

## EL SERVICIO NACIONAL DE SALUD RECOMIENDA HACER 3 PREGUNTAS

**Hacer 3 preguntas** ayuda a los pacientes a implicarse en sus propias decisiones sobre asistencia sanitaria.\*

Con toda probabilidad deberá tomar decisiones sobre su asistencia sanitaria. Por ejemplo, le pueden pedir que:

- decida si desea o no recibir el tratamiento
- escoja entre distintos tipos de tratamiento
- confirme si desea continuar con el mismo tratamiento

### SU ELECCIÓN DEBE BASARSE EN LO QUE ES IMPORTANTE PARA USTED

Si le piden que tome una decisión, es posible que tenga muchísimas preguntas al respecto. También querrá comentar sus opciones con sus familiares o amigos. Resulta útil escribir la lista de preguntas para las que desea una respuesta y llevársela a su cita.

## HACER 3 PREGUNTAS

Para empezar, asegúrese de recibir una respuesta a estas tres preguntas clave en caso de que le pidan que tome una decisión acerca de su asistencia sanitaria.

1. ¿Qué opciones tengo?
2. ¿Qué ventajas y desventajas tiene cada opción en mi caso?
3. ¿Cómo puedo obtener ayuda para tomar la decisión correcta para mí?

\* "Hacer 3 preguntas" está basado en Shepherd HL, et al. *Three questions that patients can ask to improve the quality of information physicians give about treatment options: A cross-over trial.* (Tres preguntas que los pacientes pueden plantear para mejorar la calidad de la información que los médicos ofrecen sobre las opciones de tratamiento: Ensayo cruzado.) *Formación y orientación para pacientes*, 2011;84: 379-85.

## "QUEREMOS SABER LO QUE ES IMPORTANTE PARA USTED ..."

El personal que interviene en su asistencia sanitaria quiere ayudarle a que se implique más ofreciéndole información sobre sus opciones.

Desean saber lo que es importante para usted.

Responder a estas preguntas y saber lo que es importante para usted les resultará útil para ayudarle a tomar la mejor decisión acerca de su asistencia sanitaria.

“

*Las 3 preguntas son una herramienta útil para dar poder al paciente en la consulta. Actúan de catalizador para una toma de decisiones conjunta haciendo que el paciente guíe la conversación para que valore las opciones, riesgos y beneficios y, entonces, tomar una decisión compartida.”*

GP, Oldham

## "HICE 3 PREGUNTAS ..."

Estas son algunas personas a las que les ayudó obtener respuestas a las 3 preguntas.

“

*Conocer los posibles efectos secundarios de los distintos medicamentos que podía tomar me ayudó a sopesar los pros y los contras de cada uno y, sabiendo los riesgos, tomé la decisión correcta.”*

Paciente renal

“

*Utilicé las 3 preguntas durante todo mi embarazo para averiguar las opciones disponibles para mi asistencia. Saber más sobre cada opción me resultó muy útil para determinar cuál encajaba mejor con mis valores y necesidades.”*

Paciente de maternidad

## OTRAS PREGUNTAS QUE ME GUSTARÍA HACER DURANTE MI CONSULTA:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Recuerde que puede acudir a su cita acompañado de un familiar, cuidador o amigo.

## TOMA DE DECISIONES CONJUNTA

Trabajar con el programa de "Toma de decisiones conjunta sobre la asistencia correcta" para fomentar la toma de decisiones conjunta entre pacientes y profesionales.

## HACER 3 PREGUNTAS

