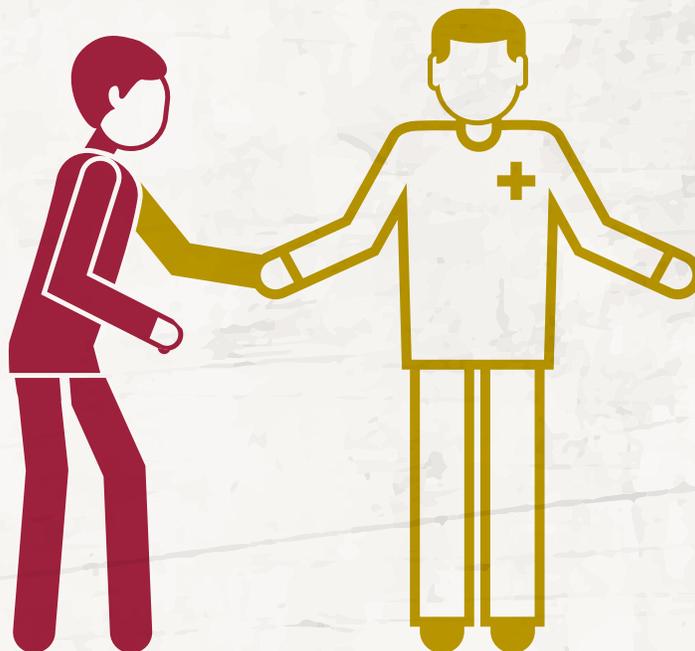


RECOMENDACIONES GENERALES DIRIGIDAS A LOS PACIENTES PARA MEJORAR LA RELACIÓN CON SU MÉDICO DURANTE LA CONSULTA



LENGUA INDÍGENA TZELTAL

Yayich' albeyel te bin ut'il lek ya xbenexbel sok te
poxtawanea wunike te ja'ex te aya chamelike
yu' un jich lek ya xk'otbelta pasela te bit' il yaa
wich' ik ilele te yu' un tea poxtawneike.

RECOMENDACIONES GENERALES
DIRIGIDAS A LOS PACEINTES
PARA MEJORAR LA RELACIÓN
CON SU MÉDICO
DURANTE LA CONSULTA.

Automedicarte puede producir reacciones desfavorables en el organismo. Recuerda que lo que el personal de salud te prescribe, es solo para ti y debes concluir el tratamiento. ¡El uso inadecuado de antibióticos representa un riesgo para tu salud!

Estas recomendaciones tienen por objeto mejorar la relación entre usted y su médico durante el proceso de consulta y de esta manera, promover mejores resultados en la atención de su salud. Es importante que sepa que la práctica médica se fundamenta en la autonomía del paciente, que no es otra cosa que otorgarle al paciente el derecho de intervenir en las decisiones de su salud.

Una de las tareas de su médico es aplicar sus conocimientos y tomando en cuenta sus valores y preferencias, proporcionarle información clara, completa y veraz sobre su enfermedad, el tratamiento que le proponga y los riesgos que implica. Por eso, es fundamental intercambiar opiniones con su médico en un ambiente de confianza mutua porque al final de cuentas, ejercer este derecho le permitirá, junto con su médico, tomar las decisiones respecto a la atención de su salud, con plena conciencia de la corresponsabilidad que implica.

De esta manera, usted y su médico realizan un pacto con metas fijas a lo largo del tratamiento o control de su padecimiento, lo que permite ir verificando avances y pactando nuevas acciones hasta lograr la recuperación de su salud.

El médico, con sus conocimientos, le apoya en la recuperación y control de su padecimiento. Sin embargo, usted es quien tiene la última palabra sobre su salud. Por lo anterior, la Comisión Nacional de Arbitraje Médico se dio a la tarea de recopilar información nacional e internacional, opiniones y vivencias de médicos y pacientes, tanto de la atención pública como privada, para detectar los problemas y omisiones más frecuentes que suceden antes, durante y después de la consulta, y así prevenir irregularidades y lo más importante, crear conciencia del papel que juega la relación médico-paciente para mejorar la práctica de la medicina.

