

Cómo elegir el médico adecuado



Tenía 44 años cuando por primera vez noté un leve temblor en mi dedo meñique izquierdo. Mi internista lo atribuyó a que yo era “una mujer madura quien pronto tendría su nido vacío.” ¿Por qué entonces, me pregunté con las palabras inmortales de Jerry Lee Lewis, no había visto “muchos más temblores por ahí” entre mis amigas?

Unos meses más tarde, cuando mis temblores empeoraron, acudí a un neurólogo general para que me diera una segunda opinión. Su diagnóstico — basado en mi edad — fue temblor esencial. Obviamente, él aún no había leído la copia de la revista *People* que reposaba en la sala de espera del consultorio, cuya historia central era la asombrosa revelación que hacía Michael J. Fox (¡después de todo, Michael tan solo tenía 30 años cuando recibió su diagnóstico!).

Mi investigación exhaustiva en Internet ya me había convencido de que yo tenía Parkinson, y me propuse encontrar el médico adecuado que me pudiera orientar sobre lo que yo sabía que iba a ser una jornada larga y difícil. Necesitaba a alguien que me sirviera de médico de cabecera, y que estuviera a la vanguardia de las últimas investigaciones y estrategias de tratamiento. Sin saber a quién más recurrir, llamé a la Parkinson's Foundation para que me remitieran a alguien. Lo que obtuve fue una verdadera “unión hecha en el cielo.”

Las investigaciones dicen que mientras mejores sean las relaciones que los pacientes tienen con sus médicos, mayor es la probabilidad de que sigan sus tratamientos y mejoren su salud y/o calidad de vida. En esta columna sugiero varias maneras de encontrar el médico adecuado para usted.

¿Especialista en trastornos del movimiento o neurólogo general?

Aunque no existe una cura para el Parkinson, hoy en día hay una cantidad cada vez mayor de medicamentos que ofrecen un significativo

y duradero alivio a los síntomas. El reto, tanto para los médicos como para los pacientes, es decidir juntos cuándo introducir qué medicamento para el Parkinson y, conforme la enfermedad avanza, cómo combinarlos y a qué dosis para controlar de manera óptima los síntomas de la enfermedad y minimizar los efectos secundarios del tratamiento.

Aquí es donde los especialistas en los trastornos del movimiento (MDS, por sus siglas en inglés) — que son neurólogos que tienen una formación adicional en esta sub-especialidad, la cual incluye al Parkinson — tienen una ventaja sobre los neurólogos generales. Debido a que ellos tratan a un gran número de pacientes con Parkinson, los MSD tienden a ser más experimentados en el diagnóstico y tratamiento que la mayoría de neurólogos generales o internistas. Con frecuencia están vinculados a importantes instituciones médicas y también pueden estar involucrados en la investigación y/o la enseñanza, lo que los mantiene actualizados en cuanto a las oportunidades de ensayos clínicos para los cuales sus pacientes podrían reunir los requisitos.

Aunque usted tenga que desplazarse una distancia un poco mayor, la mayoría de las personas con Parkinson aseguran que vale la pena — especialmente puesto que usted solamente tiene que hacer este viaje dos o tres veces al año. Su neurólogo podría seguir a cargo de sus necesidades de salud básicas y, si es necesario, consultar por teléfono, fax o correo con su MSD.

Cómo encontrar su médico

Gracias a mi experiencia, me he dado cuenta de que existen diversas maneras de encontrar un médico con una buena reputación para tratar la enfermedad de Parkinson. Primero, pida referencias a sus amigos, familiares y compañeros de trabajo. Segundo, acuda a las sesiones educativas y los grupos de apoyo para personas con Parkinson y sus familiares, y pida recomendaciones.

Otra estrategia es contactar a los expertos, por teléfono o Internet. Varias de las organizaciones nacionales para el Parkinson mantienen listados de especialistas. Comience por llamar a la Parkinson's Foundation en el (800) 473-4636.

Cerciórese de verificar que los médicos pertenezcan a la red de su seguro de salud y que acepten Medicare. Por último, contacte a su departamento estatal de seguros para ver si los médicos que usted está considerando tienen alguna demanda pendiente contra ellos.

La primera cita

Revise las referencias que obtuvo y la información que haya recolectado acerca de cada médico. Programe una cita con el médico que usted crea que es el más idóneo y haga una lista de preguntas para llevar ese día. El recuadro de esta página provee un listado de preguntas que usted debe hacerse antes de la cita para ayudarle a decidir si ha elegido el médico más adecuado para usted.

Cualquiera que sea el diagnóstico del primer médico, es posible que usted quiera pedir una segunda opinión. Un buen médico nunca se sentirá ofendido por esto, y hasta podría remitirlo a uno de sus colegas. Si le gustó el primer médico, usted puede regresar a verlo para continuar el tratamiento después de la segunda opinión. (Asegúrese de confirmar que la cita para la segunda opinión esté cubierta por su seguro.)

En un grupo de apoyo por Internet para las personas con Parkinson con el nombre de BrainTalk, un hombre llamado Todd hizo una astuta observación: "Bien sea que usted tenga o no una buena relación con su médico, debe poder confiar en él y sentir que lo respetan como persona y como paciente."

8 preguntas para hacerse usted mismo su médico:

- ✓ **¿Lo hace sentirse relajado y a gusto al discutir sus inquietudes?**
- ✓ **¿Parece saber escuchar, y es observador y atento?**
- ✓ **¿Toma seriamente sus opiniones y preguntas?**
- ✓ **¿Responde sus preguntas a satisfactoriamente?**
- ✓ **¿Lo alienta a tomar parte en las decisiones y el tratamiento?**
- ✓ **¿Permite un buen tiempo para que usted haga sus preguntas?**
- ✓ **¿Parece abierto a tratamientos alternativos?**
- ✓ **¿Invita al contacto por correo electrónico entre cita y cita?**

Sheryl Jedlinski es escritora auto-empleada y auto-editora. Ella es la Coordinadora de Comunicaciones para el Parkinson Pipeline Project. Sheryl es casada, tiene dos hijos adultos y vive en Palatine, IL.