

Información de Salud para las Personas de la Tercera Edad

Selección del médico

La señora Rodríguez se llevó una enorme sorpresa hace unos días al llamar a su médico para pedir una cita. La recepcionista le contó que el Dr. Gómez se jubilaba a finales del año. ¡Después de todo este tiempo — tras décadas de gripa, infecciones de la vejiga y la horrible fractura de la muñeca; tras ayudarla a superar la menopausia — ahora la abandonaba! La señora Rodríguez no sabía qué iba a hacer para encontrar un nuevo médico...

El tío Esteban se quejaba con su sobrino Javier. Este nuevo plan de seguros de salud con servicios coordinados parecía una buena idea al principio, pero

ahora no estaba muy seguro. Al fin de cuentas, ¿qué significa médico de cuidado primario? ¿No podía simplemente continuar yendo a donde el Dr. Torres para que lo tratara de la artritis? Javier suspiró, preguntándose cómo le iba a ayudar al tío Esteban a encontrar todo un nuevo grupo de médicos.

Historias como éstas se están volviendo demasiado comunes. El hallar un buen servicio médico puede resultar un poco complicado a cualquier edad, pero para la gente mayor, ésta tarea resulta aún más difícil. Sin embargo, es importante contar con un médico de cuidado primario que le conozca a usted y todos sus problemas de salud. Aun si usted consulta a otros médicos para ciertas condiciones de salud, por ejemplo, un especialista de corazón (cardiólogo), su médico de cuidado primario estará en comunicación con esos especialistas y coordinará todo el cuidado de su salud.

La selección del médico es una de las decisiones más importantes que cualquier persona pueda tomar. El mejor momento para tomar esa decisión es cuando aún se es saludable y se tiene tiempo para pensar verdaderamente en las distintas opciones. Si no tiene médico o está pensando cambiarlo, las siguientes ideas le pueden ayudar a encontrar el más apropiado para usted.

¿Qué debe buscar usted en un médico?

Obviamente, usted quiere un médico que esté bien preparado y que sea competente. Al seleccionar a un médico, debe pensar en otros aspectos, como los siguientes:

- ◆ Certificación de la Junta de su especialidad. Los médicos certificados en su respectiva especialidad reciben capacitación adicional después de salir de la facultad de medicina para convertirse en especialistas en un campo de la medicina, como por ejemplo, medicina de familia, medicina interna, o geriatría.
- ◆ Estilo de comunicación. Un médico que lo conozca bien estará en una mejor posición de ayudarlo a prevenir algunos problemas de salud y manejar los que surjan. Debido a que la comunicación es un factor clave para el buen cuidado de la salud, usted también querrá contar con un médico que escuche cuidadosamente todas sus inquietudes, conteste sus preguntas y explique las cosas de manera clara y detallada.
- ◆ El tipo de seguro médico que el médico acepta; ¿acepta él/ella los pagos predeterminados de Medicare? Consulte la casilla sobre servicios administrados para mayor información.

- ◆ La ubicación del consultorio del médico — ¿será fácil para usted llegar allí?
- ◆ ¿Dónde se practican los exámenes de laboratorio para los pacientes — en el consultorio del médico o en un lugar distinto?
- ◆ ¿El personal de la oficina le tramitará sus reclamaciones de seguro médico?
- ◆ ¿Qué hospital utiliza el médico para tratar a sus pacientes?
- ◆ ¿El médico trabaja con otro grupo de médicos? De ser así, ¿quiénes son los otros médicos y cuáles son sus especialidades?
- ◆ ¿Quién reemplaza al médico si él/ella se encuentra fuera de la ciudad o no está disponible?
- ◆ ¿Con autorización suya, el médico compartirá información con un miembro de la familia?
- ◆ ¿Qué idiomas habla el médico?

Un buen paso inicial consiste en elaborar una lista de los aspectos más importantes para usted. Luego, repase la lista de nuevo y clasifíquela por orden de importancia.

¿Qué tipo de médico debe usted seleccionar?

En el caso de su médico de cuidado primario, es posible que usted quiera un médico general o un médico de familia, un internista o un geriatra.

- ◆ Los médicos generales prestan atención médica en una amplia gama de problemas médicos. No se enfocan en un área específica de la medicina.
- ◆ Los médicos de familia son similares a los médicos generales pero poseen capacitación adicional que les permite enfocarse en la atención médica de todos los miembros de la familia, no importa cual sea la edad.
- ◆ Un internista es un médico para adultos. Algunos internistas reciben entrenamiento adicional para convertirse en especialistas. Por ejemplo, los cardiólogos son internistas que se especializan en enfermedades del corazón.
- ◆ Los geriatras se especializan en el cuidado de los adultos de mayor edad. Un geriatra está entrenado en medicina de familia o medicina interna, pero posee entrenamiento adicional en el cuidado de ancianos.

