

Información para pacientes, familiares y cuidadores

Recomendaciones para
mejorar la calidad de
la atención sanitaria en la
Población Adulta





**Biblioteca
virtual**

Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la

Comunidad de Madrid y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.



www.madrid.org/publicamadrid



La Suma de Todos



CONSEJERÍA DE SANIDAD

Comunidad de Madrid

www.madrid.org



**Observatorio Regional
de Riesgos Sanitarios**



SOCIEDAD MADRILEÑA DE MEDICINA
DE FAMILIA Y COMUNITARIA



Sociedad Española
de Medicina General



Servicio Madrileño de Salud


Dirección General de
Atención al Paciente

 **Comunidad de Madrid**



Recomendaciones para ayudar a mejorar la calidad de la atención a los pacientes

Mejorar la calidad de la asistencia es el objetivo principal de todas las organizaciones que prestan servicios sanitarios




La atención sanitaria conlleva beneficios evidentes para los pacientes pero también riesgos de que ocurran efectos

no deseados. Aunque estos son hechos excepcionales y suelen ser causados por la complejidad del sistema de atención sanitaria, debemos intentar evitarlos. También pueden ocurrir cuando los profesionales sanitarios y los pacientes tienen problemas para comunicarse.

Los pacientes que participan en su proceso de atención y están informados tienen una mayor probabilidad de aceptar el tratamiento elegido por el médico y de hacer lo necesario para contribuir a que el tratamiento alcance los resultados esperados.



Estas recomendaciones tienen el objetivo de ayudar a los pacientes, familiares y cuidadores a recibir una mejor atención sanitaria y evitar que ocurran efectos no deseados



¿Cómo puede participar en su propia atención sanitaria? ¿Qué puede hacer usted?



La manera más importante de prevenir efectos no deseados es participar activamente en su propia atención sanitaria

Esto significa participar en cada decisión que se tome respecto a su salud. Los estudios nos indican que los pacientes que están involucrados en su cuidado tienden a obtener mejores resultados.

Es un derecho y una necesidad para cualquier persona que cuide de su salud o la de otro.

Pregunte si tiene preocupaciones o dudas

Asegúrese que todos los profesionales de la salud que participan en su atención tengan toda la información importante acerca de usted

No es conveniente suponer que todos saben todo lo que tienen que saber y no se debe dudar en preguntar e informar a los profesionales.

A continuación se encuentran algunas recomendaciones específicas sobre los aspectos que podemos mejorar entre todos

1 Asegúrese que los médicos y enfermeras que le atienden saben todos los medicamentos que usted usa. Esto incluye medicamentos recetados o sin receta y suplementos dietéticos como vitaminas y productos de herbolario

Aprovechando una visita y por lo menos una vez al año, lleve a su médico o enfermera todos los medicamentos y suplementos que usted toma. Conocer los medicamentos que consume en ese momento favorece que usted y el profesional sanitario hablen sobre ellos y permite que se mantenga su historia clínica al día, lo que contribuye a obtener una mejor atención sanitaria.



2 Antes de utilizar medicamentos nuevos, consulte con su médico o enfermera

No es recomendable comprar fármacos sin receta. Adquirir medicamentos por su cuenta puede poner en riesgo su salud.

3 Asegúrese que su médico y enfermera conozcan cualquier alergia o reacción adversa que haya tenido a los medicamentos

Es importante que usted recuerde el nombre (o lo lleve escrito) del fármaco que le haya producido una reacción importante. Esto puede ayudar a que usted no reciba un medicamento que pudiera causarle daño.

4 Cuando el médico le extienda una receta, asegúrese que entiende lo que está escrito

Si usted no puede leer la letra del médico, puede ser que el farmacéutico tampoco pueda hacerlo.

5 Cuando recoja su medicamento en la farmacia compruebe que coincide con el que le han prescrito

En caso de que el farmacéutico lo sustituya por otro, asegúrese de que es equivalente y se utiliza de la misma forma.

6 Pida información sobre el medicamento en términos que usted pueda entender



- ¿Cómo se llama el medicamento?
- ¿Para qué es el medicamento?
- ¿Con qué frecuencia tengo que tomar el medicamento y durante cuánto tiempo?
- Si es un medicamento que necesita preparación, ¿cómo tengo que hacerlo?
- ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios y qué debo hacer si se presentan?
- ¿Es seguro tomar este medicamento con los otros medicamentos que tomo o con los suplementos dietéticos?
- ¿Qué alimentos, bebidas o actividades debo evitar mientras esté tomando este medicamento?

7

Pregunte a los profesionales sanitarios y/o al farmacéutico cuál es la mejor forma para medir los medicamentos líquidos. Si el producto lleva un dispositivo especial, pregunte cómo usarlo si no lo entiende

Los estudios indican que algunas veces hay problemas para medir correctamente los medicamentos líquidos. Los dispositivos especiales, como las jeringas marcadas, ayudan a medir la dosis correcta.

La explicación de cómo usarlos le ayudará aún más. Lo indicado es utilizar el que ofrece el producto y lavarlo tras cada uso.

RECUERDE

1 ml = 1 cm³

1 ml (mililitro) corresponde a
1 cm³ (centímetro cúbico)



8

Lea con atención el prospecto antes de tomar el medicamento y si tiene alguna duda pregunte al médico, enfermera o farmacéutico

9

Si se le realiza algún tipo de análisis o prueba, pregunte para qué se le realiza, si necesita preparación, las complicaciones o efectos secundarios que puede tener y cuándo estarán los resultados

No olvide citarse con su médico para ver los resultados de estas pruebas.

10 Si está hospitalizado

- Asegúrese de estar correctamente identificado con el sistema que utilice el hospital.
- Infórmese de qué médico y enfermera están a cargo de su atención.
- Si va a ser operado, asegúrese que entiende lo que le van a hacer, por qué motivo y si está conforme, de su consentimiento.
- Cuando vayan a darle de alta, pídale al médico y a la enfermera que le expliquen el plan de tratamiento que debe seguir en casa. Pida su informe escrito de alta y la medicación necesaria hasta el momento en que pueda acudir a su médico de Atención Primaria.
- No se olvide llevar el informe de alta hospitalaria a su médico y enfermera del Centro de Atención Primaria.



RECUERDE

**Con su ayuda podemos mejorar
la calidad de su atención sanitaria**