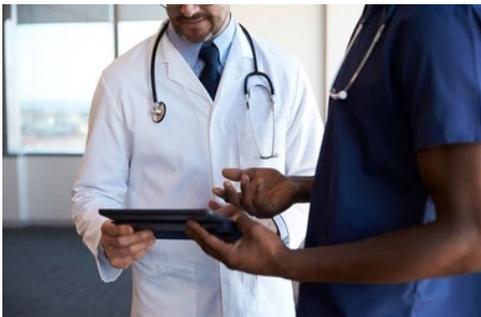


## DURANTE SU CITA, USE ESTA PRÁCTICA LISTA DE VERIFICACIÓN:

- Anote los nombres de los miembros de su equipo de atención médica o solicite sus tarjetas.
- Prepare una lista de preguntas antes de su visita. Haga sus preguntas más importantes primero. Incluso si no puede hacer todas sus preguntas en la primera visita, mantenga una lista le ayudará a llevar un registro de las respuestas y de qué preguntar en la próxima cita.
- Hable con su equipo de atención médica sobre qué problemas de salud abordar primero.
- Repita con sus propias palabras los temas que ha discutido con su equipo de atención médica. De esta manera, tanto usted como su equipo sabrán que la información se ha entendido.
- Pregunte a su equipo de atención médica cómo comunicarse con ellos después de horario.
- Antes de salir del consultorio, asegúrese de saber en qué áreas debe enfocarse antes de su próxima cita.



### Clínica Zuni FNCH

5608 Zuni Road Albuquerque, NM 87108  
Teléfono: 505-262-2481  
Horario: lunes a viernes de 8 a.m. a 7 p.m.  
Sábado de 8 a.m. a 12 p.m.

### Clínica Dental

Teléfono: 505-262-6547  
Horario: lunes a viernes de 8 a.m. a 7 p.m.  
Sábado de 8 a.m. a 12 p.m.

### Clínica de Visión

505 Madeira Dr SE, Albuquerque, NM 87108  
Teléfono: 505-944-7397 or 505-262-2481  
Horario: lunes a viernes de 8 am a 5 pm

### Clínica Central

7317 Avenida Central NE, Albuquerque, NM 87108  
Teléfono: 505-308-8060 or 505-262-2481  
Horario: lunes a viernes de 8 am a 5 pm

### Clínica FNCH Truman

625 Calle Truman NE, Albuquerque, NM 87110  
Teléfono: 505-248-2990 or 505-262-2481  
Horario: lunes a jueves de 8 am a 8 pm  
Viernes de 8 a.m. a 5 p.m.



## ¿QUÉ HACER CUANDO LA CLÍNICA ESTÁ CERRADA?

- ¿Emergencia? Llame al 911 o acude a la sala de urgencias o atención inmediata más cercana.
- ¿Preguntas médicas urgentes fuera del horario? Llame a la línea de asesoría de enfermería fuera de horario de FNCH al 505-715-4206.
- Accede a su Portal de Paciente: [myfirstnations.org](http://myfirstnations.org)
- ¿Tiene preguntas médicas que no son de emergencia? Llame a su equipo de atención médica durante el horario de oficina.



## Hogar Médico Centrado en la Persona

Bienvenido a su Hogar Médico

Un hogar médico es un enfoque basado en equipos para brindar atención médica integral. Su equipo de hogar médico incluirá a tu proveedor de atención, personal de enfermería, asistente médico y otros miembros de apoyo que colaboran usted.

y  
**Lo más importante: tú.**  
Estamos aquí para acompañarte en cada paso del camino.



Achieved Accreditation by



Tú y tu equipo de atención médica son el centro de su hogar médico.

# BIENVENIDO A SU HOGAR MÉDICO



## Tu hogar médico puede:

- ✓ Ayudarle a gestionar su atención médica.
- ✓ Ayudar a responder sus preguntas sobre salud.
- ✓ Escuchar tus inquietudes.
- ✓ Colabora con otros especialistas médicos cuando sea necesario.
- ✓ Coordina tu atención a través de servicios adicionales.
- ✓ Te animamos a que participes activamente en el cuidado de tu salud.

## ¿QUÉ PUEDES HACER PARA AYUDAR?

### 1. Participa activamente como parte del equipo

- Habla con las personas de tu equipo sobre tus dudas de salud.
- Comparte tus experiencias previas en el cuidado de la salud, así como tus logros y desafíos.
- Informa a tu equipo sobre otros profesionales de la salud que te atienden.
- Comunica a tu equipo cómo te sientes respecto a la atención que recibes de su parte y de otros profesionales de la salud.

### 2. Cuida tu salud

- Sigue el plan de atención médica que tú y tu equipo han discutido. Asegúrate de entender cómo seguir tu plan. Establece metas que puedas alcanzar. Una vez que veas resultados positivos, tú y tu equipo pueden conversar sobre añadir nuevas metas.

### 3. Habla abiertamente con tu equipo

- Informa a tu equipo si no entiendes algo o si tienes dificultades para seguir tu plan de atención médica.
- Exprésate si tu plan de atención médica no está funcionando. Informa a tu equipo sobre lo que no está funcionando para que puedan trabajar juntos y realizar los cambios necesarios.



## ¿QUÉ PUEDES ESPERAR DE TU EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA?

En un hogar médico, tú y tu equipo trabajarán en conjunto. Como miembro activo del equipo, tendrás la oportunidad de compartir aspectos importantes con las demás personas.

- Tu equipo puede responder tus preguntas y ayudarte a comprender mejor tus necesidades de atención médica.
- Si necesitas recurrir a otros profesionales de la salud, tu equipo puede apoyarte en cada paso del proceso.
- Cuando tengas inquietudes sobre tu salud, tu equipo del hogar médico trabajará contigo para encontrar la mejor manera de abordarlas.

Juntas, tú y tu equipo del hogar médico pueden trabajar en un plan que:

- Is personalized just for you.
- Está coordinado con otras personas proveedoras de servicios de salud.
- Te conecta con tu equipo de atención médica.

Trabajar con su equipo de atención médica puede mejorar su experiencia de atención médica y su salud general y reducir el tiempo que lleva recibir atención.