

ASOCIARSE CON UN PROVEEDOR DE ATENCIÓN PRIMARIA

¿QUÉ ES UN PROVEEDOR DE ATENCIÓN PRIMARIA?

Un proveedor de atención primaria (PCP) es un médico capacitado para prevenir, diagnosticar y tratar enfermedades o lesiones. Estará involucrado en su atención a largo plazo, lo mantendrá en camino para que se mantenga saludable y creará un plan para su salud futura.

Si todos vieran a un proveedor de atención primaria, se calcula que los EE.UU. ahorrarían

\$67B
cada año.

VENTAJAS PARA USTED:

Piense que sus proveedores de atención a la salud son un equipo. Su PCP actúa como el entrenador que coordina su salud a lo largo de su vida. Le brindarán guías para que se mantenga saludable, prevenga enfermedades y asuma parte de la responsabilidad de su bienestar mental y físico. También puede trabajar con un especialista, pero, en la mayoría de los casos, un proveedor de atención primaria supervisa su atención desde la perspectiva general y se asegura de que no se pase nada por alto.

Los adultos con atención primaria fueron significativamente más propensos a surtir más recetas y tener una consulta preventiva de rutina durante el año pasado.



También fueron significativamente más propensos a recibir más atención de alto valor, como los estudios de detección del cáncer, incluidos el tamiz de cáncer colorrectal y las mamografías.



El acceso a la atención primaria ayuda a mantener a las personas fuera de las salas de emergencias, donde los costos de atención son al menos

4x

tantos como los de otras formas de atención a pacientes externos.

TIPOS DE PCP:

Los términos médicos pueden ser confusos. Aquí tiene un vistazo rápido a los diferentes tipos de proveedores de atención primaria.

- Médicos de familia: ven a pacientes de todas las edades o a toda una familia
- Pediatras: son específicos para los niños y adolescentes desde el nacimiento hasta los 18 años
- Internistas: específicos para los mayores de 18 años
- Geriatras: específicos para personas mayores
- Proveedores de práctica avanzada: por lo general son un asistente médico o una enfermera practicante que pueden trabajar en cualquiera de los campos anteriores

BENEFICIOS DE UNA REVISIÓN DEL PCP:

- Detectar problemas desde el principio y evitar que los problemas o preocupaciones avancen
- Asegurarse de que se lleven a cabo a tiempo las evaluaciones y exámenes pertinentes
- Tratar directamente los problemas a corto plazo
- Remitir a un especialista para obtener una atención más avanzada
- Atención completa a lo largo de su vida
- Menores costos médicos (33% menos de costos generales de atención médica, 19% menos probabilidades de muerte prematura) que quienes sólo ven a especialistas

QUÉ ESPERAR EN UNA CONSULTA ANUAL

Su proveedor de atención primaria se enfoca en conocerle a usted, su historial de salud y sus metas. Aquí tiene una ojeada rápida a lo que debe esperar y cómo prepararse. Trabjará con su proveedor de atención primaria para evaluar su salud y establecer metas personales de salud. Sus comentarios abiertos y sinceros ayudarán a su PCP a proporcionarle el más alto nivel de atención. Recuerde, son su defensor de confianza y están concentrados en ayudarlo.

ANTES (QUÉ SABER O TRAER)

- Conozca sus antecedentes familiares de trastornos médicos
- Conozca sus trastornos de salud física y mental (o haga una lista)
- Sepa con anticipación dónde está el consultorio y cómo trasladarse
- Traiga su tarjeta del seguro y una identificación con fotografía
- Traiga una lista de sus medicamentos actuales y preguntas para hacerle a su PCP

DURANTE

Durante su visita, el consultorio de su PCP puede:

- Comprobar sus signos vitales (estatura, peso, presión arterial)
- Realizar un examen físico (escuchar su corazón y pulmones)

Tener una conversación para comentar su:

- Historial médico
- Historial familiar
- Estado de ánimo
- Cambios en la salud o preocupaciones
- Medicamentos
- Preocupaciones en torno a las inequidades de salud como son alimentos, vivienda, transporte o necesidades financieras
- Uso de alcohol, drogas o tabaco

DESPUÉS

Si es necesario, su PCP:

- Hará los preparativos para que se reúna con un especialista o programará una cita de seguimiento
- Ordenará las pruebas o exámenes de seguimiento pertinentes

Usted puede ayudar:

- Siguiendo el plan que se creó con su PCP
- Surtiendo cualquier medicamento después de la consulta
- Alertando a su PCP de los cambios, problemas o inquietudes

Encuentre a un proveedor de atención primaria que sea adecuado para usted en Methodist Health System o Nebraska Medicine.

Visite NebraskaHealthNetwork.com/primarycare.

