

Hablar con los proveedores de atención a la salud

Hablar con médicos, enfermeras y especialistas sobre la lesión de su ser querido puede ser una experiencia abrumadora. *¡Muchas familias de guerreros heridos dicen que con frecuencia no saben qué preguntas hacer!* Estas son preocupaciones comunes, especialmente cuando las familias están bajo gran tensión.

Recuerde que hay gente en el hospital que entiende cómo se siente usted y desean ayudarle a pasar estos momentos desafiantes.

Éstas son algunas sugerencias para hablar con los proveedores de atención a la salud que pueden ayudarle a obtener la información que necesita mientras esté en el hospital y durante todo el proceso de recuperación. Algunas preguntas concretas que puede hacer aparecen en el reverso del folleto.

- **No se sienta avergonzado o tímido por pedirle a un médico, enfermera o profesional de la atención a la salud que repita, explique o diga en un lenguaje más sencillo cualquier cosa que usted no entienda.** Tiene el derecho a entender todo lo que sea importante de esta lesión, su tratamiento y su papel en el proceso de recuperación.
- **Tenga a mano papel y pluma o lápiz para anotar cosas.** Si no tiene nada a mano, pídaselo al médico o a la enfermera, y pida su ayuda para anotar cualquier información importante.
- **Para cualquier conversación médica importante o prolongada, intente conseguir guardería para el niño pequeño que le esté acompañando.** De ese modo, puede procesar la información y protegerlo de escuchar algo que pueda asustarlo.
- **Si el inglés no es su lengua materna, pida un intérprete.** Los hospitales deben tener a alguien que hable su idioma, o bien traiga a un amigo que hable inglés y que pueda ayudarle. *Incluso si el inglés es su lengua materna, muchas personas sienten que tener un amigo presente les ayuda a anotar las cosas o ayudarles a escuchar y procesar todo lo que se dice.*



Center for the Study of Traumatic Stress (CSTS)
Department of Psychiatry
Uniformed Services University of the Health Sciences
4301 Jones Bridge Road, Bethesda, MD 20814-4799
Tel: 301-295-2470 | Fax: 301-319-6965
www.usuhs.mil/csts | www.CSTSONline.org

*CSTS is a partnering center of the Defense Center of Excellence for Psychological Health and Traumatic Brain Injury, and
A component site of the National Child Traumatic Stress Network*