YAYICH'ALBEYEL TE BIN UT'IL LEK YA
XBENEXBEL SOK TE POXTAWANEA WUNIKE TE
JA'EX TE AYA CHAMELIKE YU'UN JICH LEK YA
XK'OTBELTA PASELA TE BIT'IL YAA WICH'IK
ILELE TE YU'UN TEA POXTAWNEIKE.

Teme yaa poxtaya' baja tukele ay me maba lek yaya'ay tea bak'etale ya me sk'an yaa na'lek te mach'a ya sna'te poxiletike ja'naxme yaya'betaa tukel melel ja'yu'un tea chamele melel yame sk'an yaa lajin te bin yayabete te poxetike sok teme maba lek yaa tuuntese te bin yayabet te poxtawanee yame yuts'inat.

Te bin yaa wich'albeyele yu'un jich lek yaxlok'at sok tea poxtawanee sok te bit'il yakalaa wich'beel ilele yu'un jich lek ya xchojpata melel yamea na'te bit'il yaa wich'ilel yu'un te poxtawanee yu'un ja'la walbey te yakuk yilate melel jich yaxchopata teta chamele.

Te bin ya spas te poxtawanea wune ja'me yayak'te bin ya sna'e sok te bin lekta pasel yayile sok yayabet te bin ya stak'tapasele ta spisil sok ta smeilelil te bin chamelil staoate sok te bin poxil yaa wuch'bele te maxyuts'in beta bak'etale melel yu'un tulan sk'olal te ya sk'ana wal spisik te bin yaa pase yu'un jich ya sna'lek te poxtawneetike mele jich ya schojpata.

Yu'un jich te yaxk'oat sok te poxtawanea wune yaa wilik te bin ut'il ya xjilexe te bit'il yaa kanan taybelaa wune sok jich yaa wilbelek te bin yakalata lekubele sok te bit'il ya xlekubatbele.

Te poxtawnee ya xkoltawan ta bin ya sna'leke te yu'un jich ya xlekubata sok jich yayich' ilelbelek te bin stajoatete bin tulan sk'olae ja'te bin yajkukaa na'te yunix tulan sk'olal te bin yakala pasbele te sok te poxtawaneawune yu'un jich yaa na'stuun tesel te poxetike melel te jun comisión sbiile te li'ta spamal jlumitike te li'ta mexicoe melel ja'la yil te bin ut'il ayotik ta kuxlejal te sok te poxtawanetike son te mach'a ay xchamele yu'un jich yayich'ilela te k'opetike melel ay ma xyich'ilel te chameletike.

1. Antes de la consulta.

Su salud es muy valiosa, prevenir es importante. Por ello, le recomendamos que tome nota de lo que debe hacer antes de tener que recibir atención médica.

I. Para obtener un buen servicio:

- Si usted cuenta con Seguro Popular, es derecho-habiente del IMSS, del ISSSTE o de alguna otra institución de salud pública, infórmese y ubique la clínica, centro de salud o unidad de medicina familiar que le corresponde.
- Conozca y realice los trámites administrativos necesarios para que, cuando requiera los servicios, se evite retrasos y disgustos.
- Conozca qué servicios ofrece y los horarios de atención.
- Identifique el turno y consultorio que le toca a usted y a su familia.
- Identifique dónde se encuentra el hospital que le corresponde cuando necesite atención de urgencia.
- Si acude con médico privado ubique el consultorio, nombre del médico y pregunte telefónicamente si debe solicitar cita con anticipación.
- No deje avanzar sus molestias, en ocasiones no se le presta atención a pequeños síntomas porque le damos más importancia a otras situaciones por encima de nuestra salud.

II. Prepare su visita con el médico:

- Adquiera el hábito de programar una cita con su médico para cerciorarse que su estado de salud es el mejor posible, prevenir alguna enfermedad o detectarla oportunamente.
- Anote, si es posible, la información que pueda obtener acerca de las enfermedades de sus padres, abuelos y hermanos.
- Enliste los medicamentos que le han indicado, mencionando cuánto y desde cuándo los ingiere, incluya en la lista las vitaminas, suplementos, medicamentos homeopáticos y otros.
- En caso de niños, trate de recordar lo que sucedió durante el nacimiento, cuáles han sido

1. Ta sanailalto ta ilele

Te a lekilale tulan sk'olal sok ta skanan tayel jibajitike melel yame k'antik te yakuka tsibuyta junetike te bin yaa pas te bit'il yaa wich'ilel yu'un te poxtawanee.

