

El día de la visita médica por EM/SFC

(Encefalomiелitis miálgica/síndrome de fatiga crónica)

El día de la cita médica, intente llegar un poco temprano, pero también esté preparado para esperar un poco si el proveedor de atención médica está atrasado. A todos nos gusta que nos atiendan con puntualidad, pero, a veces, los proveedores necesitan tomar más tiempo con otros pacientes. Use ese tiempo para asegurarse de haber llenado todas las hojas o formularios. Asegúrese de que el personal de recepción tenga su información correcta. La siguiente lista puede ayudarlo a aprovechar la visita médica al máximo.

DURANTE LA VISITA



Priorice



Comparta



Pregunte



Responda



**Pida
aclaraciones**



Imprima

- Debido a que muchas veces el tiempo de las visitas es limitado, será útil **hacer una lista** de los motivos por los cuales pidió la consulta. Comience por los problemas que más le preocupan (a veces se los llama “el motivo de la consulta”).
- **Comuníquese atentamente con el proveedor**, ya que esta puede ser la parte más valiosa de la visita. Si su proveedor todavía necesita alguno de sus registros anteriores, **pida firmar los formularios necesarios** para autorizar que se los manden.
- **Haga preguntas** y empiece con las más importantes. No dude en pedirle al proveedor que le aclare sus respuestas si no le quedaron claras.
- Esté preparado para **describir sus niveles de actividad y las actividades que empeoran la enfermedad**.
- **Responda las preguntas que le haga el proveedor**. Explique cómo se siente. Sea directo y no sienta vergüenza de hablar de nada.
- Dígale si hay algún cambio en **los medicamentos recetados o suplementos** que toma.
- Asegúrese de **entender los siguientes pasos**. Repita lo que el proveedor le diga para verificar que entiende. (Por ejemplo, podría preguntar: “¿Entonces, debo ir al laboratorio la próxima semana con estos formularios para que me extraigan sangre?”). Otras preguntas podrían ser:
 - ¿Tendré que hacerme más pruebas?
 - ¿Cuándo y cómo recibiré los resultados?
 - ¿Cuándo debo regresar para otra visita?
- **Pida un resumen de la visita**. También le puede pedir que le escriba las instrucciones, los nombres de los medicamentos, etc. Si hay algún cambio en su plan de tratamiento, asegúrese de saber qué hacer. Si le da un medicamento nuevo, pregúntele por qué se lo da y qué debería pasar cuando empiece a tomarlo.

CS320795-I MLS-322548



Centers for Disease
Control and Prevention
National Center for Emerging and
Zoonotic Infectious Diseases

**Para obtener más información sobre
la EM/SFC, visite cdc.gov/me-cfs/es/.**