

Obstáculos para Su Salud

Todos tenemos nuestras propias creencias culturales o religiosas acerca de la salud. Cuando se trata de su atención médica, puede ser complicado tomar decisiones, si éstas van en contra de sus creencias. Si tiene alguna inquietud sobre su plan de tratamiento, asegúrese de hablar con su Doctor.

A continuación, se mencionan las creencias comunes que son los obstáculos que no le permiten obtener la atención médica que necesita, y además le sugerimos cómo vencer esos obstáculos.



♥ Si me siento bien, significa que estoy bien (sano).

Es posible que algunas enfermedades no presenten síntomas. Esto significa que, aunque se sienta bien, podría tener una enfermedad y no saberlo. Su consulta anual con el Doctor puede ayudar a detectar enfermedades de manera temprana, antes de que sean más graves.

En ciertas etapas de la vida, es posible que deba realizarse evaluaciones de rutina como el examen de Papanicolaou, mamografías, exámenes del recto y de la próstata. El diagnóstico y tratamiento oportuno pueden salvar su vida.

Si usted toma medicamento o sigue un plan de tratamiento, los exámenes médicos de seguimiento pueden asegurarle que sus necesidades de salud están satisfechas.

♥ Tengo un peso saludable, por lo tanto, estoy sano.

La obesidad es un factor de riesgo para muchos problemas de salud, pero tener un peso saludable no significa que no existan riesgos. Muchos problemas de salud pueden afectar a personas que están dentro del rango de peso saludable. Su origen étnico, edad, estilo de vida y genética también pueden ser factores de riesgo.

♥ La vacuna contra la gripe me enfermará.

La vacuna contra la gripe está compuesta por una “pequeña cantidad de virus de la gripe muertos”, sólo los necesarios para que su cuerpo desarrolle inmunidad. No son tantos como para que se enferme de gripe. Usted podría tener síntomas similares a los de la gripe después de recibir la vacuna, pero únicamente durante 1 o 2 días.

Obstáculos para Su Salud

♥ Las vacunas para niños pueden causar autismo.

Se ha hablado mucho acerca de que las vacunas están relacionadas con el autismo. De acuerdo con lo establecido por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention*), no existen evidencias que prueben esta relación. Las vacunas ayudan a crear anticuerpos para protegerlo de enfermedades nocivas como el sarampión, las paperas y la rubéola, entre otras. Vacunarse es importante.

♥ No necesito tomar todo el medicamento; ya no me siento enfermo.

Su medicamento es muy importante para mantenerlo saludable. Algunos medicamentos evitan que los problemas aparezcan, y otros, impiden que los síntomas empeoren. Por ejemplo, si no toma su dosis completa de antibiótico, existe el riesgo de que la infección regrese.

♥ No tengo transporte para llegar a mis citas médicas.

Es posible que no siempre tenga un automóvil o el dinero para comprar un boleto de autobús para llegar a donde tiene que ir. Comuníquese con Servicios para Miembros de IEHP para obtener más información sobre las opciones de transporte que le ayudarán a llegar y regresar de sus consultas médicas.

♥ Mi Doctor no me entiende, esto significa que no puede tratarme.

Si su plan de tratamiento va en contra de sus creencias, hable con su Doctor con respecto a sus inquietudes.

Si su Doctor no habla su idioma, llame a IEHP para solicitar un intérprete.

También puede cambiar de Doctor comunicándose con Servicios para Miembros de IEHP al **1-800-440-IEHP** (4347), Lunes – Viernes, 8am – 5pm. Los usuarios de TTY deben llamar al **1-800-718-4347**.