I. Yu'un jich lek yaxk'ota pasela:

- Teme ayaj seguro sbile te popular sbiile teme yayilexta imsse ta issste ya me sk'an yaa na'stojol te baaye te clinicaetike te baay centro ta salud sbiilike melel ja'me teya xbaata.
- Ya mesk'an yaa chajpan lek tea junetike son te bitik xan yaxtuune te bintik ya sk'abexe melel yu'un jich maxjaata te bit'il ya xtuuna wu'one.
- Ya mes k'an yaa wil te bin ya spasike sok te jayeb ta ora ya xa'teik.
- Ya mesk'an banti yaa taje son te consultorio sbiile te sok te wala nich'ane.
- Ya mes k'ana wil te banti ya xjilte hospitaletike te ban yaa taj te sok tea me'atate.
- Teme yaxbaa to jun poxtawnee yame sk'an yaa wilek sok te bin sbiile te bin sbiil te consultorioe sok te stelefonoe sok yame k'an lek te bin k'aalil yaax bajtawile.
- Teme aybi k'uxaawayej yame sk'an yaa wilte poxtawanetike melel ayme max kich'tik ta muk'te kuxlejaltike melel maba lek tsinabi.

II. Yame sk'an yaa wilek te yaa wil te poxtawanee:

- Yame sk'an yaa k'astesaa bajsok te yaa wlbey sk'aalel te bin ora yaa wilte poxtawaneetike melel ayme ya stak'tota poxtaelte chameletike melel teme k'ax sk'alale ayme max chopjixa.
- Ya me sk'an ya wil te bin chameletik stao tea me'atate melel ay chameletik kich'obeytikik.
- Ya mesk'anaa walte bin poxetik yakala wuch'bele sok te bin ora te kaa wuch'e sok teme ay bitaminaetik yakalaa tuun tesbele sok teme ay yantik xan yakala wuch'bele.
- Teme alal te mach'a ay chamele yame sk'anaa na'lek te bin la spas te bit'il

las vacunas que se le han puesto (cartilla nacional de vacunación), qué enfermedades ha tenido, qué problemas ve en él y qué tipo de hábitos alimenticios tiene.

- Algunos servicios como radiología, laboratorio u otros, tienen trámites administrativos agregados, pregunte a su médico, al personal de enfermería o recepción cuáles son éstos.

Las clínicas o centros de salud (conocidas como “unidades de primer nivel”) están atendidas en la mayoría de los casos por médicos generales o especialistas en medicina familiar; ellos están muy bien capacitados para prevenir enfermedades, así como, para resolver los problemas de salud más frecuentes que presenta la población mexicana.

III. Disminuya la posibilidad de conflictos.

- Ofrezca a todas las personas que laboran en su Clínica o Centro de Salud el mismo trato amable y respetuoso que a usted le gusta que le den.
- Conozca sus derechos y los del personal del equipo de salud, lo anterior disminuye la posibilidad de conflictos. *** Carta de Derechos Generales de los Pacientes ***

2. Durante la consulta

I. Contribuya con su médico:

- Responda con sinceridad a las preguntas que su médico le haga, es muy importante para su salud hablar con la verdad.
- Tenga presente que su médico anotará en su expediente lo que usted le responde y le es útil para establecer el diagnóstico.
- La exploración física es uno de los procesos más importantes para el cuidado de su salud, si algo lo hace sentir incómodo, coméntelo con su médico para que pueda establecerse una mayor comprensión y confianza.

II. Desarrolle una adecuada comunicación con su médico:

- Uno de los fundamentos de una relación médico-paciente efectiva es la comunicación.

p'ekaeltoc sok te bin bacuanaetik la yich'e te baay ta scartillae sok te bin chamel tajtilabil yu'une sok bin yilel yaa wil sok te bin ut'il yakal ta we'ele mele ja'me ya xk'anot.

