

Cómo prepararse para hablar sobre afecciones pos-COVID con un proveedor de atención médica | COVID-19 |

Versión accesible: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects/post-covid-appointment/index.html>

Si cree que usted o un ser querido puede tener una afección pos-COVID (afecciones nuevas o persistentes que ocurren 4 o más semanas después de la infección inicial por SARS-CoV-2, el virus que causa COVID-19), tome algunas medidas para prepararse para su cita con un proveedor de atención médica. Esto puede ayudarlo a recibir la evaluación médica, el diagnóstico y el tratamiento adecuados. Su ayuda es vital para que los proveedores de atención médica entiendan sus síntomas y cómo afectan su vida diaria.

ANTES DE SU CITA



Prepare una lista de sus proveedores de atención médica actuales y anteriores, y sus afecciones médicas presentes y pasadas, en especial si va a ver a un nuevo proveedor de atención médica por primera vez.



Prepare un resumen breve que explique su experiencia con el COVID-19 y sus afecciones pos-COVID.

Por ejemplo, anote los síntomas que crea que comenzaron después de su infección por el virus que causa el COVID-19:

- Cuándo comenzaron los síntomas de las afecciones pos-COVID, y la fecha del inicio del COVID-19 o la fecha de la prueba que le dio positivo, si la sabe.
- Una lista de los tratamientos y pruebas de diagnóstico anteriores relacionados con sus síntomas posteriores al COVID (análisis de sangre, radiografías, etc.).
- Qué empeora los síntomas.
- Cómo los síntomas afectan sus actividades, incluso las dificultades que afectan su vida diaria, trabajo, asistencia a la escuela, etc.
- Con qué frecuencia ocurren los síntomas.
- Cómo se ha estado sintiendo.
- Trate de dar ejemplos que describan sus mejores y peores días. Determine los problemas más importantes que tenga (lo que a veces se llama "el motivo de la consulta") y anótelos.



Prepare una lista de los medicamentos y los suplementos que esté tomando. La mayoría de los proveedores de atención médica le pedirán esta información en cada cita. Llevar esta lista lo ayudará a mantener un registro.



Considere hablar sobre su cita con un familiar o amigo en quien confíe inmediatamente antes y después de ver a su proveedor de atención médica. Esta persona puede ayudarlo a tomar notas y recordar lo que se habló durante la cita mientras todavía lo tiene fresco en la cabeza. Si la política del consultorio lo permite, piense en la posibilidad de que esa persona lo acompañe a su cita.

El proveedor a quien verá podría ser un médico, enfermero, profesional en enfermería superior (*nurse practitioner*), asociado médico (*physician assistant*) u otro tipo de profesional de atención médica. Puede que necesite más de una cita para evaluar los posibles síntomas posteriores al COVID y determinar un diagnóstico preciso para manejar y tratar mejor sus síntomas. Su proveedor podría hacerle preguntas sobre sus antecedentes médicos, síntomas actuales y calidad de vida. Según cuáles sean sus síntomas, podría hacerle pruebas para determinar un diagnóstico y un plan de tratamiento.

Los proveedores de atención médica todavía están aprendiendo sobre las afecciones pos-COVID. Los CDC continúan trabajando para determinar qué tan comunes son estos efectos de larga duración, quiénes tienen más probabilidades de presentarlos, cuánto suelen durar los síntomas y si esos síntomas se resuelven en algún momento. Hay un sitio web destinado a aumentar los conocimientos de los proveedores sobre las afecciones pos-COVID, que se puede encontrar en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/clinical-care/post-covid-conditions.html>.



Para obtener más información sobre afecciones pos-COVID, visite <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects/index.html>.