



## La comunicación con su médico

### Usted debe mantener una comunicación con su médico para que sus necesidades médicas sean satisfechas

Con frecuencia, el tratamiento del cáncer implica recibir la atención de más de un médico. Puede que incluso cuente con un equipo de médicos, personal de enfermería y otras personas que le brinden atención. Quizás usted obtenga información de muchas de estas personas, pero es una buena idea elegir a un solo médico a quien puede acudir con sus preguntas. Tal vez opte por el médico que ve con más frecuencia, aunque algunas personas eligen a otro doctor.

Debe sentirse cómodo(a) con su médico. En ocasiones, sin embargo, cuesta un poco de trabajo y tiempo antes de lograr esto. Tome tiempo para hacerle preguntas a su médico y hacerle saber sus preocupaciones. Asimismo, su médico debe tomarse el tiempo para contestar sus preguntas y escuchar sus preocupaciones. Si usted y su médico tienen puntos de vista similares acerca de compartir la información y tomar decisiones, es probable que lleven una buena relación y sus necesidades serán satisfechas.

### Pregúntese, “¿Cuánto deseo saber?”

El primer paso para sentirse bien sobre las conversaciones con su médico es tener una idea de cuánta información usted quiere recibir.

Tal vez desee saber muchos detalles de su enfermedad. Algunas personas se sienten que están en control cuando saben todo acerca de lo que les está pasando. Decidir qué tantos detalles desea saber sobre el cáncer y su tratamiento le resultaría útil, comuníquese a su médico.

Tal vez usted sólo quiera un resumen general. A algunas personas les moleste recibir demasiados detalles, y solo quieren indicaciones sencillas: qué pastilla tomar o cuál será su tratamiento y cuándo empezará. Se sienten abrumados con los detalles médicos y prefieren dejarle la mayoría de las decisiones al médico.

Mientras usted tal vez quiera saberlo todo, otras personas quieren hablar sobre las ventajas y las desventajas de todas las opciones antes de comenzar cualquier clase de tratamiento. Estas personas encuentran fuentes de información confiables y aprenden todo lo que pueden sobre lo que están enfrentando. Tratan de comprender totalmente el cáncer que padecen y lo que pueden esperar de la enfermedad.

No tema decirle a su médico cuánta información, poca o mucha, desea saber.

## Cómo compartir la información

Cada persona tiene su propia manera de compartir información. Por esta razón, un médico que resulta ideal para una persona puede no serlo para otra. Piense qué es lo que busca en un médico. Algunas personas prefieren a un médico que comunique la información clínica en un estilo formal de negocio. Puede que lo que busquen sean datos, conocimientos y un tratamiento excelente. Tienen la expectativa de que el médico se maneje como un experto más que como un amigo.

Otras personas prefieren que sus médicos sean más "atentos y gentiles". Valoran mucho al médico que está consciente del estado emocional de sus pacientes así como sus necesidades médicas. Buscan un médico que sea como un amigo en lugar de un "jefe" o un socio de negocios.

Cuando esté seguro de cómo quiere que se le trate como paciente, es tiempo de saber cuál es la mejor manera de comunicarse con el médico que ha seleccionado.

## Haga preguntas

Escriba sus preguntas conforme vayan surgiendo entre las visitas y llévelas con usted en la próxima cita. Éstas son algunas preguntas que usualmente su médico puede contestar. Tenga en cuenta que las enfermeras y demás participantes de su equipo de atención médica podrán también responder a muchas de sus preguntas.

- ¿Qué tipo de cáncer padezco? ¿Cuál es mi diagnóstico?
- ¿Qué tratamiento me recomienda?
- ¿Hay otros tratamientos?
- ¿Cuáles son los beneficios de estos tratamientos?
- ¿Cuáles son los riesgos?
- ¿Qué medicinas me está dando? ¿Para qué son?
- ¿Qué puedo esperar sentir durante el tratamiento?
- ¿Qué efectos secundarios puedo esperar tener?
- ¿Qué se puede hacer acerca de los efectos secundarios?