- Mele ay yantik xan ta yayich'ilele te jun yilel te ya spasik te poxtawnetike sok yantik xan bin ya sk'anike ya me sk'an yaan jok'iy lek te mach'a ya xa'te ta jun snaul poxetike.

Te teyta clínica sbiile sok teyta centro ta salud sbiile melel ja'yayilik sbaajbal te chameletike melel ja'ya snaik lek te bin yakalaa pasbele sok te bin ay chamelilaa wunej sok ja'yayalik melel ja'yiloik lek te junetik ta swenta te chamelite sok te bin ya stak'jpastike

III. Ya me sk'an maxa' wuts'inaa baik

- Ya me sk'an yaa wich'ta muk'spasil te ans winik te ya xa'teik ta jun clinicae son ta centro ta salude te bit'il yaa k'an te yayich'ex ta muk'e.
- Ya me sk'an yaa na'te sderechoik te ans winik te poxtawaneetike yu'un jich ma'yuk k'opetika melel ayme jun sjunil te carta yayalike te teey nakal te bin sderechoik te mach'a yayich'ik ilel te yu'un ay xchemelike.

2. Te bit'il yayich'ik ilele

I. Ya me sk'an yaa koltay te poxtawanee:

- Ya me sk'an yaa jak'lek te bin yakalata jok'ibele te yu'un te poxtawanee mele ja'me ya schak teya te poxtawanee.
- Melel yame sk'an yaa na'lek te bin yakalaa walbelte poxtawanee yame sts'ibuyta jun melel ya me xtuun.
- Melel teme ya'na'lek sok teme wilolek tea bak'etale melel ja'tulan sk'olal yu'un jich yaa wilek tea kuxinele teme aymaba lek te ya sjok'ibetea poxtawanee yame sk'an yaa walbey melel yu'un jich lek ya xchobeta.

II. Ya me sk'an lek ya xk'opaat sok tea poxtawanee:

- Melel te bin tulan sk'olal te li'e ja'te k'opetik sok tea poxtawane sok te mach'a ay xchamele.

