Pulmonary Fibrosis Foundation™



Aspectos básicos sobre la telemedicina

PARA EL PACIENTE CON FIBROSIS PULMONAR

ÍNDICE RÁPIDO

Introducción a la telemedicina 1

Ventajas y desventajas de la telemedicina 1

Cuándo consultar en persona a un proveedor de atención médica 2

Prepararse para su cita 2

Cobertura de seguro 3

Tecnología de solución de problemas 3

Durante y después de su visita 4

¿Tiene preguntas que no se responden en esta guía?

Comuníquese con el Centro de ayuda de PFF por teléfono al 844.TalkPFF (844.825.5733) o por correo electrónico a help@pulmonaryfibrosis.org.

Telemedicina: Una visita virtual a su proveedor de atención médica

La telemedicina es el uso de tecnología (teléfono inteligente, tableta, computadora portátil o computadora de escritorio) para conectar a los pacientes directamente con sus proveedores de atención médica.

Muchas personas están más familiarizadas con la telemedicina interactiva, que ocurre en tiempo real y puede sustituir una visita en persona en el consultorio. La telemedicina interactiva es popular tanto para la atención primaria como para la atención especializada (como cuando usted necesita ver a su neumonólogo). También puede ser útil para controlar enfermedades crónicas y medicamentos. Durante una visita de telemedicina, su proveedor de atención médica puede ver cómo está usted, diagnosticarlo y tratarlo. Los proveedores de atención médica pueden hacer cosas como prescribir recetas y solicitar pruebas a través de la telemedicina interactiva.

La telemedicina también puede ser asíncrona. La telemedicina asíncrona involucra a proveedores de atención médica y pacientes que intercambian mensajes similares al correo electrónico o comparten información médica como informes de laboratorio, estudios de diagnóstico por imágenes y videos, a menudo a través de portales de pacientes como "MyChart" (consulte también la página 4). En el monitoreo remoto de pacientes, estos usan dispositivos en el hogar para recopilar y enviar información a los proveedores de atención médica para fines de monitoreo. El monitoreo remoto de pacientes se usa con frecuencia para pacientes con enfermedades crónicas, personas con alto riesgo de desarrollar enfermedades o complicaciones por una enfermedad, y para pacientes recién dados de alta del hospital.

En los últimos años, la telemedicina se ha vuelto cada vez más popular, pero desde el inicio de la crisis por la COVID-19, la telemedicina se ha tornado mucho más frecuente. Algunas leyes, requisitos de seguros y normas de los proveedores de atención médica sobre la telemedicina han cambiado para facilitar la reducción del contacto entre personas durante la COVID-19. Este folleto proporciona una descripción general de una "visita" de telemedicina con su proveedor de atención médica: qué esperar, cómo prepararse y participar en una cita con éxito, y qué hacer después de la visita.

Telemedicina frente a telesalud

Los términos telemedicina y telesalud se utilizan a menudo de forma intercambiable. En términos técnicos, la telemedicina se refiere a los servicios clínicos proporcionados a través de la tecnología, mientras que la telesalud incluye una gama más amplia de iniciativas médicas, como alertas de salud pública y conferencias médicas en línea.

VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE LA TELEMEDICINA

La telemedicina proporciona más opciones a los pacientes, pero no es adecuada para todas las situaciones de atención médica. Cuenta con muchos beneficios y también con algunos inconvenientes.

VENTAJAS

- Ahorra tiempo, incluidos los traslados y los tiempos de espera.
- Evita la exposición a gérmenes e enfermedades infecciosas.
- Permite el acceso a proveedores médicos que no están cerca de usted.
- Facilita las citas médicas a los pacientes que están muy enfermos o tienen movilidad limitada.
- Puede programarse durante un descanso laboral.
- Puede ahorrar dinero: en promedio, las visitas de telemedicina cuestan menos que una visita en persona, y también puede ahorrar dinero al no tener que tomar tiempo libre fuera del trabajo, usar transporte o pagar por el cuidado de los niños.
- Ofrece la comodidad de su propio entorno.

