

Más seguros juntos (Safer Together)

Juntos hacemos que su atención médica sea más segura (Making your healthcare safer together)

En Alberta Health Services, apoyamos su salud y bienestar proporcionando una atención segura y de la mejor calidad. Usted y las personas de apoyo que elija son bienvenidos como colaboradores en la atención. Este documento incluye algunos consejos importantes para garantizar su seguridad mientras esté bajo nuestro cuidado.

Confirme su identidad (Confirm your identity)

Confirmar su identidad con su equipo de atención médica es una parte importante de una atención médica segura y de calidad. Así es cómo puede ayudar:

- Confirme su identidad en diferentes momentos de su proceso de atención médica. Por ejemplo, cuando se registre y antes del procedimiento.
- Dé su nombre, fecha de nacimiento, tarjeta de atención médica u otra identificación con su equipo de atención médica.
- El personal también puede escanear su pulsera para confirmar su identidad.

Lávese las manos (Clean your hands)

Mantener las manos limpias es la mejor manera de prevenir la transmisión de infecciones.

- Tosa o estornude en la manga o cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón o con desinfectante de manos.
- Puede recordarles a su familia, amigos y proveedores de atención médica que también se laven las manos.



Conocer sus medicamentos

(Know your medication)

Estos son algunos consejos sobre cómo administrar los medicamentos con su equipo de atención:

- Lleve con usted una lista actualizada de los medicamentos que toma. Incluya por qué, la dosis y la hora a la que los toma. Esto se llama MedList.
- Incluya medicamentos de venta libre, vitaminas, suplementos, remedios a base de hierbas, inhaladores, parches, pomadas, gotas para los ojos y muestras que le dé su médico.
- Díganos si tiene alergias o reacción a algún medicamento o comida.
- Si cambian un medicamento, pregunte por qué.

Para obtener más información sobre MedLists, visite ahs.ca y busque “Medication List” (“Lista de medicamentos”).

Pregunte, escuche, hable

(Ask, listen, talk)

Una buena comunicación es una parte importante para garantizar la seguridad de su atención. Ayúdenos haciendo estas cuatro cosas:



Comparta sus objetivos y pregunte cómo puede participar en su atención médica.



Si tiene una Green Sleeve, una carpeta que contiene documentos del plan de atención anticipada, tráigala con usted.



Haga preguntas si no entiende algo o si tiene dudas. Tome notas o traiga a una persona de apoyo.



Diga a su equipo de atención médica si necesita ayuda para comunicarse. Por ejemplo, si necesita un amplificador de voz personal, un traductor o un intérprete.

Reduzca el riesgo de caídas

(Reduce your risk of falling)

Las caídas pueden tener como consecuencia lesiones graves. Juntos, podemos prevenir la mayoría de las caídas. Cuando esté bajo nuestro cuidado, siga estos consejos y pida ayuda a sus proveedores de atención médica.



- Dígale a su equipo de atención médica si se siente inestable o si se ha caído antes.
- Antes de levantarse, tómese su tiempo, mire a su alrededor, agárrese de algo, pida ayuda y espere a que lo ayuden.
- Use un bastón o una ayuda de movilidad si lo necesita.
- Use calzado antideslizante y ropa que le quede bien.
- Mantenga los artículos que usa a su alcance o use el timbre de llamada para pedir ayuda.
- Si se siente mareado cuando se levanta, siéntese inmediatamente.
- Diga a un proveedor de atención médica o a un miembro del personal si el suelo está mojado.



Obtenga asesoría médica

(Get health advice)

Regístrese en [MyChart](#) para ver su información médica y mantenerla actualizada. Para obtener consejos e información médica confiables:

- Llame a Health Link las 24 horas del día, los siete días de la semana, marcando el 811 en su teléfono
- Visite myhealth.alberta.ca

Comparta sus comentarios

(Share your feedback)

Sus comentarios son importantes y nos ayudan a mejorar la atención y los servicios. Si tiene comentarios o preocupaciones, lo animamos para que hable directamente con el equipo de atención médica para que puedan resolver sus preocupaciones inmediatamente.

Si aún tiene comentarios o preocupaciones, puede comunicarse con Relaciones con pacientes:

- Teléfono: 1-855-550-2555
- Web: ahs.ca/patientfeedback

