



mayo 2009

## CONSEJOS A LOS PACIENTES PARA MEJORAR LA SEGURIDAD EN SU ATENCIÓN EN LAS CONSULTAS DE ATENCIÓN PRIMARIA

A menudo no reparamos en la importancia de una preparación adecuada previamente a acudir a la consulta de un Centro de Salud. No siempre nos acordamos de decirle al médico toda la medicación que estamos tomando, si hemos adquirido alguna planta medicinal, de explicarle correctamente lo que nos ha dicho otro especialista (nos lo puede haber explicado mal o nosotros no haberlo entendido)... Por las prisas, nerviosismo o simplemente un olvido se pueden pasar por alto detalles importantes que pueden causar algún perjuicio al paciente. A estos perjuicios les llamamos **efectos adversos de la asistencia**.

Por ello, desde la semFYC trabajamos de forma continua para prestarle una atención cada vez más segura y por ello le pedimos que tenga en cuenta estas pautas que le señalamos a continuación cada vez que acuda a la consulta de su médico de familia o enfermera del Centro de Salud:

1. Antes de ir al médico o a la enfermera HAGA UNA LISTA CON LOS TEMAS QUE USTED QUIERE CONSULTAR.
2. Si le preocupa no acordarse de todo o no entender alguna cosa, HÁGASE ACOMPAÑAR por una persona de su confianza
3. PREGUNTE SIEMPRE que tenga dudas. Aprenda sobre su enfermedad y su tratamiento, haciendo preguntas a su médico o enfermera.
4. TENGA UNA LISTA CON TODOS LOS MEDICAMENTOS que está tomando, incluyendo vitaminas, plantas medicinales, etc. Anote el nombre de los medicamentos, la dosis, cuándo y cómo tiene que tomarlos y durante cuánto tiempo. Su enfermera, médico o farmacéutico le ayudarán a hacerla. LLEVE SIEMPRE UNA FOTOCOPIA DE ESA LISTA CON TODOS LOS MEDICAMENTOS QUE TOMA, a todas las visitas que haga a su centro de salud u hospital, público o privado.
5. Si en algún momento le cambian la medicación, informe a su médico de cabecera



6. NO TOME MEDICAMENTOS de otras personas SIN CONSULTAR con su médico.
7. CUANDO VAYA A OTROS MÉDICOS no olvide solicitar un informe de lo que hayan hecho. GUARDE SUS INFORMES y los resultados de las pruebas que le hagan en una carpeta. Entregue fotocopias si se lo solicitan, no se desprenda del informe original.
8. INFORME A SU MÉDICO Y ENFERMERA DE TODAS LAS VISITAS que haga a otras consultas.
9. Si le han tenido que hospitalizar, cuando le den el alta PONGA AL DÍA LA LISTA con su médico de cabecera de medicamentos que ha de tomar. NO ACUMULE MEDICAMENTOS
10. SI ES USTED ALERGICO A ALGÚN MEDICAMENTO, RECUERDESELO **SIEMPRE** A TODAS LAS PERSONAS QUE LE ATIENDAN.

**Enlaces para saber más:**

<http://www.sanoysalvo.es>

<http://www.ocu.org/salud-y-bienestar-s15601/p169041.htm>

<http://www.fbioseplaporte.org/2008/>