

## Siguiendo las órdenes del médico

### *Abogue por el acceso a atención médica de calidad y asequible*

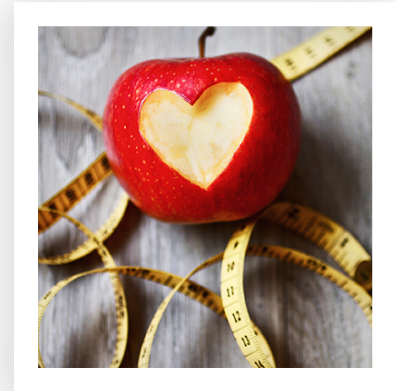
#### Esquema de la clase

##### Llamado a la acción

Llamado a la acción: You're the Cure: chequee su salud y busque apoyo para que todos tengan igualdad de acceso a la atención médica.

##### Una necesidad a nivel comunitario

En 2010, el Congreso sancionó la reforma nacional de salud, conocida como la Ley de Cuidado de Salud Asequible (ACA, por sus siglas en inglés) A través de esta ley, las acceso a un seguro de salud asequible. Asimismo, también ofrece la posibilidad de practicarse gratuitamente evaluaciones de salud y otros chequeos para prevenir enfermedades (servicios de salud preventivos) a través de Medicare y nuevos planes de salud privados. Los servicios preventivos son claves para gozar de buena salud. Quizás piense que tan solo son “las órdenes del médico”.



Entre los beneficios adicionales para las comunidades multiculturales se incluyen los siguientes:

- Ampliar los programas para aumentar la diversidad racial y étnica entre los profesionales médicos.
- Incrementa la financiación para las clínicas de salud de la comunidad, que actualmente atienden a uno de cada cuatro residentes de bajos ingresos, de origen multicultural.

Pese a los avances logrados a través de la ACA, las comunidades multiculturales aún encuentran obstáculos en el acceso a los servicios de salud. Asimismo, los miembros de los grupos multiculturales suelen estar menos dispuestos a contratar un seguro médico y tienen mayores posibilidades de enfrentarse a un acceso limitado a la atención médica de calidad.

Las tasas de mortalidad por enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares entre las personas de color son un 34 por ciento más altas que las de la población estadounidense general.

- Las personas de color suelen ser 20 veces más propensos a sufrir insuficiencia cardíaca antes de los 40 años.
- Aproximadamente 1 de cada 4 (27 por ciento) adultos de color no tiene cobertura de seguro, en comparación con los adultos blancos, cuyo porcentaje alcanza el 15 por ciento.
- Casi la mitad (40 por ciento) de los afroamericanos que califican para recibir los servicios ampliados de Medicaid quedan afuera de esta nueva opción de cobertura, en comparación con el 24 por ciento de los hispanos/latinos que califican y el 29 por ciento de los caucásicos que califican.

Nuestro mensaje de hoy: aprovechar los servicios gratuitos de salud preventiva, hacerse chequeos de salud regulares y lograr que el alcance de la ACA sea aún mayor. ¿De qué manera podemos garantizar la igualdad en el ámbito de los servicios médicos y permitir que todos los estadounidenses tengan la misma oportunidad de mejorar su estado de salud y evitar enfermedades mortales? “Siguiendo las órdenes del médico” es un material educativo donde se indican las medidas a tomar para facilitar el acceso a la atención médica de calidad a todas las personas en su comunidad. Incluye tres casos reales con relatos de comunidades similares. Para contribuir a la participación activa, se alienta a los participantes a sumarse a la red “You’re the Cure” de la American Heart Association, que trabaja en este sentido.

### **Tres puntos importantes**

Llevamos vidas ajetreadas y muchos de nosotros estamos expuestos a una excesiva cantidad de información. Es por eso que aquí nos enfocaremos en tres mensajes fundamentales sobre la salud:

- Inscríbase, utilice sus beneficios de salud y hágase los chequeos de prevención correspondientes.
- Existen comunidades que han avanzado mucho para superar las barreras en el acceso a los servicios médicos, de modo que nosotros también podemos hacerlo.
- Súmese a You’re the Cure: Trabaje como voluntario, ofrezca su apoyo y tome participación activa.

