6 FORMAS de activar su salud con Telesalud

Conozca sus opciones de atención sanitaria

¿Vive usted en un lugar con acceso limitado a la atención sanitaria, tiene que hacer malabarismos para cuidar a otras personas o simplemente quiere una forma más fácil de gestionar la atención médica? Utilice su teléfono o la Internet para acceder a la telesalud y tomar las riendas de su propia atención médica, la de un niño o la de un familiar.

1 | Revisiones y visitas de medicina preventiva

- Concierte una cita virtual para recibir atención médica rutinaria con un profesional de la salud
- Revise los resultados de pruebas de laboratorio o de rayos X
- Gestione sus recetas médicas
- Consulte la evolución de su atención médica

2 | Atención médica prenatal y de posparto

- Reduzca la frecuencia de las visitas prenatales a la consulta
- Consiga ayuda para la lactancia materna y servicios de lactancia rápidamente
- Reciba consejos sobre los métodos anticonceptivos, y recetas médicas
- Utilice la telesalud para reducir las visitas presenciales de seguimiento después del nacimiento de un bebé

3 | Atención médica de urgencias

- Con la telesalud, evite tener que hacer visitas de urgencia o de emergencia para tratar problemas como por ejemplo la sinusitis, los dolores de espalda, la cistitis y los sarpullidos
- Consiga tratamiento para las migrañas, los problemas de la piel, la depresión, la ansiedad, los resfriados, la tos, la gripe, la COVID-19 y demás
- Obtenga un diagnóstico, una receta o una derivación médicas

4 | Gestión de la atención médica para las enfermedades crónicas

- Gestione enfermedades crónicas como la diabetes, las cardiopatías, el VIH, las enfermedades renales, el asma y demás, usando la atención médica virtual
- Utilice dispositivos de monitorización remota para que usted y el profesional de la salud puedan hacer un seguimiento de sus metas de salud, presión sanguínea, niveles de colesterol, glucosa en sangre, niveles de oxígeno y demás
- Haga terapia física, ocupacional, nutricional y de otros tipos en línea

5 | Atención de la salud mental y conductual

- Gestione el estrés, la ansiedad, la depresión y otros problemas, de manera virtual
- Reciba tratamientos de salud mental, incluyendo terapia, asesoramiento y gestión de los medicamentos en línea
- Conéctese con los servicios de tratamiento del consumo de sustancias

6 | Visitas de seguimiento

- Conéctese de manera virtual con los profesionales de la salud después de una intervención, cirugía, visita a la consulta o revisión médica

Active su salud. Recurra a la **Telesalud.HHS.gov**

HRSA
Health Resources & Services Administration