DESVENTAJAS

- Necesitará una buena conexión a Internet y el dispositivo adecuado (teléfono inteligente, tableta o computadora).
- No todos los problemas de salud y los procedimientos son adecuados para telemedicina.
- Su proveedor de atención médica solo puede hacer un examen muy limitado y es posible que no pueda hacer todas las pruebas que normalmente se realizan en la visita al consultorio.
- Según las leyes estatales, es posible que no pueda asistir a una visita de telemedicina con un proveedor de atención médica fuera de su estado.
- Los proveedores de atención médica aún pueden querer que asista a una visita en persona después de una cita de telemedicina.
- Su compañía de seguros puede pedirle que utilice a sus proveedores de telemedicina.
- No todos los sistemas médicos y las prácticas médicas pueden ofrecer telemedicina; hable con su proveedor de atención médica para ver si es una opción para usted.

CUÁNDO CONSULTAR EN PERSONA A UN PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA

Dado que su proveedor de atención médica no puede tocar su cuerpo, escuchar sus pulmones, tomar muestras de sangre, realizar radiografías u otros estudios por imágenes, ni proporcionar otros servicios clínicos que requieran que usted esté en el consultorio, la telemedicina tiene algunas limitaciones.

Muchos proveedores de atención médica recomiendan que las primeras visitas de pacientes se realicen en persona y reserven las citas de telemedicina para las visitas de seguimiento. Las personas que tienen problemas de visión o audición pueden encontrar más difíciles las visitas de telemedicina.

Si no está seguro si necesita asistir al consultorio, llame a su proveedor de atención médica para preguntar. En el caso de los pacientes con fibrosis pulmonar, los proveedores de atención médica pueden pedirle que asista al consultorio por motivos como estos:

- Niveles de oxígeno que disminuyen más de lo habitual en su actividad actual
- Fiebre
- Aumento de la falta de aire con tos no productiva
- Un síntoma nuevo para usted o le preocupa
- Una sensación general de que está peor o que algo va mal

IMPORTANTE:
La telemedicina no es para emergencias

La telemedicina no es adecuada en situaciones de emergencia como infarto de miocardio, accidente cerebrovascular, cortes y laceraciones graves o huesos rotos, todo lo que requiera atención inmediata y práctica de atención médica. Obtenga atención médica de inmediato si tiene dolor o presión persistente en el pecho o tiene los labios o la cara de color azulado. Su cuidador u otra persona que viva con usted también debe buscar atención de emergencia para usted si tiene una nueva confusión o no se lo puede despertar.

PREPARARSE PARA SU CITA

Como no se reunirá con su proveedor de atención médica en persona, una visita de telemedicina requiere un poco de preparación adicional para ayudar a su proveedor de atención médica a proporcionarle la mejor atención posible. Antes de su visita:

- Haga una lista de todos sus medicamentos, lo que incluye la cantidad que recibe de cada medicamento y los momentos del día en los que recibe cada medicamento. Incluya vitaminas y otros fármacos de venta libre (sin receta).
- Haga una lista de todas las recetas que necesiten un pedido de reposición de su proveedor de atención médica.
- Anote cualquier síntoma que haya experimentado y si ha cambiado algo desde su última visita.
- Mídase el peso y la temperatura. Si tiene un oxímetro de pulso y/o un manguito para medir la presión arterial, verifique sus niveles de oxígeno, frecuencia cardíaca y/o presión arterial. Anote toda esta información para poder compartirla con su proveedor de atención médica.
- Desde el consultorio de su proveedor de atención médica le pueden pedir que se someta a pruebas de función pulmonar o análisis de sangre antes de su visita de telemedicina. Pregunte lo que se necesita y realice las pruebas lo antes posible con anterioridad a la cita.
- Para asegurarse de que puede analizar libremente sus problemas de salud, elija un lugar tranquilo y privado para realizar su visita de telemedicina. Asegúrese de contar con buena iluminación y una conectividad fiable a Internet en el lugar elegido.
- Puede ser útil que haya un familiar o amigo de confianza presente en la visita de telemedicina para tomar notas, de modo que usted pueda centrarse en escuchar a su proveedor.
- Asegúrese de que dispone de la tecnología adecuada y que funciona correctamente (consulte la página 3).

