



La comunicación con su médico

Su equipo de atención médica

Usted contará con un equipo de personas capacitadas que le ayudará a lidiar con el cáncer. Cada una de estas personas tiene destrezas especiales que usted pudiera requerir. Además, estas personas pueden indicarle dónde puede aprender más sobre el cáncer. Pueden responder a sus preguntas, ofrecer apoyo y referirle a los recursos de ayuda que estén a su alcance.

La comunicación con su equipo de atención médica es de importancia crucial cuando se enfrenta al cáncer. Los médicos y las enfermeras pueden ofrecerle mucha información. Usted les puede preguntar sobre:

- Su tipo de cáncer
- Opciones de tratamiento
- Efectos secundarios
- Lo que usted puede y debe hacer durante el tratamiento

Su necesidad de sentirse en confianza con los participantes de su equipo de atención médica. Formar un equipo sólido toma tiempo, cuidado y dedicación, pero vale la pena. Son personas que están colaborando con usted para combatir el cáncer.

Su médico

Su médico es uno de los integrantes cruciales de su equipo. Puede que tome un poco de trabajo y tiempo antes de que se sienta cómodo(a) con su médico. Tome tiempo para hacer preguntas a su médico y hacerle saber sus preocupaciones. Su médico también tiene que dedicar tiempo para escucharle y responder a sus preguntas.

Cada persona tiene su propia manera de compartir información. Por esto, un médico que sea ideal para una persona, puede que no lo sea para otra. Piense qué es lo que

busca en un médico. Algunas personas desean un médico que comparta los hechos de manera formal, no esperan que el médico sea su amigo. Otras personas desean que su médico tenga un estilo de “doctor de cabecera”, es decir, quieren a un médico con quien puedan tener una buena relación. Trate de averiguar cuáles son sus necesidades y dígaselas a su médico.

Su relación con su médico es importante. Pueden surgir problemas, y hablar sobre ellos con su médico resulta de utilidad. Exprese claramente sus inquietudes y deseos. Hable con precisión y dé ejemplos. Si no logra sentirse bien sobre la relación con su médico, puede que usted quiera considerar otras opciones, tal como cambiar de médico. Si esto ocurre, avise a su médico sobre su decisión y las razones de la misma. Solicite su ayuda para que pueda hacer el traspaso de su atención a su nuevo médico.

Pregúntese, “¿Cuánto deseo saber?”

Es aceptable que usted aprenda a su propio ritmo. Solo usted sabe cuándo está listo(a) para hablar, cuándo quiere aprender más sobre su cáncer y cuántos detalles usted quiere que le informen.

Tal vez desee saber mucho sobre su enfermedad. Algunas personas sienten que tienen más control cuando saben todos los hechos. O tal vez solo desee saber poca información a la vez. A algunas personas les altera que les den demasiados datos a la vez, pues se pueden sentir estresadas o abrumadas con tantos detalles. Algunas de estas personas pudieran preferir dejar en manos del médico la mayoría de las decisiones. Informe a su médico cuánta información, ya sea poca o mucha, desea saber.

Haga preguntas

No tema hacer preguntas. Muchos médicos esperan que le hagan preguntas, pero puede que usted no sepa qué preguntar. Con frecuencia es fácil olvidar las preguntas que usted o su ser querido pueda tener. Anotar las preguntas en cuanto surjan resulta útil, pues podrá llevarlas consigo durante su próxima consulta con el médico. A continuación se presentan algunas preguntas comunes que la gente tiene sobre el cáncer:

- ¿Qué tipo de cáncer tengo?
- ¿Qué tratamiento sugiere?
- ¿Hay otros tratamientos?
- ¿Cómo me ayudarán estos tratamientos?

- ¿Cómo pudiesen estos tratamientos afectarme? ¿Cuáles son los riesgos?
- ¿Cuáles medicamentos recibiré? ¿Para qué son?
- ¿Cómo me sentiré durante el tratamiento?
- En caso de haberlos, ¿cuáles son los efectos secundarios de los que tengo que estar pendiente?
- ¿Hay algún efecto secundario o señal inusual que necesito notificarle inmediatamente?
- ¿Qué se puede hacer sobre los efectos secundarios?
- ¿Cuál es la mejor hora de llamarle si tengo una pregunta o un problema? ¿Cuál es la expectativa sobre la cantidad de tiempo en que me devolverá la llamada?
- ¿Qué debo hacer si tengo un problema grave cuando su consultorio esté cerrado?
- ¿Debería buscar una segunda opinión? ¿Me puede sugerir a alguien?