- Comente con su médico todas sus molestias y agregue aquella información de su vida personal que se relaciona con su malestar, intercambie con su médico información acerca de su problema de salud, así él contará con más elementos para atender su enfermedad.
- Platique con su médico, qué es lo que espera usted de esa consulta.
- Algunas enfermedades, como la diabetes (azúcar en la sangre) o la hipertensión (presión alta), surgen por la combinación de predisposición (herencia), alimentación y malos hábitos. Esas enfermedades no se curan, sólo se controlan con medicamentos, cambios en su alimentación, ejercicio o dejar de fumar entre otros, que deben realizarse de por vida. Hable con su médico sobre ellas.
- Pacte con su médico los cambios que irá realizando en su forma de vida y establezca los compromisos que cumplirá para mejorar su salud.
- Su familia juega un papel trascendental en el logro de sus objetivos, platique con ellos y busque su apoyo, porque muchos de estos cambios pueden ser en su alimentación o ritmo de vida y sus familiares le pueden ayudar a lograrlo.
- Asegúrese de tener claro todo lo que tendrá que hacer para cuidar su salud.
- Lea con cuidado la receta que el médico le está dando, si hay algo que no entiende, pregúntele a su médico y de ser necesario escríbalo con su puño y letra al reverso de la receta, esto le ayudará a recordar las indicaciones de su médico.
- Antes de salir de la consulta, asegúrese de tener claro todo lo que tendrá que hacer para cuidar su salud. Es importante que conozca los síntomas que puede presentar, y de estos, cuáles significan avisos de alerta que requieren atención inmediata.
- Recuerde, junto con su médico, los medicamentos que está ingiriendo para evitar reacciones por su interacción.
- Pregunte a su médico si el medicamento que le recetaron no debe ingerirse con algún alimento o bebida, para evitar reacciones adversas.
- Pregunte a su médico los horarios para ingerir sus medicamentos y si debe tomarlo con alimentos.
- Aybeyame lek te poxtawanea wune te bintik ya xtiawanawaye sok te bin ut'il kuxulataj tukele te bin ut'ila jache yame sk'anaa walta lek ta stojol te poxtawanee yu'un jich yame sna'lek te bin chemelila wich'oe.
- Ya mex k'opaat sok te poxtawanea wune te bin yaa k'ante a wich'ilele.
- Melel ay chameletik te bit'il asucar aytaj ch'ich'eltike sok te ya xmo sok te ya xkoj tej k'aaltike melel ayeme kich'obetik telte jme'tatike sok teme maba lek ya xweotike sok teme maba lek kuxulotike te chameletike mame xchojp melel ja'na xyayich'kanantayelbeel yu'un te poxetike melel ya me sjel kuxlejaltik melel mame stak' jnuk'tikix may sok yantik xan teyme sna'te ya xk'opoex sok tea poxtawanea wunike.
- Yame sk'an yaa wil sok tea poxtawanee te bin ya xkaa jel tea kuxlejale sok yamea wal te binyaa pasbel te yu'un jich ya xlekubatbele.
- Tea walaa nich'ane tulanme sk'olal te bit'il ya xlekubat beel tea chamele ya me sk'an ya xk'opaat sok melel aymeta jwe'eltik t amaba leka sok te bin ut'il kuxulate melel yame skoltayata.
- Ya me sk'an yaa na'lek te bin yaa pa ste yu'un jich ya xlekubata.
- Yame sk'ana k'opon lek tea reseta sbiile te yayate poxtawanee teme aybanti maxaa na'e jok'iyame sok teme ay tulan sk'olale ya me sk'anaa ts'ibuy ta spat ta receta ja'yamea na'lek te bin yayal te poxtawanee.
- Melel teme bit'il ya xlok'atixtelta baay jun yilelte poxtawnee ya me sk'an yaa na'lek te bin la yalbeta poxtawanee sok te bin yaa pasbele sok te bin yaa pas teme laa wuch'te poxetike melel tulan sk'olal melel jich yaa wich'aa tsaa.
- Na'ame te sok mea poxtawane melel te poxetik yaa wuch'e melel yu'un me ya xlekubtesat.
- Jo'k'ibeya tea poxtawanee te bin poxiletik yakalaa wuch'bele teme yayich'uch'el sok te chija'e melel ja'me maj k'antik teme maba leka lok'ate.
- Jo'k'ibeya tea poxtawanee teme bit'il yaa wuch'te poxetike teme yayich'uch'el te bit'il ya xwe'ate.

III. Participe en las decisiones sobre su salud:

- El “consentimiento válidamente informado” es un documento en el que usted expresa por escrito, haber comprendido y estar de acuerdo en los procedimientos que le van a realizar, posterior a que su médico le ha explicado qué le van a hacer, qué otras opciones existen, cuál es el riesgo y las probables complicaciones que puede tener ese procedimiento.
- Debe otorgar su consentimiento por escrito para que le realicen: cualquier procedimiento quirúrgico que no sea urgente, para su ingreso hospitalario, procedimientos de cirugía mayor, procedimientos que requieren anestesia general, salpingoclasia y vasectomía, trasplantes, antes de participar en una investigación clínica, para cualquier procedimiento que entrañe mutilación y para procedimientos diagnósticos y terapéuticos considerados por el médico como de alto riesgo.
- La extracción de piezas dentales y otros procedimientos odontológicos que requieren uso de anestesia, necesitan también de su consentimiento.
- Si después de la explicación dada por su médico, usted no acepta el procedimiento propuesto, deberá firmar su negativa.
- Cuando acuda a solicitar su cita a otro hospital, pregunte si es necesario que lleve consigo documentos o resultados de estudios realizados en su unidad médica.
- En ocasiones el médico solicitará la intervención de otros especialistas, ya sea del mismo hospital o de otro. Aclare todas sus dudas.
- Preséntese con el pase de envío de su médico general o familiar, éste contiene información importante sobre su salud, que el especialista deberá conocer.

