

¿Cómo conversar con tu médico?

Guía para pacientes con **Enfermedad Inflamatoria Intestinal**.

Recibir un diagnóstico de **Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII)**, ya sea enfermedad de Crohn o colitis ulcerativa, puede resultar desconcertante.

En medio de la incertidumbre, una comunicación clara y abierta con tu médico es esencial.



La toma de decisiones compartidas en muchos de estos casos ayuda a empoderarte como paciente, permitiendo elegir las opciones de manejo y tratamiento de la enfermedad que mejor se adapten a la necesidad de cada paciente, y **favoreciendo una mayor satisfacción clínica y mejor adherencia a tu tratamiento.**¹

Por eso, saber qué preguntar y cómo expresar tus preocupaciones a tu médico es fundamental para seguir recorriendo sin pausa en conjunto cada etapa de este camino.

En la actualidad, existen tratamientos capaces de lograr una remisión duradera, y esta guía te ofrece herramientas prácticas para que puedas alcanzarla, brindándote la información clave que necesitas para hablar con tu médico en cada etapa de tu recorrido.



Recibiendo un diagnóstico

¿Qué preguntar en tus primeras consultas?



¿Qué tipo de EII tengo?

¿Dónde está localizada la inflamación?

¿Cuáles son los síntomas más comunes y cómo puedo manejarlos?

¿Qué hacer si se exacerbaban los síntomas?

¿Qué estudios necesito para confirmar el diagnóstico?

¿Qué estilo de vida o alimentación debo seguir?

Consejo:

Lleva un registro de tus síntomas y antecedentes familiares antes de la consulta. Esto facilitará un diagnóstico más preciso.



Empezando el tratamiento

¿Qué temas abordar mientras empieza tu tratamiento?

¿Cuál es el objetivo principal de este tratamiento?

¿Qué tipos de medicamentos existen y cómo funcionan?

¿Qué pasa si el tratamiento no funciona?

¿Tengo que hacerme controles frecuentes o estudios adicionales?

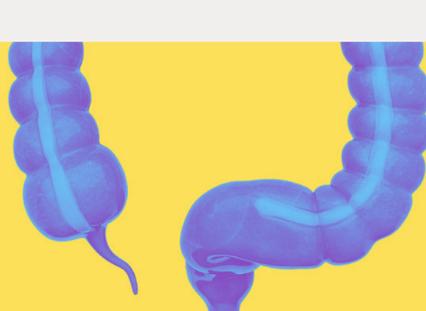


¿Qué ocurre si abandono el tratamiento?

¿Debo limitar mi consumo de ciertos alimentos o alcohol con este tratamiento?

Consejo:

La adherencia al tratamiento es clave. Pregunta qué hacer si olvidas una dosis o experimentas algún efecto adverso.



Monitoreando la respuesta del tratamiento

¿Qué preguntar cuando los síntomas se controlan?



¿Cuánto tiempo puede durar esta etapa y cómo puedo asegurarme que continúe?

¿Qué controles debo realizar para asegurarme de que todo siga bien?

¿Llevar un control de los síntomas es suficiente?

¿Qué significa estar en remisión?

¿Cuál es la diferencia entre remisión endoscópica y remisión clínica?

¿Qué señales indican que podría haber pérdida de respuesta?

¿Puedo hacer cambios en mi dieta o rutina de ejercicio?

Consejo:

Aunque te sientas bien, no bajas la guardia. Sigue sin pausa en tu rutina, porque la remisión es el resultado del esfuerzo conjunto entre paciente y médico.

Quédate atento a señales de pérdida de respuesta a tu tratamiento, e incluso comenta a tu médico sobre monitoreos endoscópicos de la inflamación.



Busca apoyo

El apoyo emocional también es muy importante, por eso te sugerimos también buscar organizaciones de pacientes con EII en tu país, ya que te podrán dar muchos consejos útiles.



Consejo final:

Ve acompañado a las consultas, o anota lo que el médico dice, las alteraciones en tus síntomas y tu rutina.

Esto puede ayudarte a procesar mejor la información y compartirla siempre que sea necesario.

Referencias:

1. Song K, Wu D, Shared decision-making in the management of patients with inflammatory bowel disease. World J Gastroenterol, 2022; 28(26):3092-3100.