

## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Pasos para elegir un proveedor de atención primaria (PCP) y programar una cita

## ¿Quién es un PCP?

Un PCP es un proveedor de cuidados de la salud que lo atiende por problemas de salud comunes y controles anuales regulares. Su PCP puede ser un médico, un enfermero practicante o un médico asistente.

Su PCP le hará chequeos regulares. Se asegurará de que se mantenga saludable mediante la realización de pruebas, como un examen de la presión arterial. Su PCP también elabora un plan de atención para prevenir problemas de salud. El PCP le dará tratamiento si se enferma.

## Cómo elegir un PCP

Hay cosas que debe considerar y preguntas que puede hacer antes de elegir un PCP. Los detalles en los pasos 1 a 5 pueden ayudar.

**Paso 1. Busque un PCP en la red de su plan de seguro.**

Para buscar un PCP, llame a su compañía de seguros, pregunte a amigos o familiares, o visite un sitio web que encuentre proveedores de cuidados de la salud. Muchos sitios web de compañías de seguros tendrán un cuadro de búsqueda para encontrar a un médico en su red.

## **Paso 2. Elija un PCP del que desee obtener más información.**

Decida lo que quiere en un PCP.

- ¿Quiere un PCP que hable cierto idioma?
- ¿Alguien que está en cierto vecindario?
- ¿Alguien que trabaja en días o en horarios que son buenos para usted?
- ¿Es importante para usted la edad, el sexo, la raza o la religión del PCP?
- ¿Quiere saber dónde obtuvo su PCP su título médico?
- ¿Quiere saber cuántos años de experiencia tiene un PCP?

## **Paso 3. Llame al consultorio del PCP para obtener información.**

Aquí hay algunas preguntas que debe hacer cuando llame:

- ¿Acepta mi seguro?
- ¿Acepta nuevos pacientes?

- ¿Cuál es el horario de atención del consultorio?
- ¿El PCP está certificado por la junta? ¿En qué campo?
- ¿En qué piso está el consultorio? ¿Hay ascensor en el edificio?
- ¿Con cuánto tiempo de anticipación tengo que hacer citas?

Luego, pregúntese: ¿El personal fue servicial y respetuoso?

#### **Paso 4. Pida una cita.**

Asegúrese de dar toda la información que el consultorio necesita para reservar su cita, como:

- Su nombre, fecha de nacimiento e información del seguro.
- El motivo de su visita (por ejemplo, usted es un paciente nuevo).

Confirme la fecha y hora de la cita y anótela. No olvide anotar también el nombre del PCP, su número de teléfono y su dirección.

#### **Paso 5. Prepárese para la cita.**

- Antes de la visita, prepare sus documentos de identificación, como licencia de conducir, pasaporte, visa, tarjeta verde, identificación escolar o certificado de nacimiento. Obtenga sus tarjetas de seguro.

Obtenga sus registros médicos de otros proveedores de cuidados de la salud. Tenga una lista de los medicamentos que está tomando.

- Averigüe si tendrá un copago y cuánto es. Un copago es lo que paga de su propio bolsillo por cada visita médica. Llame a su compañía de seguros para obtener esta información.
- Haga una lista de las preguntas que desea hacerle al PCP. Escriba sus preguntas en un cuaderno para que recuerde todo lo que quiera preguntarle al PCP.

Según cómo se sienta, es posible que desee hacerle al PCP ciertas preguntas sobre su salud. Aquí hay algunos ejemplos para ayudarlo a pensar en preguntas para hacer:

- ¿Cómo puedo perder peso y hacer más ejercicio?
- ¿Cuál es mi colesterol? ¿Mi glucosa? ¿Mi presión arterial? ¿Mi peso y el índice de masa corporal (IMC)? ¿La circunferencia de mi cintura?
- ¿Qué exámenes de detección (pruebas) de cáncer debo hacerme, si corresponde?
- ¿Tengo riesgos para la salud porque un pariente consanguíneo mío tuvo cierta enfermedad?
- ¿Por qué me siento tan estresado, ansioso o deprimido?
- ¿Por qué tengo dolor, tos o dificultad para respirar?

# Durante su visita al PCP

Dígale cualquier cosa que le esté molestando. También comparta información como:

- Sus antecedentes médicos familiares. ¿Algún pariente consanguíneo ha tenido cáncer u otras enfermedades?
- Medicamentos que necesita reponer.
- Preguntas o inquietudes sobre su salud. Lleve un cuaderno para que pueda ver sus preguntas y luego escriba las respuestas del PCP.
- Pídale a un familiar o amigo que le acompañe a su cita para que le ayude a recordar lo que dice el PCP. Esta persona también puede asegurarse de que haga sus preguntas. Puede ayudarle a tomar notas durante su cita con el PCP.

Después del examen físico de su visita, asegúrese de lo siguiente:

- Entiende todo lo que dijo el PCP.
- El PCP haya respondido sus inquietudes.
- Usted le hace preguntas al PCP sobre el examen físico, como:
  - ¿Cómo está mi salud?
  - ¿Encontró algo durante el examen?

- ¿Necesito algún análisis de sangre, pruebas o tratamiento?

Es su derecho legal tener un intérprete (una persona que traduce) si lo necesita. Pida un intérprete si usted no habla bien inglés y su médico no habla su idioma.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) y busque en nuestra biblioteca virtual.

Steps for Choosing a Primary Care Provider (PCP) and Making an Appointment - Last updated on October 5, 2022

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center



Memorial Sloan Kettering  
Cancer Center