

Boletín de Salud:

Cómo encontrar un médico



#23 de la Serie Boletines de Salud, sobre temas de interés apremiante para todos los neoyorquinos

Su propio médico u otro proveedor de atención médica puede ayudarle a usted y a su familia a mantenerse sanos.

- Las personas que cuentan con su propio médico tienen más probabilidades de vivir una vida más prolongada y más sana.
- El médico que le conoce y que conoce su historia clínica está mejor capacitado para ofrecerle la atención que necesita basada en sus necesidades de salud específicas.
- Es probable que se sienta más a gusto con el médico que le atiende habitualmente, para poder hablar de *cualquier* problema de salud, incluyendo la salud sexual y el consumo de alcohol y drogas.
- Nadie debe quedarse sin atención médica porque no tiene el dinero para pagarla – ¡hay ayuda disponible!

Cómo encontrar un proveedor de atención médica

Si TIENE seguro médico:

- Busque un proveedor habitual a través de su plan de salud.
- Muchos planes le piden que elija solo *un proveedor de atención primaria* para administrar la mayor parte de su atención médica. Esta persona puede ser un médico (por ejemplo: internista, ginecólogo, pediatra) o una enfermera practicante.

Si NO tiene seguro médico:

- Muchas personas califican para ciertos programas de seguro médico del gobierno que son de bajo costo o gratuitos (*vea la página 2*).
- Hay otras opciones de seguro médico disponibles para pequeñas empresas y trabajadores individuales (*vea Más información*).
- Aun cuando no califique para el seguro, puede recibir buena atención médica, independientemente de su condición migratoria o capacidad de pago. Llame al 311 para averiguar cómo recibir atención médica o dental en un hospital público, clínica de atención pediátrica o clínica de atención comunitaria.

Cómo un proveedor habitual puede ayudarle a mantenerse sano

Su proveedor de atención primaria es el encargado de:

- Llevar su historia clínica y realizar los exámenes físicos.
- Prescribir medicamentos y aplicar vacunas.
- Controlar el peso, el colesterol y la presión arterial con frecuencia y ayudarle a mantenerlos bajo control.
- Asegurarse que se realice los análisis y estudios importantes, por ejemplo, la evaluación para prevenir el cáncer.

- Conversar con usted sobre sus riesgos de salud personales y explicarle cómo reducirlos.
- Coordinar su atención médica y referirle a los especialistas cuando sea necesario.

Medidas que puede adoptar

1. Piense qué tipo de médico le gustaría tener.

- ¿El médico tiene experiencia con sus afecciones de salud o necesidades particulares?
- ¿Es un médico certificado? (Esto significa que el médico ha recibido capacitación especial y ha pasado un examen avanzado en un área médica particular.)
- ¿El médico merece la más alta calificación de una persona o grupo que usted respeta?
- ¿Se siente más a gusto consultando a un hombre o una mujer?
- ¿Se siente más a gusto consultando a un médico que hable su primer idioma?
- ¿El médico o miembro del personal ofrece asesoramiento por teléfono para problemas médicos comunes?
- ¿Cuánto tiempo tendrá que esperar para una consulta?
- ¿El médico puede recibir a los pacientes sin previo aviso si éstos necesitan atención inmediata?
- ¿La ubicación del consultorio y el horario de atención le convienen?

2. Prepare una lista de médicos para realizar la selección.

- Si tiene seguro, solicite una lista de proveedores a su plan de salud.
- Solicite una recomendación a un trabajador de la salud (como un enfermero o enfermera).
- Pregunte a sus familiares, amigos o vecinos sobre los médicos de ellos.
- Llame al servicio de referimiento médico de un hospital de su elección.

3. Averigüe información sobre los médicos de su lista.

- Llame o visite el consultorio para hacer preguntas (*vea el paso 1*).
- Pregunte si el médico es un proveedor participante de un plan de seguro y si puede aceptar nuevos pacientes.