Cómo encontrar un nuevo médico

Una vez que usted tenga una idea acerca de lo que pretende encontrar en un médico, pregúntele a la gente que conoce sobre los médicos que les gustan y que los atienden. Los amigos, los compañeros de trabajo

y otros profesionales de la salud, pueden serle de gran ayuda. Usted puede facilitarles que le informen acerca de los médicos que les gustan haciéndoles preguntas como, “¿Qué le gusta acerca del Dr. Smith?”

Un médico cuyo nombre surge a menudo puede ser una opción muy buena. Le puede ser útil tener varios nombres de donde escoger, en el caso de que el médico que usted seleccione no esté aceptando pacientes nuevos o no esté inscrito en su plan de seguro médico.

Si usted pertenece a un plan de servicios médicos coordinados, usted puede obtener una lista de médicos en la oficina del plan para servicios a los miembros. Sus opciones se limitarán a aquellos médicos que están inscritos en el plan.

Si necesita ayuda adicional para buscar nombres de médicos, comuníquese con su hospital seleccionado, la sociedad local de medicina, los servicios locales de remisión de médicos, facultades de medicina cercanas o centros médicos universitarios de su área.

¿Cómo se toma una decisión con base en la información obtenida?

Una vez haya seleccionado dos o tres médicos, llame a sus consultorios. El personal del consultorio le puede dar

información acerca de la educación y el entrenamiento del médico. También le pueden decir acerca de las normas de la oficina, las pólizas de seguros que la oficina acepta usualmente, los métodos de pago y los hospitales dónde el médico le está permitido admitir pacientes.

Es posible que usted desee asistir a una consulta simplemente para hablar con el médico antes de tomar la decisión final. Asegúrese de que él/ella sepa que usted está tratando de tomar una decisión acerca del médico. Es probable que le cobre dicha consulta; posiblemente su compañía de seguros no se la pague.

Haga una lista de preguntas que quiera formularle al médico. Por ejemplo:

- ◆ ¿Qué grupos de edad constituyen la mayor parte de sus pacientes?
- ◆ ¿Cómo maneja usted a los pacientes que sufren de muchos problemas de salud? ¿Generalmente trata usted todos los problemas, remite a los pacientes, o hay algunos problemas con los cuales la gente de mayor edad simplemente tiene que aprender a vivir?
- ◆ ¿Cuáles cree usted que son los asuntos de atención médica preventiva más importantes en los pacientes de mayor edad? ¿Cómo los maneja?

- ◆ ¿Cuál es la mejor manera en que debo prepararme para una consulta con usted? Por ejemplo, ¿debo llevar mis preguntas por escrito?
- ◆ ¿Me daría usted sus instrucciones por escrito?
- ◆ ¿Puedo ir acompañado de un miembro de mi familia (cónyuge, hija o hijo) a mis consultas con usted?
- ◆ ¿Si yo lo autorizo, se siente cómodo hablando con mi familia acerca de mi condición?
- ◆ ¿Cómo involucra usted a sus pacientes en las decisiones respecto a la atención médica?
- ◆ ¿Trata usted a muchos pacientes con el mismo problema crónico de salud que tengo yo (por ejemplo, la diabetes)?

Después de la reunión, pregúntese si se sintió cómodo y si el médico le inspiró confianza. ¿Se sintió tranquilo al formular las preguntas? ¿El médico le respondió las preguntas claramente? Si no se siente seguro, programe una consulta con otro de los médicos de su lista.

La primera consulta

Después de seleccionar a un médico, pida su primera cita. Durante esta consulta, el médico probablemente

elaborará una historia médica y le formulará preguntas acerca de su salud. Es posible que también formule preguntas relacionadas con la salud de los miembros de su familia. El médico también lo examinará. Asegúrese de llevar sus últimos récords médicos (o asegúrese de enviarlos). Lleve también todas las medicinas que toma para mostrárselas al médico. Incluya medicinas tanto recetadas como no recetadas, como vitaminas, suplementos y gotas para los ojos. Haga una lista de todas las alergias a medicinas o reacciones fuertes a medicinas que haya sufrido. Durante esta consulta, tómese el tiempo necesario para formularle todas las preguntas que aún tenga pendientes acerca del médico y de su ejercicio profesional.

Una vez que haya encontrado un médico que le gusta, su tarea no acaba. Una buena relación entre médico y paciente es como una sociedad. Tanto usted como su médico deben trabajar conjuntamente para solucionar sus problemas de salud y mantener su buena salud. Hallar un buen médico que se adapte a sus necesidades es un primer paso importante. La buena comunicación con el médico y con el personal del consultorio es la clave.

¿Cómo afecta el plan de servicios médicos coordinados su selección de los médicos?

