

La conexión con los proveedores de nuestros niños de forma remota se ha convertido en parte de la vida. Esta hoja informativa lo preparará para su próxima visita por video o teléfono y aprovechará al máximo su tiempo con el proveedor de su hijo.

### ¿Qué es la telemedicina?

Mientras la telemedicina y la telesalud a menudo se usan indistintamente, la **telemedicina** se enfoca en la parte clínica de la atención, como una cita por video con los proveedores médicos de su hijo o una sesión de terapia virtual. La **telesalud** se relaciona más ampliamente con la atención remota o virtual y el aprendizaje relacionado con la salud.

## ANTES DE LA CITA

### Reúna su información:

- **Medicamentos:** Tenga los envases o una lista de los medicamentos de su hijo y anote si necesita reabastecimiento.
- **Números:** El proveedor puede solicitar el peso, la temperatura u otras medidas de salud de su hijo, así que tenga esta información a su alcance.
- **Preguntas:** Escriba y priorice sus inquietudes y una lista de preguntas que desea que se respondan.
- **Plan de atención:** Esté preparado para compartir actualizaciones de otros proveedores o especialistas, información relevante sobre apoyos escolares o comunitarios y cambios en el plan de atención de su hijo.

### Pasos hacia el éxito:

- **Ubicación:** Elija un lugar en su hogar donde pueda sentarse cómodamente y colocar su teléfono, computadora portátil o tableta en una superficie estable con acceso confiable a Internet. Asegúrate,
  - Hay suficiente luz,
  - Sin deslumbramiento, y
  - No hay una ventana detrás de ti.
- **Nivel de ruido:** Busque un lugar silencioso e informe a otros miembros de la familia que estará en una video llamada o en una llamada telefónica con el proveedor de su hijo. Adicionalmente, ponga a su mascota en otra habitación para que no interrumpa la cita.
- **Energía:** Asegúrese de que su dispositivo esté cargado o enchufado.
- **Descargue aplicaciones y tenga su nombre de usuario y contraseña:** Pruebe la plataforma o aplicación de telemedicina antes de la cita y tenga cerca las instrucciones que le envió el consultorio de su proveedor por correo electrónico.
- **Números de teléfono:** Asegúrese de tener disponible el número de teléfono de su proveedor o clínica en caso de que tenga problemas técnicos.
- **Solicite adaptaciones:** si necesita cosas como un traductor o subtítulos, solicítelo **antes de la visita**, idealmente cuando programe la cita o con varias semanas de anticipación.
- **Programación del horario de la cita:** Si es posible, no programe citas durante el tiempo de las comidas, las siestas o al final de un largo día.

## Prepare a su hijo

Hágale saber a su hijo qué esperar mediante juegos de roles o historias sociales para explicar la cita. Si es posible, tenga a un miembro de la familia en espera para ayudar si su hijo necesita un descanso. Y asegúrese de que su hijo coma un bocadillo, haya **usado el baño**, esté en un lugar cómodo y tenga juguetes y libros cerca.

Vista a su hijo con ropa holgada y que se pueda quitar fácilmente en caso de que sea necesario un examen virtual. Y avísele a su hijo si usted cree que el proveedor puede pedirle ver un área de su cuerpo.

## Justo antes de la cita

- **Examen:** Asegúrese de que la cámara, el micrófono e Internet estén funcionando.
- **Cerrar otras aplicaciones:** Para mantener una conexión sólida, cierre las otras aplicaciones en el dispositivo que usará para la cita.
- **Tenga lápiz y papel:** Es posible que desee tomar notas.
- **Coloque la cámara:** Inclíne la cámara para que el médico los vea a usted y a su hijo con claridad.

## DURANTE LA CITA

- **Sea paciente:** Al igual que en una visita médica en persona, es posible que deba esperar unos minutos para que el proveedor se una al video.
- **Esté preparado:** Es posible que le pidan que sostenga la cámara cerca de su hijo o que tome una foto de un área de su cuerpo.
- **Aléjese:** Si tiene un adolescente, es posible que deba salir brevemente de la habitación y dejar que el proveedor hable con su hijo a solas.

## Antes de que termine su cita

- **Haga una pausa:** Consulte su lista de inquietudes y preguntas. Asegúrate de cubrir todo.
- **Resuma los planes de tratamiento:** Asegúrese de que su proveedor revise brevemente el plan de tratamiento y los próximos pasos para su hijo.
- **Sus siguientes pasos:** Vuelva a leer al proveedor lo que hará después de la visita. ¿Necesitará hacer una cita de seguimiento o la clínica lo llamará? Y, ¿el proveedor llamará para reabastecimientos o una nueva receta a su farmacia preferida?

## DESPUÉS DE LA CITA

### Abogar por lo que es mejor

- **Comuníquese con la oficina del proveedor:** ¿Pudo obtener lo que necesitaba, que sus preguntas e inquietudes se abordaran durante la visita de telemedicina? Si no es así, llame o envíe un correo electrónico para hacer un seguimiento.
- **Hágale saber al proveedor su preferencia:** Dígale a su proveedor si desea continuar con las visitas virtuales o si una visita en persona es mejor para usted y su hijo. Asegúrese de considerar cosas como exponer a su hijo a virus, mal tiempo que dificulta la conducción y cambiar los horarios en el hogar, la escuela y la terapia.

**Obtenga más información sobre telesalud:** Visite la biblioteca de recursos en el sitio web de Family Voices of Wisconsin en [familyvoiceswi.org/resource-library](http://familyvoiceswi.org/resource-library).

**¿Todavía tienes preguntas? ¿Necesitas ayuda para encontrar servicios para tu hijo?**

- [Regional Centers for Children and Youth with Special Health Care Needs](http://dhs.wisconsin.gov/cyshcn/index.htm) - dhs.wisconsin.gov/cyshcn/index.htm
- [Well Badger Health Resource Center](http://wellbadger.org) - wellbadger.org or call 800.642.7837



Cada familia tiene una voz • Juntos, nuestras voces serán escuchadas

[familyvoiceswi.org](http://familyvoiceswi.org)