3. Después la consulta.

I. Cumpla los acuerdos con su médico:

- Si usted lleva a cabo todos los acuerdos que se pactaron para su atención médica, tiene más posibilidades de recuperar su salud o controlar su padecimiento.
- Tenga confianza en su médico. Hacer caso a los comentarios de familiares y amigos no médicos en relación a alguna sustancia “mi-

III. Yame sk'an te yaa paste bin lek yaya'ay tea bak'etale:

- Melel teme laa wak'aa k'ope melel ja'jun jun te bayayal te ba'aya waloa k'op te yaa na'lek te bin yakalaa pasbele sok te bin yaa p asta spatilale sok te bin maba lek ya xk'otik bel ta pasele spisil teya melel ja'yame xchobeye xlek te poxtawanee.
- Melel yamea waltea k'ope melel jich yame yich pasel te bin tulanik ya xk'otbelta pasele teme ay bin tulanik ta pasele ya'ay te poxtawanee ta jun hospitales ok teme aybalyaa wich'jatel o sok teme aya wich'mak'aatesbeel te xk'uxul tea wejchene mele ayme yayich'ik xot'el yakanika melel teme sna'te yakukaa walteyta junetike melel ja'teya yilte poxtawane teme yoyolo tulan chemel stajoate.
- Teme yayich'lok'eselaa sbakelaa wee yame sk'an yaa walteyta junetike melel yame yich'jun anestesia sbiil yu'un jich ma xtiawana.
- Teme la xchobeta wayte poxtawnee teme maxaa k'ante bin yakalata albeyele yamea wak'smea k'ab teme yu'un maxa'a k'ane
- Teme yaxbaa k'an jun ilelta yantik hospitale jok'iya teme ya sk'ante jun ba'aya wich'oix ilele telayabexaa pasik ta ba'aya jun centro yuuna medicoe.
- Melel te poxtawanee ayme ya sk'an koltayel yu'un te yantik poxtawanetik ta yantik mach'a lek ya sna'te swenta te chameletike
- Ya stak'ya xk'axat sok te jun pase ta medico sbiile sok teme swenta wala nich'ane melel teyich'ote bitik tulan sk'olal tea chamele sok te ya me sk'an ya sna'lek te mach'a yayilate.

3. Ta spatilte yaa wich'ilele.

I. Yame sk'an yaa paste bin laa wal sok tea poxtawanee:

- Teme yaa paspisil te bin laa wal sok te poxtawaneawune te bit'il laa wil te poxtawanee melel ya xlekubata sok tea chamele.
- Yame sk'an yaa walbey lek tea poxtawanee mele ayme bayel te ans winik te yaya'bey sk'opte winik ansetik te ma snaik lek te

lagrosa” o medicamento, puede no darle el resultado que espera. La relación con su médico se debe basar en la confianza.

- Cuando el tratamiento de su enfermedad requiera que haga cambios en sus hábitos, coméntelo con sus familiares y aclare qué apoyos requiere de ellos para lograr las metas que estableció con su médico.

II. Evite interrumpir el tratamiento sin consultar a su médico:

- Tenga cuidado de seguir las indicaciones que le dio su médico para recuperar su salud.
- Anote y revise las indicaciones brindadas por su médico, si es posible, hágase acompañar de un familiar que le ayude a recordarlas.
- Antes de suspender el tratamiento consulte a su médico, ya que es importante completar el tratamiento que se le indicó para evitar recaídas o complicaciones posteriores, en caso de duda, llámele o acuda nuevamente a consultarlo.

III. Acuda puntualmente a sus citas subsecuentes:

- Procure revisar las fechas que tiene programadas para consulta o estudios, en este último caso, pregunte cuándo estarán sus resultados y cómo los recibirá su médico.
- Anote esas fechas en lugares visibles en su hogar para que las tenga presentes.
- El control periódico por su médico es importante para evitar el descontrol de su enfermedad o realizar el ajuste oportuno a las dosis de sus medicamentos.
- No deje pasar la fecha de sus citas subsecuentes, eso podría traer consecuencias negativas a su salud, pregunte a su médico por sus resultados de laboratorio o biopsias y qué significan sus resultados.

