

¡SU salud!

PROMOVIENDO LA SALUD DE LOS LATINOS DE CAROLINA DEL SUR, EDICIÓN No. 2, JULIO - AGOSTO 2005



¡SU salud!, nueva edición pensando en usted y su familia



Traemos para ustedes una nueva edición de Su Salud. Estamos muy contentos porque hemos

recibido muchas solicitudes de un nuevo boletín.

Quiero también decirles que hicimos algunos cambios en nuestros escritos y en la presentación del boletín porque recibimos sugerencias. No duden en contactarnos si tienen más sugerencias, sus comentarios son siempre bienvenidos!

Esta vez traemos para ustedes información acerca

de cosas para tener en cuenta cuando vayan al médico y números telefónicos en español para llamar con preguntas antes de ir al médico.

También traemos algunas frases básicas en inglés con su respectiva pronunciación y breves explicaciones sobre servicios de emergencia, clínicas gratis y centros de atención comunitarios.

Esperamos volver pronto con consejos útiles.

Myriam E. Torres

Myriam E. Torres
Presidenta Coalición para la Salud de los Hispanos/Latinos de Carolina de Sur



Coalición para la Salud de los Hispanos/Latinos de Carolina de Sur

En esta edición:

- | | |
|---------------------------|---|
| • Editorial | 1 |
| • Emergencias / Urgencias | 2 |
| • Diez cosas | 3 |
| • Líneas de Ayuda... | 4 |

Comentarios...

envíenos sus cartas al
P.O. Box 722,
Columbia, SC 29202
o un correo electrónico a
torresme@gwm.sc.edu

Atención de Emergencia y Atención de Urgencia

Cuando surge un problema médico que requiere ser tratado inmediatamente, hay dos opciones: atención de emergencia y atención de urgencia.

La atención de emergencia o acudir a la sala de emergencias del hospital,

sólo se debe usar si existe un riesgo serio.

Estos problemas incluyen dolor agudo, posible ataque al corazón o de-

rrame cerebral, dolor en el pecho, dificultad repentina o extrema para respirar, pérdida repentina o prolongada de conciencia, cortaduras profundas o sangrado que no se detiene, quemaduras graves y fracturas. **Si la situación pone en riesgo su vida, llame al 9-1-1 para pedir**

una ambulancia.

Los costos de la sala de emergencias pueden ser muy altos y si el hospital decide que el problema no es una emergencia, normalmente hay una **larga espera** hasta recibir tratamiento.

“La atención de emergencia o acudir a la sala de emergencias del hospital, sólo se debe usar si existe un riesgo serio.”

Si el problema médico requiere ser tratado rápidamente, pero no es tan serio como las

condiciones enumeradas arriba y puede esperar hasta el día siguiente o más tarde el mismo día, **la atención de urgencia es una mejor elección.** Esto incluye problemas médicos tales como dolores de oído, problemas estomacales y gripas.

La atención de urgencia como la de *Doctor's Care*, es un tratamiento llevado a cabo por un médico en un consultorio que usualmente tiene horario extendido y/u horario los fines de semana. **El costo es significativamente menor** que los costos de la sala de emergencias y usted puede establecer una relación con un médico de atención primaria que estará en capacidad de tratar a su familia en el futuro. **Las Líneas de Ayuda (Helplines) y Líneas Directas (Hotlines) son también un buen recurso** y pueden proporcionar consejos sobre problemas médicos y sobre la necesidad de atención inmediata.

(sigue en la página 4)



DIEZ COSAS

10 para recordar cuando vaya al médico:

1. Llegue a la cita a tiempo y preferiblemente con 15 minutos de anticipación por si algo sucede.
2. Si no puede asistir a la cita llame a cancelarla.
3. Lleve a la cita cualquier tarjeta de seguro médico si la tiene.
4. Recuerde traer escrita la dirección de su casa si no la sabe de memoria (no olvide que necesita tener el código postal o zip code).
5. Lleve a la cita cualquier documento que pueda ser útil para el médico (Receta anterior, certificado de vacunas).
6. Cuéntele al médico si está tomando otras medicinas, esta información es necesaria para su tratamiento.

7. Si puede pensar con anterioridad en preguntas que quiere hacerle al médico, llévelas por escrito porque a veces se olvidan cuando uno llega a la cita.
8. No olvide que usted puede preguntar cualquier cosa que no haya entendido.
9. No olvide tampoco preguntar si debe pedir una nueva cita de control.
10. Pregunte si hay intérpretes ya que en muchos lugares tienen un intérprete disponible para usted. Es preferible esperar un poco que usar a un menor de edad para que le ayude.



Vaya al médico en inglés...

Español	Inglés	Pronunciación
Mi nombre es...	My name is...	Mai neim is
Yo tengo...	I have...	Ai jaf...
Él tiene...	He has...	Ji jas...
Ella tiene...	She has...	Chi jas...
Mucho(a)	A lot of	Ai lor of
Dolor	Pain	Pein
Fiebre	Fever	Fiver
Vómito	Vomit	Vamit
Rasquiña	Rash	Roch
En...	in...	In...
Cabeza	Head	Jed
Estómago	Stomach	Estomac
Brazo	Arm	Arm
Gracias	Thanks	Zanquiu

Líneas de Ayuda (Helplines) y Líneas Directas (Hotlines)

Las Líneas de Ayuda y Líneas Directas son números telefónicos para llamar cuando se necesita información médica. No tiene ningún costo llamar a estas líneas o recibir consejos y asesoría sobre estos servicios. Las líneas de ayuda y líneas directas enumeradas abajo proporcionan información médica confidencial.

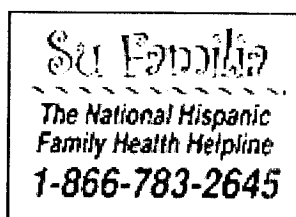
¡SU salud!

Myriam E. Torres
Presidenta, SCHLHC

Deborah Parra-Medina,
Editora, SU Salud

Alejandro Garcia-Lemos
Diseño y Corrección
Comunicar, LlC.

La misión de SCHLHC
"Abogar por la igualdad y la
calidad de servicios de salud
para los hispanos/latinos de
Carolina del Sur".



Su Familia
La Lnea Nacional
para la Salud de la
Familia Hispana
1-866-Su-Familia
(1-866-783-2545)

Su Familia es parte de la Alianza Nacional para la Salud Hispana. Allí proporcionan información médica general sobre diversos temas y pueden remitirlo(a) a un proveedor de salud de su área. La Línea de Ayuda de Su Familia puede dar información en español o inglés, de lunes a viernes, entre 9 a.m. y 6 p.m.



**Línea Nacional
Prenatal Hispana
(NPHP)**
1-800-504-7081

La NPHP es para las mujeres que planean quedar embarazadas, las mujeres embarazadas, madres de recién nacidos y sus familiares y amigos. La línea de ayuda le puede resolver preguntas sobre temas prenatales o remitirla a los servicios de atención prenatal de su área. La NPHP está disponible en español o inglés, de lunes a viernes, entre 9 a.m. y 6 p.m.



**Línea de Atención
(Care Line)**
1-800-868-0404

La Línea de Atención forma parte del Departamento de Salud y Control Ambiental de Carolina del Sur (DHEC). La Línea de Atención puede ayudar a quienes llaman a encontrar servicios médicos en su área, programar citas con los médicos, obtener transporte para las citas y proporcionar intérpretes. Cuando llame a la Línea de Atención, pida asesoría en español. La Línea de Atención está disponible de 8:30 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.