

5 CONSEJOS

para obtener atención médica
desde cualquier lugar

Acceda a la atención médica por teléfono o Internet.

Utilice las teleconsultas para:

reconocimientos médicos • salud mental • servicios de maternidad • enfermedades crónicas



1 | Concierte una cita

- ▶ Pregúntele al profesional de la salud si ofrece servicios de telesalud. O
- ▶ Encuentre un profesional de la salud a través de su seguro médico, centro médico local o en findahealthcenter.hrsa.gov.
- ▶ Solicite instrucciones para acceder a la teleconsulta y a los formularios en línea que hay que rellenar antes de la cita.



4 | Prepárese para que todo salga bien

- ▶ Si va a necesitar mostrar alguna parte del cuerpo, lleve ropa suelta.
- ▶ Conéctese a la cita con 5 minutos de antelación.



2 | Tenga su información lista

- ▶ Esté preparado para verificar su información personal.
- ▶ Haga una lista de los medicamentos que toma.
- ▶ Tenga sus preguntas o dudas preparadas antes de la cita.



5 | Compruebe antes de conectarse

- ☐ ¿Su dispositivo está cargado o enchufado?
- ☐ ¿Está conectado a Internet mediante wifi o mediante una conexión con cable?
- ☐ ¿La cámara de su dispositivo está destapada?
- ☐ ¿Los ajustes de seguridad permiten que el programa o aplicación de telesalud utilice la cámara?
- ☐ ¿Tiene el micrófono encendido?
- ☐ ¿Tiene los altavoces encendidos?
- ☐ ¿Su dispositivo está apoyado de forma que la pantalla no se mueva y usted tenga las manos libres?



3 | El lugar es importante

- ▶ Encuentre un sitio con intimidad en el que pueda hablar con franqueza con el profesional de la salud.
- ▶ Minimice los ruidos de fondo.
- ▶ Elija un lugar bien iluminado y asegúrese de estar situado delante de la cámara.

Diríjase a Telehealth.HHS.gov



HRSA
Health Resources & Services Administration