



ATENCIÓN DE SALUD EN LOS ESTADOS UNIDOS

El sistema de atención de salud en los Estados Unidos es complejo y puede ser difícil de entender al principio. Recuerde que el personal de reasentamiento puede ayudarlo a responder sus preguntas y proporcionarle más información.

SU EXAMEN MÉDICO INICIAL

Probablemente, su primer contacto con el sistema de atención de salud de los Estados Unidos sea el primer examen médico que le hagan. Su agencia de reasentamiento programará el examen poco después de su llegada y en él se detectarán problemas de salud que puedan afectar a su reasentamiento, como su capacidad para trabajar o la de sus hijos para ir a la escuela. Es posible que sus hijos reciban vacunas durante el examen, ya que todos los niños que se inscriban en la escuela pública deben demostrar que han sido vacunados.

PROVEEDORES DE ATENCIÓN DE SALUD

Hay distintos tipos de proveedores de atención de salud en los Estados Unidos. Estos son algunos proveedores habituales:

Departamento de Salud Pública: se encarga de la vacunación contra enfermedades y de ofrecer otros servicios de cuidados preventivos, incluidas las pruebas y el tratamiento para la tuberculosis. Los servicios preventivos de salud permiten prevenir enfermedades antes de que ocurran. Para los refugiados, estos servicios son generalmente gratuitos o muy económicos. Por lo general, es necesario tener una cita.

Clínicas comunitarias y centros de salud: en estos centros se proporcionan servicios básicos de salud y orientación médica. En algunos de ellos también se ofrece atención odontológica y exámenes de la vista. En algunas clínicas de ciudades, se atienden tipos específicos de pacientes, como mujeres embarazadas o personas con VIH/SIDA. En las clínicas se aceptan los seguros privados y Medicaid (un seguro del Gobierno para personas de bajos recursos) y en muchas se cobra una tarifa en función de la capacidad del paciente para pagar.

ATENCIÓN DE SALUD



Médicos privados: son generalistas o especialistas. Los médicos generalistas proporcionan atención médica general, lo que incluye chequeos anuales. Los especialistas trabajan en un área de la medicina. Algunos especialistas atienden a ciertos grupos de personas, como mujeres o niños. Otros se especializan en una parte o un sistema del cuerpo, como el corazón, los ojos o los pies. Se necesita una cita para atenderse con un médico privado. Antes de atenderse con un médico privado, generalmente debe demostrar que puede pagar la visita o que tiene un seguro.

Hospitales: son para pacientes con problemas especiales que necesitan análisis o cirugía. Normalmente, su médico lo remitirá a un hospital o lo admitirán después de acudir a la sala de emergencias. La atención hospitalaria es costosa, y es posible que, antes de ingresar a un hospital, se le pida que demuestre que puede pagarla o que tiene un seguro. Sin embargo, en las salas de emergencias de los hospitales no pueden rechazarlo si no tiene los recursos para pagar.

Salas de emergencias: son para problemas repentinos y graves de salud. No se necesita una cita para acudir a la sala de emergencias, pero es un lugar muy concurrido y puede que tenga que esperar bastante tiempo si su problema no es grave. La atención que se ofrece en una sala de emergencias es muy costosa. Si su problema no es una emergencia, debe programar una cita en una clínica o en el consultorio de un médico.

Clínicas de urgencias: existen en algunas comunidades. Estas clínicas se usan para situaciones en que tenga una enfermedad o lesión que requiera atención inmediata, pero que no sea lo suficientemente grave como para acudir a una sala de emergencias. No se necesita una cita en estas clínicas.

SUS DERECHOS A LA ATENCIÓN DE SALUD

En los Estados Unidos, usted tiene dos importantes derechos relacionados con la atención de salud. Tiene derecho a recibir servicios de interpretación y a la confidencialidad. Indique al personal de la clínica o del hospital que necesita un intérprete cuando programe una cita o pida atención de emergencia. Todo lo que ocurra entre usted y su proveedor de atención médica es confidencial de acuerdo con la ley. Su proveedor de atención médica no puede hablar con su familia, sus amigos o su empleador acerca de su situación de salud sin su permiso.

CONCEPTOS DE SALUD EN LOS ESTADOS UNIDOS

La mayoría de los estadounidenses se hacen un examen médico una vez al año con el fin de saber si tienen problemas de salud antes de que se agraven. Van al dentista dos veces al año para que les haga una limpieza dental a fin de prevenir problemas graves en su dentadura. Los estadounidenses creen que la mayoría de las enfermedades pueden prevenirse mediante la limpieza, la nutrición correcta, el ejercicio y el descanso adecuado.

Cultural Orientation Resource Exchange

8719 Colesville Road, 3rd Floor • Silver Spring, MD 20910

For more information, visit the CORE Resettlement Navigator website at corenav.org.



The contents of this fact sheet were developed under an agreement financed by the Bureau of Population, Refugees, and Migration, United States Department of State, but do not necessarily represent the policy of that agency and should not assume endorsement by the Federal Government. **This material is in the public domain and may be reproduced.**

LIMPIEZA E HIGIENE PERSONAL

La mayoría de los estadounidenses se bañan o duchan a diario, se cepillan los dientes dos veces al día, se lavan con champú a menudo, se ponen desodorante una vez al día y lavan su ropa frecuentemente. En las tiendas se vende todo tipo de productos que evitan verse desaseado o con olor a sudor. La higiene personal puede ser especialmente importante para obtener y mantener un trabajo.

NUTRICIÓN CORRECTA

Tener una nutrición correcta significa comer el tipo de alimentos adecuado para mantener la salud física. También implica limitar alimentos que puedan ocasionar problemas de salud y enfermedades graves si se consumen con frecuencia y en grandes cantidades. Entre esos alimentos se incluyen aquellos con alto contenido de azúcar, sal o grasa (p. ej.: comidas fritas, dulces y gaseosas).

CUIDADOS DE SALUD MENTAL

Los estadounidenses creen que la salud mental es tan importante como la salud física. La salud mental se refiere a cómo se siente, piensa y se comporta usted al afrontar la vida. También se refiere a cómo maneja el estrés. Una buena salud mental incluye el tratamiento que proporciona un profesional de salud mental cuando es necesario. Si en algún momento siente que la vida es muy difícil y que no puede lidiar con sus actividades diarias, debe recurrir a servicios de salud mental. Su agencia de reasentamiento puede ayudarlo a encontrar estos servicios y mantendrá la confidencialidad de su información.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿SE CUBRIRÁN MIS GASTOS MÉDICOS?

Los refugiados reciben algún tipo de seguro de salud pagado por el gobierno. La cobertura varía según la ubicación y los criterios de elegibilidad. Si bien este seguro de salud cubrirá todas sus necesidades de salud críticas, tal vez no incluya atención dental u oftalmológica. Se recomienda que consiga un empleo poco tiempo después de su llegada para que pueda contratar un seguro de salud privado pago a través de su empleador. Si tiene una discapacidad o tiene más de 65 años, el Gobierno de los Estados Unidos le proporcionará un seguro de salud sin costo alguno para usted.

¿QUÉ TIPOS DE SERVICIOS SE OFRECEN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD?

Las leyes de los Estados Unidos protegen y ayudan a las personas con discapacidad. Su agencia de reasentamiento lo ayudará a buscar y obtener servicios destinados a refugiados con discapacidad. Existen un seguro de salud y asistencia monetaria para refugiados con discapacidad, que pueden solicitar estos beneficios después de su llegada.