

Pregunte. No tenga miedo de pedir a su médico o al personal de enfermería que le expliquen algo que usted no entiende. Usted puede decirles: «No entiendo muy bien. ¿Me lo puede explicar más fácil?».

Vaya acompañado de un amigo o familiar para que tome notas durante las citas. Ellos pueden registrar sus preguntas y respuestas para que después usted pueda digerir la información.

No se calle. Si algo le preocupa o no le queda claro, méncionelo de manera constructiva. Es importante que comunique sus inquietudes y opiniones.

Dígales lo que usted sabe. Comunique lo que usted ya sabe y lo que desea saber. Pídale a su proveedor que le explique las cosas de manera que pueda entenderlas. Puede servirle repetir lo que escucha. Podría empezar un oración diciendo «Entonces, usted quiere decir que yo debería...»

Pregúntele a su enfermero/a. Los miembros del personal de enfermería de oncología tienen muchos conocimientos y pueden ser muy buenos recursos para usted y su familia.

Mire las imágenes. Pida ver las exploraciones y los informes, o pídale al médico que dibuje un esquema o que le muestre un video. Cada persona tiene estilos de aprendizaje diferentes y ver la información podría ayudarle a entender con más facilidad.

Señáleles lo que funciona. Si su proveedor le explica algo de una determinada manera que funciona para usted, hágaselo saber. Usted puede decir «Ver las imágenes realmente me ayudó a comprender lo que usted trataba de explicarme».

Agradezca. Si su proveedor se supera y le hace sentirse cómodo, manifieste su agradecimiento por sus esfuerzos.

¡Sea su propio defensor! Si su proveedor no satisface sus necesidades, usted tiene derecho a decírselo o a cambiar de proveedor. Usted controla su tratamiento y debería hacer lo que sea que necesite para recibir la mejor atención posible.