Protección de la privacidad

Al igual que en una visita en persona, la información médica que comparta durante una cita de telemedicina está cubierta por la ley federal denominada Ley de Portabilidad y Responsabilidad de los Seguros Médicos (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA), que establece limitaciones estrictas sobre cómo se puede compartir esa información. Sin embargo, debido a la necesidad de aumentar rápidamente el acceso a la telemedicina durante la COVID-19, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. permite a los proveedores de atención médica utilizar videoconferencias no conformes con la HIPAA como Skype y FaceTime. Si le preocupa la privacidad, pregunte a su proveedor de atención médica si se dispone de una solución de telemedicina conforme con la HIPAA.

Dos memorias son mejores que una

Solicite a un familiar cercano, cuidador o compañero de hogar que le ayude a preparar la lista de los síntomas recientes, medicamentos y otra información que compartirá con su proveedor de atención médica durante su visita de telemedicina. Es fácil para eventos de salud menores, como un breve período de mareo o un nuevo medicamento de venta libre que no recordamos, tener a alguien cerca de usted para ayudarlo a hacer la lista para tener la seguridad de que esté lo más completa posible.

COBERTURA DE SEGURO

La cobertura de seguro para las visitas de telemedicina ha aumentado durante la pandemia de coronavirus, y las leyes y normas continúan cambiando. Medicare y Medicaid, que solían usar la telemedicina solo para pacientes rurales, tienen una cobertura ampliada mientras dure la crisis de la COVID-19. Muchas aseguradoras privadas también tienen una cobertura de telemedicina ampliada durante la pandemia, y algunos estados requieren que las aseguradoras cubran las visitas de telemedicina durante la emergencia a causa de la COVID-19.

Para obtener detalles sobre lo que su seguro pagará, pregunte a su compañía de seguros, consulte el sitio web de su departamento de salud estatal o consulte las directrices de beneficios para empleados de su compañía. Si su seguro no cubre la telemedicina y usted decide pagar la visita usted mismo, una visita de telemedicina suele ser menos cara que una visita en persona.

TECNOLOGÍA DE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Cuando concierte su cita, en el consultorio de su proveedor de atención médica le informarán qué programa o aplicación se está usando para las visitas de telemedicina. Para reducir el estrés y aprovechar al máximo su tiempo con su proveedor de atención médica, lo mejor es configurar y volver a verificar la tecnología que necesitará antes de su visita. Pida ayuda tecnológica a un familiar o amigo si no se siente seguro de hacerlo por su cuenta.

- Decida qué dispositivo utilizará para su visita: teléfono inteligente, tableta o computadora.
- Tenga un plan de respaldo: si tiene un problema de último minuto al unirse a la visita en su computadora, planifique unirse con su teléfono inteligente o teléfono si es necesario.
- Asegúrese de que su hardware, software y conexión a Internet puedan soportar una visita de video. Una conexión con cable suele ser mejor que Wi-Fi. Si su proveedor de atención médica utiliza una aplicación para visitas de telemedicina, descárguela antes de su visita. Es posible que también necesite crear una cuenta de usuario dentro de la aplicación o en un programa basado en la web.
- Realice la prueba de tecnología con antelación. Descargue/instale las actualizaciones necesarias. Compruebe cómo se verá en la cámara y pruebe el micrófono.
- Antes de la visita, asegúrese de que su dispositivo esté cargado o enchufado. Compruebe que el volumen esté a un buen nivel.

