

# ¿Qué es la alfabetización en salud?

Qué es y cómo usar la información sobre la salud



**Poder encontrar la información correcta**



**Poder entender la información relacionada con la salud**



**Hablar sobre sus necesidades con el personal médico**



**Informarse bien para tomar decisiones relacionadas con la salud**

## ¿Por qué es importante para usted la alfabetización en salud?

Las personas que tienen conocimientos limitados en materia de salud son más propensas a:

- Sufrir trastornos médicos crónicos y tener problemas para manejarlos.
- No hacerse pruebas o tratamientos médicos importantes.
- Tener que hospitalizarse más a menudo.
- Ir a salas de emergencias con más frecuencia.

## ¿Qué puede hacer usted para mejorar su alfabetización en salud?

- Piense en preguntas que pueda hacer en sus citas médicas.
- Pida materiales que tengan explicaciones en lenguaje sencillo, imágenes o videos.
- Repita la información con sus propias palabras.
- Pida aclaraciones.
- Vaya a sus citas en compañía de otra persona.
- Informe al personal del centro médico si necesita un intérprete.

Como paciente, podrá mejorar sus experiencias de atención médica si participa activamente en su atención médica. Para hacerlo, puede comenzar dando información detallada sobre su salud. La información que suministre y las preguntas que le haga a su equipo de atención médica podrán ayudar a sus integrantes a brindarle mejores servicios.



Casi la mitad de los estadounidenses se enfrentan a dificultades de alfabetización en salud; de hecho, el **25%** de los pacientes con enfermedad renal crónica tienen una alfabetización en salud inadecuada.<sup>1</sup>



Los pacientes que entienden mejor la enfermedad renal tienen más probabilidades de obtener mejor acceso a la atención y mejores resultados de salud.<sup>2</sup>

**¡La persona más importante de su equipo de atención médica es usted!**



1. Taylor et al. A systematic review of the prevalence and associations of limited health literacy in CKD. DOI:10.2215/cjn.129212162.  
2. Berkman et al. Low health literacy and health outcomes: an updated systematic review. DOI: 10.7326/0003-4819-155-2-201107190-00005

Este material fue preparado por el Centro de Coordinación Nacional de la Enfermedad Renal en Etapa Terminal (ESRD NCC, por sus siglas en inglés) en virtud de un contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), un organismo del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. El contenido no refleja necesariamente la política de los CMS ni implica el aval del Gobierno estadounidense. NW-ESRD NCC-NC2PFE-01202023-02