Cuando su médico le dé instrucciones, anótelas. Asegúrese de que sabe lo que necesita antes de salir del consultorio. Usted necesita seguir las instrucciones al pie de la letra. Le recomendamos que lleve un diario escrito de las preguntas e inquietudes concernientes a su salud. Llévelo consigo a las citas para ayudarle a recordar lo que le quiere decirle a su médico.

A continuación se presentan otros asuntos que probablemente desee hablar con su médico antes y durante el tratamiento:

- ¿Cómo afectará el tratamiento las cosas importantes en mi vida? Por ejemplo, ¿la enfermedad o el tratamiento me impedirá trabajar o hacerme cargo de mi familia? ¿Cómo puede lidiar con la enfermedad si vivo solo? ¿Podré tener hijos después del tratamiento? ¿Tendré alguna limitación física? Una vez más, si desea más información acerca de su tratamiento no dude en preguntarle a su médico. Pregunte si tiene documentación escrita que le pueda proporcionar.
- ¿Está bien retrasar el comienzo del tratamiento? Tal vez usted tenga unas vacaciones planeadas o quiera asistir a una boda, graduación u otro evento importante antes de comenzar el tratamiento. Quizás usted sienta que su médico está esperando mucho para hacer la cirugía o comenzar la radiación o la quimioterapia. Es posible que usted sienta que cada día que pasa es uno que se pierde cuando usted podrían estar luchando contra el cáncer. Consulte con su médico sobre esto. Puede que sea seguro retrasar el tratamiento por un corto periodo de tiempo. Además, en algunos casos es mejor tomar tiempo para informarse tanto como usted pueda sobre su salud general y el cáncer con el fin de saber cuál tratamiento es el más apropiado para usted.
- ¿A qué hora puedo llamarle en caso de tener alguna duda? Algunos médicos tienen un horario especial para contestar las llamadas. Espere que su médico le llame, pero recuerde que probablemente no pueda obtener una respuesta rápida si otro paciente tiene alguna crisis. En muchos casos, la enfermera también podrá responder a sus preguntas.
- ¿Quién más tendrá información acerca de mi caso? ¿Debe algún otro médico mantenerse informado de mi caso? Puede que usted quiera que el médico le comunique su condición a su cónyuge, familiares u a otros seres queridos. Piense en las opciones e indíquele a su médico lo que desea. Puede que tenga que firmar un formulario que le otorga al médico el permiso para hablar con ciertas personas. Para más información sobre la confidencialidad del paciente, consulte el documento de la Sociedad Americana del Cáncer “*What Is HIPAA?*”.
- Informe siempre a su médico sobre cualquier efecto secundario debido a su tratamiento o al cáncer en sí. Puede que sea muy importante para su médico saber los síntomas físicos que presente durante (e incluso después) del tratamiento. Las personas con cáncer pueden padecer dolor, náuseas, cansancio y problemas con la respiración, el sueño, el apetito, las evacuaciones, entre otros problemas. Con la ayuda de su médico, se pueden prevenir o mitigar muchas molestias. Informe al médico lo siguiente :
  - Qué clase de síntoma está presentando y cómo se siente exactamente.

- La hora del día cuando nota usualmente este síntoma.
  - Cuán grave es.
  - Dónde lo siente en su cuerpo.
  - Cuánto tiempo dura.
  - Qué, si algo, alivia o empeora el síntoma.
  - De qué manera o maneras afecta o interfiere con su vida diaria.
- Si continúa teniendo problemas, informe a su médico qué funciona y qué no. La mayoría de las personas tienen que tratar más de una manera para mantener los síntomas bajo control.
  - Si se siente triste, abrumado o sin esperanzas gran parte del tiempo y sus sentimientos persisten, méncionele esto al médico. Existen muchas clases de angustias emocionales que surgen con el cáncer y su tratamiento. Puede que usted padezca un problema que pueda ser tratado. Consulte nuestro documento *Distress in People With Cancer* para más detalles.

Sobre todo, su médico debe tomar en serio sus preguntas. Deberá interesarse por sus preocupaciones y no hacerle sentir prisa por terminar la consulta. Si su médico no responde de esta manera, méncionelo en su siguiente visita.

