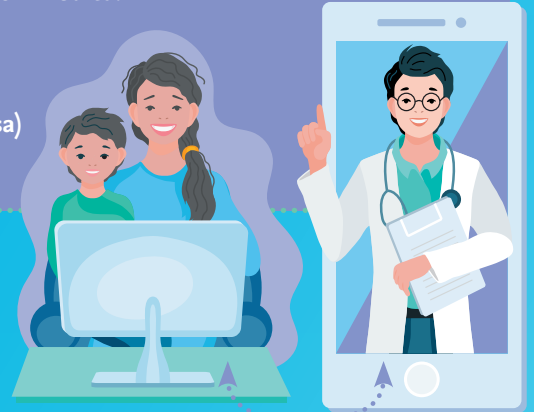


# Aproveche al máximo su visita de telesalud

“Telesalud” es el uso de las tecnologías de teléfono e Internet para brindar atención médica. Se ha hecho más común durante la pandemia de COVID-19. Incluye lo siguiente:

- Visitas de atención médica virtual
- Control a distancia (por ej., medir la frecuencia cardíaca y presión arterial en casa)
- Educación de salud en línea



## 1 PREPÁRESE PARA CONECTARSE

- Revise las instrucciones que le ha enviado el personal de atención médica.
- Descargue los enlaces que necesita para conectarse a su visita.
- Compruebe su conexión a Internet, la pantalla y la cámara. Si es una visita telefónica, compruebe su recepción.
- Si le preocupa el tema de la conexión, pregunte si puede practicar con un miembro del personal de antemano.
- Elija un lugar tranquilo y privado para realizar su visita. Puede ser su casa, su oficina o incluso su auto.
- Pregunte a su pareja u otras personas de apoyo si quieren asistir.

## 3 DURANTE LA LLAMADA

- No haga varias cosas a la vez. Esta visita debe centrarse en usted y en su salud.
- Pregunte por los próximos pasos y el seguimiento.

## 2 PLANIFIQUE SU VISITA:

- Haga una lista de preguntas para su profesional de la salud.
- Tenga a mano los resultados del control en casa para compartirlos con su profesional de atención médica.
- Tenga a mano el número de teléfono del consultorio por si se corta la comunicación y necesita volver a conectarse.
- Si quiere hablar en un idioma que no sea inglés, pida con antelación un intérprete en el idioma que prefiera.



## 4 DESPUÉS DE LA LLAMADA

- Aproveche el portal de su profesional de la salud si tiene uno. Utilícelo para enviar mensajes, resurtidos de recetas, y programar visitas.
- Comunique al personal si ha tenido algún problema durante la visita para que puedan tomar medidas para corregirlo.

# Información sobre el seguro

- En la mayoría de los casos, su visita de telesalud estará cubierta por su seguro.
- Algunas compañías de seguros solo cubren las visitas de telesalud por vídeo, mientras que otras pueden cubrir tanto las visitas por vídeo como las telefónicas.
- Tenga en cuenta que las compañías de seguros pueden cambiar lo que cubren o pueden tener diferentes planes con diferentes coberturas o deducibles.
- Siempre es bueno consultar a su seguro de antemano para saber si su visita de telesalud estará cubierta, y si tiene que ser una visita por vídeo.



Society for  
Maternal-Fetal  
Medicine

High-risk pregnancy experts