

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

**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](http://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](http://www.healthpass.com)
  - Healthy NY: [www.healthyny.com](http://www.healthyny.com)
  - Long Island Association Health Alliance: [www.liahealthalliance.com](http://www.liahealthalliance.com)
  - Brooklyn HealthWorks: [www.brooklynhealthworks.com](http://www.brooklynhealthworks.com)
  - Working Today: [www.workingtoday.org](http://www.workingtoday.org)
- Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York: [nyc.gov/health](http://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](http://www.nydoctorprofile.com)
- Departamento de Asuntos de los Veteranos (Department of Veterans Affairs) — atención médica para los veteranos militares: [www.va.gov/health\\_benefits](http://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](http://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](mailto:healthcml@health.nyc.gov).