DURANTE Y DESPUÉS DE SU VISITA

Cuando se siente para asistir a su visita de telemedicina, tenga papel y bolígrafo a mano. Considere tener un familiar u otra persona de confianza con usted para contar con otro conjunto de oídos para las opiniones e instrucciones de su proveedor de atención médica. Estos son algunos consejos para aprovechar al máximo su visita de telemedicina:

- Esté presente unos minutos antes. Al igual que puede pasar tiempo en una sala de espera antes de una cita en persona, esté preparado para esperar un tiempo breve a fin de estar conectado para su visita de telemedicina. De forma similar a una visita al consultorio, la primera parte de su cita puede ser con un integrante del personal de enfermería o un técnico para verificar su nombre y fecha de nacimiento, recopilar información como su peso y sus niveles de oxígeno y actualizar la lista de sus medicamentos.
- Hable con claridad, asegurándose de que su proveedor de atención médica pueda oírlo. Asegúrese de que usted pueda verse con claridad a través de su cámara.
- Informe claramente a su proveedor de atención médica sobre sus síntomas y responda las preguntas del proveedor.
- Tome notas detalladas sobre las instrucciones del proveedor de atención médica. Haga preguntas si algo no está claro.
- Después de una consulta de telemedicina, es posible que no reciba el resumen de la visita por escrito que normalmente recibe en una consulta en persona.

  A medida que finalice su cita, asegúrese de comprender los siguientes pasos para usted y su proveedor de atención médica, incluidas las pruebas de seguimiento, los cambios en los medicamentos, las próximas visitas y los métodos de comunicación con su proveedor de atención médica. Es una buena idea revisar estas cosas en voz alta con su proveedor de atención médica.
- Cuando haya terminado su visita, realice un seguimiento inmediato de las instrucciones recibidas para los siguientes pasos.

Sea paciente consigo mismo y con su proveedor de atención médica. Todos estamos aprendiendo a utilizar nuevas tecnologías juntos. Su proveedor de atención médica sabe que muchos pacientes están participando en telemedicina por primera vez, así que no se preocupe si se tarda algún tiempo en aprender.

Usar un portal de pacientes

Si su proveedor de atención médica le ofrece un portal de pacientes en línea, piense en configurar una cuenta de usuario si aún no la tiene. Los portales de pacientes son formas cómodas y con privacidad para revisar resúmenes posteriores a las visitas, resultados de laboratorio e instrucciones para el seguimiento. Si su proveedor de atención médica lo permite, también puede utilizar el portal para comunicarse directamente con su proveedor a través de mensajes seguros similares a los correos electrónicos. Es posible que tenga que solicitar al consultorio de su proveedor de atención médica un código de acceso u otras instrucciones de configuración antes de poder crear una cuenta de usuario en el portal.

PRÓXIMA CITA

Fecha _____ Hora _____

Proveedor de atención médica _____

NOTAS

Utilice esta sección para anotar la información que desee compartir con su proveedor de atención médica, tomar notas durante su cita o anotar las instrucciones de seguimiento.

Pulmonary Fibrosis Foundation™

223 W. Jackson Blvd., Suite 350
Chicago, Illinois 60606
844.825.5733
info@pulmonaryfibrosis.org
pulmonaryfibrosis.org

¿TIENE PREGUNTAS QUE NO SE RESPONDEN EN ESTA GUÍA?

Comuníquese con el Centro de ayuda de PFF por teléfono al 844.TalkPFF (844.825.5733) o por correo electrónico a help@pulmonaryfibrosis.org.

AGRADECIMIENTOS

PFF agradece enormemente a estas organizaciones por la información contenida en este folleto:

Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología

Academia Americana de Dermatología

Asociación Americana de Telemedicina

Sociedad Americana de Tórax

Centros de Servicios de Medicare y Medicaid

Drugwatch.com

Goodrx.com

Health Care Information and Management Systems Society, Inc.

Johns Hopkins Medicine

University of Southern California

v0221