



# Veinte consejos para ayudar a evitar errores médicos

Uno de cada siete pacientes de Medicare que se atienden en hospitales experimenta un error médico. Pero los errores médicos pueden ocurrir en cualquier parte del sistema de atención médica: en hospitales, clínicas, centros de cirugía, consultorios médicos, hogar de ancianos, farmacias y en el hogar de los pacientes. Los errores pueden estar relacionados con medicamentos, cirugías, diagnósticos, equipos o resultados de laboratorio. Pueden ocurrir incluso durante las labores más rutinarias; por ejemplo, cuando se da una comida salada a un paciente hospitalizado sujeto a una dieta sin sal.

La mayoría de los errores resultan de problemas creados por el complejo sistema actual de atención médica. Pero los errores ocurren también por problemas de comunicación entre los médicos\* y los pacientes. Estos consejos le indican qué puede hacer para obtener una atención más segura.



## Qué puede hacer para mantenerse seguro

La mejor forma de ayudar a evitar errores es convertirse en miembro activo de su equipo de atención médica. Eso significa participar en todas las

decisiones sobre su atención médica. Las investigaciones indican que los pacientes que participan más en su atención tienden a obtener mejores resultados.

## Medicamentos

**1** Asegúrese de que todos sus médicos estén informados de cada medicamento que usted está tomando. Esto incluye medicamentos con y sin receta, además de suplementos dietéticos, como las vitaminas y productos herbales.



**2** Reúna y lleve todos sus medicamentos y suplementos a sus consultas médicas. Esta práctica les ayudará a usted y a su médico a hablar sobre sus medicamentos y descubrir si hay algún problema. También puede ayudar a su médico a mantener actualizado su registro y ayudarlo a usted a recibir una atención de mejor calidad.

**3** Asegúrese de que su médico esté enterado de cualquier alergia o reacción adversa a medicamentos que usted haya tenido. Esto puede ayudarlo a evitar que le den un medicamento que pueda hacerle daño.

\*En este folleto, el término “médico” se refiere a la persona que le ayuda a llevar un control de su atención médica.



Agency for Healthcare Research and Quality  
Advancing Excellence in Health Care • [www.ahrq.gov](http://www.ahrq.gov)

**PATIENT  
SAFETY**

- 4 Cuando su médico le escriba una receta, verifique que pueda leerla. Si no entiende la letra de su médico, probablemente tampoco la entenderá su farmacéutico.
- 5 Cuando recibe información sobre sus medicamentos, pídale a su médico o farmacéutico que utilice palabras que sean fáciles de entender, ya sea cuando le receten o le entreguen sus medicamentos:
  - ¿Para qué es el medicamento?
  - ¿De qué manera debo tomarlo y por cuánto tiempo?
  - ¿Qué efectos secundarios puede causar? ¿Qué hago si se presentan?
  - ¿Es seguro tomar este medicamento junto con otros medicamentos o suplementos dietéticos que estoy tomando?
  - ¿Qué alimento, bebida o actividades debo evitar mientras tomo este medicamento?



- 6 Cuando recoja su medicamento en la farmacia, pregunte: ¿Es este el medicamento que me recetó el médico?
- 7 Si tiene alguna duda sobre las instrucciones que vienen en la etiqueta del medicamento, pregunte. Las instrucciones del envase pueden ser difíciles de entender. Por ejemplo, pregunte si “cuatro veces al día” significa tomar una

dosis cada 6 horas consecutivas o solamente durante las horas en que normalmente está despierto.

- 8 Pregunte a su farmacéutico con qué dispositivo se puede medir mejor su medicamento líquido. Por ejemplo, muchas personas usan cucharitas caseras, que a menudo no equivalen a una cucharadita de líquido. Los dispositivos especiales, como las jeringas marcadas, ayudan a medir la dosis correcta.
- 9 Pida información escrita sobre los efectos secundarios que puede causar su medicamento. Si conoce lo que puede suceder, estará mejor preparado si ocurre o si hay algún imprevisto.

## Hospitalizaciones

- 10 Si está en un hospital, considere preguntar a todo el personal médico que vaya a tocarlo, si se ha lavado las manos. El lavado de manos puede evitar la propagación de infecciones en los hospitales.



- 11 Cuando le estén dando de alta del hospital, pídale a su médico que le explique el plan de tratamiento que deberá seguir en casa. Esto incluye aprender sobre sus nuevos

medicamentos, asegurarse de que sabe cuándo programar las citas de seguimiento y averiguar cuándo podrá volver a sus actividades normales.

Es importante saber si debe o no seguir tomando los medicamentos que tomaba antes de su hospitalización. El obtener instrucciones claras puede ayudar a evitar un regreso inesperado al hospital.

## Cirugía

- 12** Si lo van a operar, asegúrese de que usted, su médico y su cirujano estén de acuerdo con lo que se va a hacer exactamente.

Es raro que se haga cirugía en el lugar equivocado (por ejemplo, que se opere la rodilla izquierda en vez de la derecha). Pero es algo que no debería ocurrir nunca. La buena noticia es que las cirugías en el lugar equivocado son 100 por ciento evitables. Todo cirujano está obligado, antes de una operación, a firmar sus iniciales directamente en la parte donde operará.

- 13** Si tiene la opción de escoger, elija un hospital donde muchas personas se hayan hecho el procedimiento o cirugía que usted necesita. Las investigaciones indican que los pacientes tienden a obtener mejores resultados cuando los atienden en hospitales que tienen mucha experiencia con su condición.

## Otras acciones

- 14** Expresé libremente todas sus inquietudes o preguntas. Tiene usted el derecho de hacerle preguntas a cualquiera que participe en su atención.
- 15** Asegúrese de que alguien, por ejemplo su médico de cabecera, coordine su atención. Esto es aun más importante si usted tiene muchos problemas de salud o está en el hospital.

- 16** Asegúrese de que todos sus médicos tengan toda la información importante sobre su salud. No suponga que todos tienen toda la información que necesitan.



- 17** Pídale a un familiar o amigo que vaya con usted a las citas. Aunque no necesite ayuda ahora, podría necesitarla más adelante.
- 18** Tenga en cuenta que "más" no siempre es "mejor". Le conviene averiguar por qué es necesario un examen o tratamiento y cómo puede ayudarle. Incluso puede que sea mejor no hacérselo.
- 19** Si le hacen un examen, no piense que todo está bien si no lo contactan para darle los resultados. Pregunte cómo y cuándo recibirá los resultados.
- 20** Aprenda sobre su condición y tratamientos, haciéndole preguntas a su médico y enfermera y usando otras fuentes confiables. Por ejemplo, puede ver las opciones de tratamiento, según la evidencia científica más reciente, en la página web de Effective Health Care (Efectividad de la Atención Médica): <http://effectivehealthcare.ahrq.gov/index.cfm/guides-for-patients-and-consumers/informacion-en-espanol>. Pregunte a su médico si su tratamiento se basa en la evidencia más reciente.

