

Si necesita atención inmediata, y le preocupa perder la vida o una de las extremidades, vaya a la sala de emergencias más cercana. Pero si no necesita atención inmediata, puede ir al hospital por otras razones. Por ejemplo, podría ir al hospital para que le hagan una cirugía. A continuación encontrará algunos consejos prácticos para ayudarlo a elegir el hospital adecuado para usted.

En primer lugar, asegúrese de que el hospital y cada uno de los médicos que verá participan de su red de planes de seguro médico. Eso hará que el costo para usted se mantenga tan bajo como sea posible. Es más probable que una PPO* tenga una red que abarque todos los Estados Unidos que una HMO*.

En segundo lugar, quiere encontrar un hospital que brinde las habilidades que usted necesita. Pregúntele a su médico familiar cuál es el mejor médico o cirujano para usted. O sepa todo lo que pueda sobre un médico o un cirujano. Respecto a los cirujanos, pregunte cuántas veces han hecho la cirugía que usted necesita en el último año. Las investigaciones muestran que, en la mayoría de los casos, cuantas más veces haya hecho el médico la cirugía, mejor.

Para aprender más sobre cómo elegir un médico, vaya a este sitio Web:

<http://www.consumerreports.org/cro/choose-a-doctor>

También vea las evaluaciones al hospital. Las evaluaciones de hospitales de los Informes al Consumidor pueden ayudarlo a comparar hospitales con indicadores clave. Incluyen los resultados de la atención y de la seguridad de los pacientes.

Para aprender más sobre las evaluaciones a hospitales y cómo elegir un hospital, vaya a este sitio Web:

<http://www.consumerreports.org/cro/2013/01/how-to-choose-a-hospital>

Para aprender más sobre cómo aprovechar al máximo las idas al hospital, vaya a este sitio Web:

<http://www.consumerreports.org/cro/hospitalsurvivalguide>

[*PPO es una organización de seguro que brinda servicios de atención con médicos que le ofrecen cuotas menores a cambio de un flujo regular de pacientes; HMO es una organización de seguro que brinda servicios de atención únicamente con médicos participantes de su red.]

ConsumerReports®

ACP
American College of Physicians
Leading Internal Medicine, Improving Lives

ACP | High Value
Care



Este informe es para que lo use cuando hable con su proveedor de atención médica. No sustituye recomendaciones médicas ni tratamiento. Use este informe bajo su propio riesgo.

© 2015 Informes al consumidor. Con la colaboración del Colegio Estadounidense de Médicos (American College of Physicians).

Para saber más sobre las fuentes que se usaron en este informe, y los términos y condiciones de su uso, vaya al sitio Web:

ConsumerHealthChoices.org/about-us/