La mayoría de las personas de 65 años de edad o más tienen derecho al seguro para hospitalización de Medicare (Parte A). También se pueden registrar en el seguro médico de Medicare (Parte B) pagando una tarifa mensual. El seguro médico de Medicare ayuda a pagar las consultas con el médico. También cubre muchos otros servicios y artículos médicos no cubiertos por la Parte A de Medicare.

Mucha gente de mayor edad utiliza el programa original de seguro de salud de servicios por tarifa de Medicare. Bajo este programa, usted puede consultar a cualquier médico o profesional de la salud que usted seleccione. Usted generalmente paga el deducible y el co-seguro de Medicare, junto con otros costos no cubiertos por Medicare. Medicare paga el resto. Según este plan, usted maneja las cuentas y los pagos.

Otra opción es el plan de servicios médicos coordinados de Medicare. Cuando usted se afilia a un plan de éstos, usted selecciona su médico de una lista de médicos de cuidado primario que forman parte de la red de dicho plan; su médico de cuidado primario luego coordina todas sus necesidades de atención médica. Si usted no escoge un médico de cuidado primario, el plan de servicios médicos coordinados le asignará uno.

En algunos planes de servicios coordinados, usted puede consultar a un médico que no pertenezca a la red, pero le costará más dinero. Además, tendrá que pagar un pequeño co-pago por concepto de algunos servicios y consultas.

Hoy día, hay muchos tipos distintos de planes de servicios médicos coordinados. Sus beneficios, costos y reglamentos varían. Asegúrese de comparar cada plan y de considerar el tipo de seguro (servicio por una tarifa versus plan de servicios médicos coordinados) que mejor se adapte a su situación.

Para mayor información acerca de los beneficios de Medicare, llame a cualquier oficina de Administración de Seguridad Social que aparezca en su directorio telefónico. O puede comunicarse con la línea para llamadas gratis de Medicare en el número 1-800-MEDICARE. Vía Internet también encontrará información pertinente a la elegibilidad, inscripciones, planes de seguro, así como información adicional en relación con Medicare. Visite la página web de Medicare en la siguiente dirección <http://www.medicare.gov>.

¿A dónde puede acudir en busca de ayuda adicional?

Los siguientes grupos de profesionales pueden ayudarlo a encontrar un médico:

American Geriatrics Society (AGS)

Sociedad Americana de Geriatras
770 Lexington Avenue, Suite 300
New York, NY 10021

American Geriatrics Society
Línea Telefónica de Remisión
de la AGS: 1-800-247-4779

(llamada gratis)

Página Web:

<http://www.americangeriatrics.org>

American College of Physicians-

American Society of Internal

Medicine *Colegio Americano de Médicos-Sociedad Americana de Medicina Interna*

190 North Independence Mall West
Philadelphia, PA 19106-1572

Teléfono: 1-800-523-1546

(llamada gratis)

Fax: 215-351-2829

Correo electrónico:

interpub@mail.acponline.org

Página Web: <http://www.acponline.org>

American Academy of Family Physicians *Academia Americana de Médicos de Familia*

11400 Tomahawk Creek Parkway
Leawood, KS 66201

Teléfono: 1-800-274-2237

(llamada gratis)

Fax: 913-906-6094

Correo electrónico: fp@aafp.org

Página Web: <http://www.aafp.org>

American Medical Association

Asociación Médica Americana

515 North State Street

Chicago, IL 60610

Teléfono: 1-800-621-8335

(llamada gratis)

Fax: 312-464-5600

Página Web: <http://www.ama-assn.org>

American Osteopathic Association

Asociación Osteopatiílla Americana

142 East Ontario Street

Chicago, IL 60611

Teléfono: 1-800-621-1773

(llamada gratis)

Fax: 312-202-8200

Correo electrónico: info@aoa-net.org

Página Web: <http://www.aoa-net.org>



**Centers for Medicare & Medicaid
Services** *Centros para Servicios de
Medicare y Medicaid*

7500 Security Boulevard,
Baltimore, MD 21244-1850

Teléfono: 1-800-MEDICARE
(llamada gratis)

Página Web: <http://www.medicare.gov>

Para mayor información

El Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento (NIA — The National Institute on Aging) distribuye un folleto gratuito denominado “Hablando con su médico: Una Guía para Gente Mayor”, así como información adicional sobre la salud y el envejecimiento. Para una copia gratis de estos materiales, comuníquese con:

Centro de Información del NIA

P.O. Box 8057

Gaithersburg, MD 20898-8057

Teléfono: 1-800-222-2225

(llamada gratis)

TTY: 1-800-222-4225

Correo electrónico: niainfo@jbs1.com

Página Web: <http://www.nih.gov/nia>



National Institute on Aging

Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento
Departamento de Salud y Servicios Humanos
de los Estados Unidos
Servicio de Salud Pública
Institutos Nacionales de Salud
Septiembre de 2002