## Cómo recordar lo que su médico dice

Recuerde que es difícil comprender información compleja cuando se tiene ansiedad o temor. Además, sin darse cuenta, a veces los médicos utilizan palabras que sus pacientes no comprenden. Si no entiende algo, pida al médico que se lo explique.

Aun cuando el médico explique las cosas, es posible que usted no escuche o recuerde todo lo que se le está diciendo. A continuación se sugieren algunas maneras para ayudarle a recordar todo lo que el médico le dice. Decida cuál es la mejor manera para usted.

- Tome notas de lo que dice su médico.
- Pregunte si puede grabar las conversaciones.
- Haga que le acompañe un familiar o amigo para recordarle las preguntas que desea hacer y ayudarle a recordar lo que dijo el médico. También puede ser útil que esta persona hable con su familia acerca de su estado. Esto mantendrá a esa persona informada y ayuda a su familia a sentirse incluida sin que usted tenga que responder a tantas preguntas. Puede que usted quiera la ayuda de su familia en la toma de decisiones; por lo que debe mantenerlos informados.

## La relación entre el médico y el paciente

Una buena relación entre médico y paciente es una cuestión recíproca. A continuación se muestra cómo mantener una buena relación entre médico y paciente:

- Hable con su médico sobre cualquier cambio en el funcionamiento de su cuerpo, desde cómo duerme y sus hábitos de evacuación (ir al baño) hasta cualquier otro cambio, como dolores de cabeza. Tome nota para que le pueda informar todo al médico.
- Pregúntele a su médico qué cambios debe reportar inmediatamente durante las horas de consulta y qué cambios necesitarían una llamada de emergencia cuando no sea horario de consulta.
- Hable de sus preocupaciones acerca de cómo el cáncer ha afectado su vida. Sea honesto sobre sus hábitos, incluso si son hábitos de los que no se sienta orgulloso, como el hábito de fumar. Nunca oculte información. Lo que usted piensa que no tiene importancia podría afectar su tratamiento, o es posible que algo que usted considera grave pueda remediarse con facilidad.
- Haga una lista de todas sus preguntas y llévela a sus visitas con el médico. No se sienta vergüenza ni tenga temor de hacer ciertas preguntas. Aquí no hay preguntas "tontas". Consulte la lista de preguntas anterior para darse algunas ideas y después añada sus propias preguntas.

Asegúrese que su médico tiene una copia de las instrucciones más recientes sobre la atención que usted quiere recibir si llega el punto en que no puede tomar decisiones por sí mismo. A estas instrucciones se les llama instrucciones previas. Si usted desea aprender más, llámenos al 1-800-227-2345 y solicite el documento "Instrucciones por anticipado".

## La relación entre el médico y el paciente cuando se está en el hospital

Si usted está en el hospital, su relación con el médico podría cambiar un poco. Muchas otras personas estarán cuidando de usted durante este tiempo. Además, puede que su médico no sea el único que tome las decisiones de tratamiento.

Algunas veces las normas y las rutinas del hospital pueden chocar con las suyas. Dentro del hospital, se verá rodeado de ruidos y actividades, que en sí pueden provocar estrés. Algunos de estos problemas no se pueden evitar, pero usted puede hablar sobre esto con el personal de enfermería que le brinda atención. Ellos pueden ofrecerle ideas sobre maneras para lidiar con estos cambios, y cómo el personal puede ayudar a satisfacer sus necesidades. Tenga en cuenta que su médico en ocasiones también le puede ayudar a resolver problemas que pudieran surgir mientras usted se ajusta a las rutinas y prácticas del hospital.

Si tiene algún problema con su médico mientras se encuentra en el hospital, hay otras personas allí que pueden ayudarle. Hable con su enfermera, un trabajador social, o pida al hospital un representante de servicios al paciente. Ellos le pueden brindar apoyo y ayudarle a organizar sus pensamientos antes de hablar con su médico. Si usted lo autoriza, incluso pueden hablar directamente con su médico.