¿Cómo puedo recordarlo todo?

Resulta difícil recordar toda la información que recibe cuando va al consultorio, por lo que es útil que se haga acompañar de la misma persona para todas sus citas con el médico. Esta persona puede recordarle las preguntas que desea hacer, así como ayudarle a recordar lo que dijo el médico.

También puede ser más fácil que esta persona hable con sus seres queridos acerca de su estado. Esto ayudará a mantenerlos informados sin que usted tenga que contestar muchas preguntas. Puede que usted quiera la ayuda de sus seres queridos, por lo que es recomendable que los mantenga informados.

Asegúrese de escribir, o que sus seres queridos escriban, lo que el médico le dice. Puede que desee grabar las conversaciones, solo asegúrese de confirmarlo con su médico antes de proceder.

Si necesita más detalles después de que su médico conteste una pregunta, dígalos. Puede ser útil hacer la misma pregunta de manera diferente. Algunas veces los médicos utilizan palabras que sean difíciles de entender. Si no entiende algo, pida a su médico que se lo explique. Tal vez ayude pedir fotografías, sitios web, videos, u otro material que pueda llevarse a su casa para revisarlo.

Escriba las instrucciones que su médico le indique. Asegúrese de saber lo que necesita antes de salir del consultorio. Siga las instrucciones al pie de la letra. Está bien llamar al consultorio del médico si después tiene más preguntas. A menudo, las enfermeras también le pueden ayudar.

Sobre todo, su médico debe tomar en serio sus preguntas. Deberá interesarse por sus inquietudes y no hacerle sentir prisa por terminar la consulta. Si su médico no responde de esta manera, hablen al respecto .

Asegúrese de que todos sus médicos se comuniquen entre sí.

A menudo usted tendrá varios médicos. Cada uno debe tener conocimiento de su cáncer y de su tratamiento. Haga una lista con el nombre de todos sus médicos, especialistas, números de teléfono y direcciones. Entregue una copia de esta lista a cada médico que esté en ella. Esto les facilitará comunicarse entre sí, compartir informes y expedientes médicos.

Es posible que tenga que firmar formularios en el que autorice que estos médicos compartan información y hablen sobre su caso. Esto se hace para proteger su confidencialidad. Cuando consulte a un médico, pregunte si ha hablado con sus otros médicos o si recibió sus informes.

Es su equipo de atención médica.

Usted también es un miembro importante de su equipo de atención médica. Su equipo contará con usted como un miembro activo. Esto significa acudir a sus citas, tomar las medicinas de acuerdo con las instrucciones, notificarle a su médico o enfermera sobre cualquier problema o inquietud que tenga, y hacerles preguntas cuando no entienda.

Al tomar un papel activo en su atención será más fácil determinar lo que necesita saber. Con ello también ayudará a asegurar que todos colaboren con usted en su lucha contra el cáncer. Algunas personas necesitan tiempo para aprender a ser un miembro activo del equipo. Se sorprenderá de ver lo buenos que usted y sus seres queridos se harán en esto con el transcurso del tiempo.

Tal vez usted nunca sepa tanto del cáncer y de su tratamiento como su médico, pero usted y sus seres queridos son los únicos que pueden decidir lo que es mejor para usted. Como parte de su equipo, recuerde que usted desempeña un papel importante en su cuidado.

Si necesita más información sobre cómo ser un participante activo en su equipo de atención médica o si tiene preguntas sobre el cáncer, llámenos a cualquier hora, de día o de noche al teléfono 1-800-227-2345.

Last Medical Review: 11/17/2015

Last Revised: 11/17/2015

2016 Copyright American Cancer Society

For additional assistance please contact your American Cancer Society
1-800-227-2345 or www.cancer.org