Programas de seguro médico del gobierno de bajo costo o gratuitos

Casi todos los niños y mujeres embarazadas califican para uno de estos programas, independientemente de su condición migratoria. Cualquier persona que necesite atención médica de emergencia puede tener acceso a la misma, sin importar su condición migratoria o capacidad de pago.

| Programa | ¿Quién es elegible? | Costo | Ingresos y otros requisitos |
|--|--|--|--|
| Medicare www.medicare.gov | <ul style="list-style-type: none"> • Personas de 65 y más. • Personas con ciertas discapacidades. | <ul style="list-style-type: none"> • Se pueden aplicar primas, copagos o deducibles. | <ul style="list-style-type: none"> • No hay requisitos de ingresos. |
| Medicaid www.nyc.gov/html/hra/html/serv_medicaid.html | <ul style="list-style-type: none"> • Niños hasta 18 años (Child Health Plus A). • Personas de 19 a 64 con bajos ingresos. • Mujeres embarazadas. • Ciertas personas de 65 y más con bajos ingresos que reciban Medicare. • Personas con discapacidades. | <ul style="list-style-type: none"> • Gratuito (sin primas). • Recursos financieros o activos limitados. • Pueden aplicarse copagos. | <ul style="list-style-type: none"> • Bajos ingresos. |
| Child Health Plus B www.health.state.ny.us/nysdoh/chplus | <ul style="list-style-type: none"> • Niños hasta 18 años (aun cuando sean elegibles para seguro privado). | <ul style="list-style-type: none"> • Primas gratuitas o bajo costo • Sin copagos o deducibles. | <ul style="list-style-type: none"> • No hay requisitos de ingresos familiares. • Sin seguro. • No elegible para Medicaid. |
| Family Health Plus www.health.state.ny.us/nysdoh/fhplus | <ul style="list-style-type: none"> • Personas de 19 a 64. | <ul style="list-style-type: none"> • Gratuito (sin primas, copagos, o deducibles). | <ul style="list-style-type: none"> • Bajos ingresos. • Sin seguro. • No elegible para Medicare o Medicaid. |

Para averiguar si califica, llame al 311

Más información

- Oficina del Alcalde para el Acceso al Seguro de Salud (Mayor's Office of Health Insurance Access - HealthStat): visite nyc.gov/healthstat o llame al 311 — ayuda para inscribirse en programas de seguro del gobierno e información sobre las opciones de seguro médico para pequeñas empresas, empresas unipersonales y trabajadores individuales, incluyendo:
 - HealthPass: www.healthpass.com
 - Healthy NY: www.healthyny.com
 - Long Island Association Health Alliance: www.liahealthalliance.com
 - Brooklyn HealthWorks: www.brooklynhealthworks.com
 - Working Today: www.workingtoday.org
- Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York: nyc.gov/health o llame al 311
- Perfil de Médicos del Estado de Nueva York (NY State Physician Profile) — para información sobre la educación, los antecedentes y especialidades médicas del profesional: www.nydoctorprofile.com
- Departamento de Asuntos de los Veteranos (Department of Veterans Affairs) — atención médica para los veteranos militares: www.va.gov/health_benefits

311 para servicios de la ciudad de NY que no son de emergencia
Interpretación telefónica en 170 idiomas

Boletín de Salud: Cómo encontrar un médico

Noticias de Salud y Salud Mental

Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York
125 Worth Street, Room 342, CN 33
New York, N.Y. 10013

Michael R. Bloomberg, Alcalde
Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H., Comisionado

Oficina de Comunicaciones
Sandra Mullin, Comisionado Asociado
Drew Blakeman
Cortnie Lowe, M.F.A.
Kenneth Lo

Boletín preparado con la colaboración de:
División de Acceso y Mejora de la Atención Médica
(Division of Health Care Access and Improvement)

Todos los Boletines de Salud están disponibles en nyc.gov/health.
Para más copias de este Boletín de Salud, llame al 311.

Para recibir ésta y otras publicaciones del DOHMH por correo electrónico, visite <http://www.nyc.gov/health/email>. Para suscribirse para recibirlas por correo, envíe un correo electrónico con su nombre y dirección postal a healthcml@health.nyc.gov.