## No tema hacer preguntas a su médico

Tanto su médico como el resto de su equipo de atención médica quieren ayudarle y apoyarle en esta situación. Además, las personas que tienen cáncer por lo general desean mantener una buena relación con sus médicos. Una buena relación así no surge de la nada, requiere cuidado y esfuerzo de ambas partes. Trate de identificar sus necesidades y la mejor manera de comunicárselas a su médico. Trabajen juntos. Lo más probable es que ambos se vean beneficiados.

## Obtención de una segunda opinión

El tratamiento del cáncer es muy complejo, y algunas personas no saben qué preguntas hacer primero. No obstante, es posible que se pregunten si otro médico pudiera ofrecer algo diferente a su tratamiento. Puede que usted se dé cuenta que quiere consultar a otro médico que pueda analizar los resultados de las pruebas, quien puede hablar con usted sobre su situación personal, y quizás ofrecerle una manera diferente de lidiar con esto.

Algunas personas encuentran difícil decirles a sus médicos que les gustaría obtener una segunda opinión. Puede que le ayude saber que es común que los pacientes busquen una segunda opinión, por lo que la mayoría de los doctores no tienen problema con dicha solicitud. De hecho, algunas compañías de seguro requieren que obtenga una segunda opinión antes de comenzar su tratamiento. Si se siente inseguro sobre cómo comenzar a hablar con su médico sobre este tema, a continuación le sugerimos algunas ideas.

- “Antes de comenzar el tratamiento, me gustaría obtener una segunda opinión. ¿Podría ayudarme con esto?”
- “Si usted tuviera mi tipo de cáncer, ¿buscaría una segunda opinión?”
- “Creo que me gustaría hablar con otro médico para asegurarme de agotar todas mis alternativas”.
- “Estoy considerando obtener una segunda opinión. ¿Me puede recomendar a alguien?”

Usted puede pedirle a su médico que le refiera a otra persona, como se sugirió anteriormente. Además, puede que quiera leer el documento de la Sociedad Americana del Cáncer “Cómo elegir un médico y un hospital” para otras ideas.

Una vez que decida a quién acudir para una segunda opinión, pida que su historia clínica, sus radiografías originales y todos los resultados de sus pruebas le sean enviados al otro médico. De esta manera, no tendrá que repetirlos. Probablemente, usted necesitará pedirle ayuda con esta solicitud al personal del consultorio médico. Puede que necesite firmar un formulario de liberación de información para poder enviar sus documentos médicos al otro doctor o puede que usted mismo quiera llevar las copias de los documentos.

# Si tiene algún problema de comunicación con su médico

Si tiene problemas de comunicación con su médico, existen maneras de mejorar esta situación. Trate de resolver sus preocupaciones antes de decidir que su situación es irremediable.

Antes que nada, comunique su preocupación abiertamente y con la mayor honestidad posible. A continuación le presentamos algunas maneras que puede considerar para comenzar la conversación:

- "Estoy preocupado porque no existe buena comunicación entre nosotros, y le explicaré las razones".
- "Yo debo hablar con usted acerca de \_\_\_\_\_, y siento que no puedo. ¿Podemos hablar sobre esto?"
- "Yo sé que usted está muy ocupado, pero yo necesito hablar sobre \_\_\_\_\_ con usted. ¿Podemos hacer una cita para eso?"
- "Tengo dificultades para comprender \_\_\_\_\_. ¿Podría ayudarme?"

Si necesita más detalles después de que su médico conteste una pregunta, dígalos. Algunas veces es incluso útil hacer la misma pregunta de manera diferente. A menos que informe a su médico que algo no le ha quedado claro, éste probablemente pensará que usted ha entendido todo. No hay nada de malo decir a su médico que no entiende. Si usted quiere aprender más acerca de su tratamiento contra el cáncer, pídale a su médico que le sugiera algún material de lectura. Tenga en cuenta que las enfermeras también pueden ser importantes fuentes de información. Informarse más sobre su tratamiento puede ayudarle a participar activamente en éste.

