

ENCONTRAR UN PROVEEDOR

Utilice esta hoja de trabajo para organizar sus pensamientos y preparar preguntas para hacer al momento de seleccionar un nuevo proveedor de atención médica (por ejemplo, un médico de atención primaria, un especialista o un proveedor de salud mental).

CITA PREVIA

Sección 1: Información básica

1. ¿Cuál es el nombre completo y la especialidad del proveedor?
2. ¿A qué clínica u hospital está afiliado?

Sección 2: Seguro y costos

3. ¿Aceptan mi seguro médico?
☐ Sí
☐ No
☐ No estoy seguro/a. Necesito llamar a mi seguro.
4. ¿Hay copagos, deducibles o gastos de bolsillo por las consultas?
5. ¿Ofrecen planes de pago o tarifas con escala móvil (si no tiene seguro médico)?

Sección 3: Acceso y Disponibilidad

6. ¿Qué días y horarios están disponibles para citas?
☐ Temprano por la mañana
☐ Tarde por la noche
☐ Fines de semana
7. ¿Qué tan fácil es programar una cita?
☐ La misma semana
☐ Dentro de 2 semanas
☐ Más de 2 semanas
8. ¿Ofrecen telesalud o consultas virtuales?
☐ Sí
☐ No
9. ¿Disponen de servicios de interpretación (si los necesita)?
☐ Sí
☐ No
10. ¿Cómo es el transporte y el estacionamiento en el centro?

Programar cita

- | | |
|------------------------------|--|
| Día de la semana de la cita: | ¿Qué necesitas traer a la cita? |
| Mes de la cita: | |
| Fecha de la cita: | ¿Necesitas hacer algo antes de la cita? (Rellenar los formularios) |
| Hora de la cita: | |

DESPUÉS DE LA CITA

Sección 4: Estilo de comunicación

10. ¿Escuchan sus inquietudes y le explican las cosas con claridad?

- ☐ Sí
- ☐ No

Notas:

11. ¿Respetan sus antecedentes, valores y preferencias?

- ☐ Sí
- ☐ No

12. ¿Es fácil contactarlos entre visitas (por ejemplo, por teléfono o a través del portal)?

Notas:

Sección 5: Experiencia en la oficina y el personal

13. ¿El personal de la oficina es servicial y respetuoso?

14. ¿Cuál es el tiempo de espera habitual para las citas?

15. ¿La oficina está limpia, es accesible y es fácil llegar?

Notas:

Sección 6: Preferencias y valores personales

16. ¿Me siento cómodo con este proveedor? ¿Por qué?

17. ¿Tiene experiencia con alguna condición o necesidad específica que tenga?

18. ¿Apoya un enfoque colaborativo en la atención?

- ☐ Quiero un proveedor que tome decisiones conmigo
- ☐ Prefiero que el proveedor tome la iniciativa

Notas:

Consideraciones finales

¿Qué fue lo que más me gustó de este proveedor?

¿Hay alguna señal de alerta o inquietud?

¿Lo recomendaría a un amigo o familiar?

El consejo:

Complete y compare los pasos 1 a 3 para algunos proveedores diferentes antes de seleccionar uno para programar

Sigue aprendiendo

Visita nuestro sitio web escaneando el código QR para encontrar esta sesión y lecciones sobre otros temas.

¿Quieres reunirte con un Coach de Salud? Agenda tu cita en línea a través del mismo enlace.