IV. Evite accidentes y reacciones adversas:

- Si la medicina que le entregan tiene un nombre o empaque diferente, pregunte al farmacéutico si es el medicamento que le recetó su médico.

poxetike meles maba leka yu'un jich ma xchojp te chame.

- Meles teme ay chamele ayme ya sk'an yajeltik te kuxineltike yame sk'an yaa walbey tea me'atate mele ayme jich leka mele aymeta jwe'eltik ta mabaleka meles jich yayalik te poxtawanee

II. Mame stak'a wik'itayte poxiletike:

- Yame a wilekaa baj te mamaexaa waybey skop te mach'ama snaik te poxe ya me sk'anaa pa ste bin yayal te poxtawanee.
- Ts'ibyame sok ilawilek te bin yayalbeta poxtawanee sok ak'a sjoinata jme'atat sok jich yaa sna'beta alela.
- Teme yaa wik'itay ta ilelel sok teme yaa wik'itay te poxetike albeyame nailte poxtawanee meles tulan sk'olateme yaa lajine meles ayme ya xcha'jach xan te chame meles teme maxaa na'e k'oponabeel tea poxtawanea wunw.

III. Yame sk'an ya xk'ota sitaetike chikan jayento beltae:

- Yame sk'an yaa wilte bin orail te ay albilat te yu'un yaa wich'ilele sok te slaibalixaa jo'k'iya lek te bin ora yayilatee poxtawanea wune.
- Ts'ibya te bin oraile te banti yaxk'oate sok yu'un jich yaa wila.
- Yamea wich'belek ta ilelel tea poxetike sok te yayilatea poxtawanee ta swenta tea chamele sok teme ya sjelbeta poxte poxtawanee.
- Mamexaa wak'k'axuk te oraile te bit'il abilat yorailte yaa wilaa bajsok tea poxtawanee sok te bin ilbilat li'ta jun estudio sbiile meles tulan sk'olal ta yalel te jich yayich'ilele.

IV. Ya wilme te ejchenetike sok te bin maba lekike:

- Teme maba lek ta ilelel te poxetik la yabexe jo'k'iya ta farmacia teme ja'te la tsibubete poxtawanee

COMISIÓN NACIONAL DE ARBITRAJE MÉDICO

- Lea siempre la etiqueta y advertencias de uso de sus medicamentos.
- Mida sus medicamentos líquidos, no use cucharitas de cocina para tomarlos.
- No cambie de envase los medicamentos, alguien puede consumirlos sin saber de cuál se trata, consérvelas en el empaque original.
- Si toma otros medicamentos avise a su médico cuáles son para evitar reacciones cruzadas.
- Evite automedicarse o modificar la dosis sin consultarlo.

COMISIÓN NACIONAL DE ARBITRAJE MÉDICO

¡Trabajemos juntos por su salud! Traducción:
Comunícate a nuestro teléfono
en Ciudad de México: 5420 - 7000

O visita en internet www.gob.mx/conamed

Usted es lo más importante para el
Sistema Nacional de Salud y quienes
lo conforman están en la mejor disposición
de brindar el mejor esfuerzo para ayudarlo
a recuperar su salud.

- Yame sk'an yaa k'opon te poxetik yaa mane.
- Yame sk'an yaa p'is te pox yaa wuch'e sok te jayeb cuchara ya'wuch'e sok yamea wilek.
- Mamexa jelbey yawiltea poxe melez aymeta mach'a yayuch'e teme mach'a ma sna'e sok k'ejame lek.
- Teme yaa wuch'yantik poxetike sok teme bin ya sk'ota pasel teme ya wuch'e.
- Mamexaa wuch'poxnax jichatukeli.

Te conamed sbiile ja'smakobey ya'telil te jun
poxtawanetike

A'teotikik ta jun ta swenta kuxlejaltik
K'opaantelta jun ch'antak'in ta li'ta mexicoi
5420 - 7000

Sok teyta jun spajinaul ta internet ja'ito
www.gob.mx/conamed

Melez ja'at tulanat sk'olal ta jun sintema spamal
jлумaltik te yu'un kuxlejaltik melez te mach'a
yaxa'teike melez yayilexlek sok yayabeyik yipal ta
skoltayelex yu'un jic ya xlekubexa