Si no puede solucionar el problema durante las visitas de rutina con su médico, pida una cita especial para analizar el problema. Si el asunto concierne directamente su tratamiento del cáncer, acuda a la cita con la mayor información posible. Puede llamar a la Sociedad Americana del Cáncer al 1-800-227-2345 o visitar su página en Internet [www.cancer.org](http://www.cancer.org) para más información respecto a su tipo de cáncer y sus tratamientos. Siempre indíquele a su médico de dónde obtuvo la información y pídale su opinión.

Aunque usted sienta frustración o enojo, trate evitar mostrarse hostil con su médico. Muchas veces las personas se ponen defensivas cuando se sienten atacadas, esto no le ayudará a mejorar la comunicación. Exprese sus preocupaciones y preguntas con claridad y honestidad, sin hacer acusaciones.

¿Qué tiene que hacer si siente que ha puesto todo de su parte, pero la situación no ha mejorado? Tal vez podría hablar con otra persona sobre el problema. El jefe de enfermeras o su médico de cabecera probablemente quieran analizar el asunto con el médico. Algunas veces esto ocasiona menos tensión que tener que enfrentar al médico directamente, y su ayuda puede mejorar la situación.

Si no resulta, probablemente sea tiempo de buscar un nuevo médico. No se quede con un médico sólo para no herir sus sentimientos. El hecho de que se le refirió a un médico, no significa que usted no pueda decidir cambiar a otro. Es su cuerpo y usted tiene el derecho de encontrar al mejor médico para usted.

## **Información que tiene su médico y que usted necesitará más adelante**

En cierto momento, incluso si usted no cambia de médicos antes o durante el tratamiento del cáncer, es posible que necesite consultar a un médico nuevo. Es importante que usted le proporcione a su nuevo médico los detalles exactos de su diagnóstico y tratamiento. Asegúrese de que tenga disponible la siguiente información y que siempre guarde copias para usted:

- Una copia del informe de patología de cualquier biopsia o cirugía.
- Si se sometió a una cirugía, una copia del reporte del procedimiento.
- Si se le admitió en el hospital, una copia del resumen al alta que todos los médicos deben preparar cuando envían al paciente a su casa.
- Si se sometió a radiación, un resumen final de la dosis y el campo.
- Debido a que algunos medicamentos pueden causar efectos secundarios a largo plazo, una lista de todos sus medicamentos, las dosis de éstos, y cuándo los tomó.

Por lo general, usted puede solicitar copias de sus documentos al personal de la oficina del médico que trata su cáncer. Recuerde que algunas veces los médicos se trasladan a otros lugares y cierran las oficinas, así que solicite su expediente con anticipación en lugar de más tarde. Si el tratamiento o las pruebas se realizaron en un hospital, usted necesitará comunicarse con el departamento de expedientes médicos para averiguar cómo puede obtener su expediente. Los hospitales desechan los expedientes médicos después de cierto periodo de tiempo, de manera que no debe esperar mucho tiempo para solicitarlos. Ésta es la clase de información que usted necesitará guardar por el resto de su vida, ya que será solicitada por cualquier médico que consulte en el futuro.

## **Recursos adicionales**

### **Más información de su Sociedad Americana del Cáncer**

La información a continuación puede también serle de utilidad. Estos materiales se pueden solicitar a través de nuestra línea telefónica sin cargo o se pueden encontrar en nuestro sitio Web.

Cómo elegir un médico y un hospital

*Health Professionals Associated With Cancer Care*

Declaración de derechos del paciente

Instrucciones por anticipado

*Distress in People With Cancer*

La ansiedad, el miedo y la depresión

*What is HIPAA?\**

Consentimiento válido

Apoyo a los niños cuando un familiar tiene cáncer: cómo afrontar el diagnóstico

Independientemente de quién sea, podemos ayudarle. Llámenos a cualquier hora del día o de la noche, para obtener información y apoyo. Llámenos al **1-800-227-2345**, o visítenos en [www.cancer.org](http://www.cancer.org).

Last Medical Review: 2/9/2010

Last Revised: 2/9/2010

2010 Copyright American Cancer Society

For additional assistance please contact your American Cancer Society  
1 · 800 · ACS-2345 or [www.cancer.org](http://www.cancer.org)