### **Chequeo de salud de EmPowered To Serve**

El chequeo de salud de EmPowered To Serve es una alternativa para que los miembros de cada comunidad tomen conciencia de la importancia que tiene controlar su presión arterial y su peso. El objetivo es lograr que al menos un 15 % de su organización comunitaria haga un chequeo de estos números. Lo siguiente es lograr que completen la evaluación de salud personal Marcando los 7 pasos para mi salud®, a través de la URL exclusivo de su grupo.

Puede alentar a los participantes a que se hagan este chequeo de salud opcional de EmPowered To Serve de distintas maneras:

- Antes de iniciar el programa, solicite a los participantes que chequeen su presión arterial y su peso en sus hogares, en un puesto Higi (controlador de salud portátil) o en el consultorio de su médico.
- Coloque una balanza y un tensiómetro en el lugar donde se desarrollará el programa. Solicite a los participantes que chequeen su peso y presión arterial antes de que comience el programa.
- Invite a un proveedor de atención médica local o solicite la participación de una organización dedicada a la atención médica para que se encargue de medir la presión arterial y el peso de los participantes al inicio del programa.
- Si tiene la posibilidad de hacer una evaluación de salud a los participantes, intente incluir un examen de los niveles de glucosa y colesterol.

### **Duración del programa**

- Calcule entre 1 hora y 1 hora y ½ para presentar la clase.
- Si decide incluir una evaluación de salud, añada un período de 20 minutos o más previo al inicio de la clase para que los participantes puedan hacerse el chequeo de la presión y del peso.

### **Materiales del programa**

- Una pizarra caballete con folios y marcadores.
- Manuales (descargue el documento y haga una copia por participante):
  - ¿Por qué es importante tener un seguro de salud?
  - Formulario de comentarios.
- Bolígrafos para completar los formularios de comentarios.
- Bolsitas de souvenirs Póngase en contacto con compañías de la zona, como hospitales, centros de bienestar, clínicas y otras organizaciones dedicadas a la salud. Pregúnteles si pueden donar obsequios para entregar a los participantes. Ingrese también a la tienda de la American Heart Association ([shop.heart.org](http://shop.heart.org)) para comprar folletos al por mayor.

### **Recursos audiovisuales**

- Proyector para las diapositivas del PowerPoint.
- Conexión a Internet (opcional).

No tiene acceso a un proyector de diapositivas? Imprima las diapositivas y colóquelas en una carpeta. Use las diapositivas a modo de guía para dar su clase sobre salud.

### **Concluir**

¡Advertencia! Asegúrese de completar el cuestionario de embajador después de que sus participantes se han ido. Para obtener más detalles, consulte la página 11 del cuestionario de embajador.

### **Programa de diapositivas con puntos a desarrollar y preguntas de debate**

En la presentación de PowerPoint, las diapositivas incluyen una sección de “notas” donde se insertan comentarios relacionados con la clase. Use este recurso como ayuda para dar la clase. A fin de instar al grupo a participar, los puntos a desarrollar también incluyen preguntas orientadas a generar un debate. A modo de referencia, ofrecemos una lista de estas preguntas a continuación:

- ¿Cuáles creen ustedes que son algunos de los motivos por los que hay desigualdad en materia de salud entre las comunidades multiculturales? (RESPUESTA: Las desigualdades se deben a una variedad de factores complejos, como los ingresos, la educación, los antecedentes familiares, el acceso a la atención médica y las barreras en la comunicación).
- ¿De qué manera se puede alentar a los miembros de nuestras comunidades multiculturales a ser médicos, enfermeros y otro tipo de proveedor de atención médica?
- ¿Afecta a los miembros de nuestra comunidad el acceso limitado a servicios de atención médica de calidad?
- ¿Cuáles creen ustedes que son algunas de las barreras que impiden que los miembros de la comunidad logren el acceso a los servicios de atención médica que necesitan?
- ¿Qué tipos de medidas podemos tomar como comunidad para superar estas barreras?
- ¿Qué medidas facilitarían a las personas de nuestra comunidad ir al médico a practicarse las evaluaciones de salud y otros chequeos de prevención?
- ¿Qué podríamos hacer como comunidad para que haya un mayor acceso a la atención médica de calidad?
- ¿Qué medidas podemos comprometernos a asumir HOY para progresar?