

## Lo que usted puede hacer para mantenerse seguro mientras recibe servicios para la salud

¡Juntos estamos "Unidos para la seguridad!" La atención de los pacientes es una responsabilidad primordial de los líderes de las organizaciones al servicio de la salud, los clínicos, el personal que presta atención y aquellos que de una manera u otra participan en el cuidado. Los pacientes y sus familias también desempeñan un papel vital en la prevención de errores médicos y la reducción de los daños. A pesar de existir obstáculos para la participación de los pacientes, ser un miembro activo de su propio equipo de atención médica es importante y puede ayudar a mantener a usted y a otros libres de riesgos. Esto significa que todos, incluyendo usted, deben centrarse en la seguridad del paciente y deben hablar cuando algo parezca no estar correcto.

Los doctores, enfermeros, y otros profesionales al servicio de la salud dedican sus vidas para atender a los pacientes, pero prestar servicios para la salud puede ser muy complejo. Hay muchos pasos involucrados en cada visita médica. Son numerosas las personas que están frecuentemente involucradas con el cuidado de un paciente. A veces, los proveedores usan términos médicos y lenguaje que pueden resultar confusos. Errores o circunstancias adversas pueden presentarse cuando ocurre uno más errores en una serie de acciones. Los errores humanos siempre existirán (porque el ser humano no es perfecto), pero las organizaciones al cuidado de la salud trabajan para crear sistemas que hacen difícil que los errores humanos lleguen a los pacientes, y facilitan lo más posible para que los clínicos provean un cuidado seguro y efectivo. Por ejemplo, la mayoría de los médicos de hoy día recetan medicamentos utilizando sistemas computarizados en vez de prescripciones escritas a mano. Esto reduce la posibilidad de errores causados por caligrafía ilegible y reduce el potencial de confusión sobre qué medicamento o qué dosis fueron recetados.

He aquí algunas simples cosas que usted puede hacer para ser un consumidor de servicios médicos informado:

- No dude en expresarse si algo no le parece que está bien
- Haga preguntas hasta obtener una respuesta satisfactoria
- Repítale a sus médicos *en sus propias palabras* lo que le han dicho, para estar seguro que ha entendido
- Exija que le den instrucciones por escrito y que entienda el plan general para su cuidado
- Sepa cómo usted puede participar en su propio cuidado para obtener metas – pregunte sobre los goles realísticos hacia los que usted debe concentrarse y asegúrese que sean goles con los que usted esté de acuerdo
- Sepa quiénes son los miembros del equipo a su cuidado – pídale que se presenten
- Observe que los proveedores se laven las manos o usen desinfectantes de mano antes de tocarlo a usted – menciónesele si ve que no lo hacen.
- Mantenga un control cuidadoso de su historial médico, de sus medicamentos, y alergias y actualice a sus proveedores sobre cualquier cambio durante cada visita
- Clarifique cualquier receta que no tenga sentido y dígame a su doctor si piensa que no va a tomar un medicamento que le recete – ellos pueden ofrecerle alternativas

- Tome sus medicamentos solamente como recetados – hable con su doctor si algo prescripto no le está funcionando
- Pregunte sobre todas las opciones posibles de tratamiento y entérese de los riesgos y beneficios de cada uno con su proveedor médico
- Lleve un miembro de su familia o un amigo al hospital, o a la consulta médica, y pídale que presten atención a las instrucciones con usted y que hagan preguntas también
- Cuando sea posible, haga arreglos de recomendación para sus pruebas de laboratorio antes de una visita

¡Regístrese a [MyHealth Online](#) para acceso electrónico seguro a sus expedientes médicos!

Esta semana estaremos publicando diariamente blogs con perspectivas sobre la seguridad y dejándole saber cómo puede asociarse con nosotros en la campaña para la seguridad del paciente. Responda a la pregunta al final de cada blog diario y lo inscribiremos para la oportunidad de ganar una Tarjeta de Regalo Amazon de \$ 25, auspicio posible por la asociación con la Unión de Crédito Federal de Nueva Inglaterra. ¡Gracias por unirse a nosotros para reconocer la Semana Nacional de Concientización sobre la Seguridad del Paciente y por todo lo que haga para mantener a los pacientes seguros todos los días!

¡Asóciase a nosotros, exprésese, y *no deje la seguridad del paciente al azar!*

Atentamente,

Oficina para la seguridad del paciente del Centro Médico de la Universidad de Vermont

1. Fundación nacional para la seguridad del paciente. (2017). Educación y recursos: Para pacientes a sus familias. Obtenido de <http://www.npsf.org/?page=patientsandfamilies2>

Pregunta del Blog:

¿Qué es una cosa que usted puede hacer para ser un consumidor de servicios médicos informado?