

UN MENSAJE ESPECIAL

Estimado paciente:

Bienvenidos a Memorial Hospital of Rhode Island. Nos sentimos complacidos de que haya elegido a Memorial para recibir sus cuidados de salud. Desde el momento en que usted llega hasta que está listo para volver a casa, un grupo de profesionales dedicados trabajará con usted a toda hora para proporcionarle los servicios de cuidados de salud más sobresalientes. Nuestro personal se siente comprometido a servirle con cortesía y habilidad, y hacer su estadía lo más placentera posible.

El proporcionar cuidados compasivos y de alta calidad ha sido el sello distintivo de Memorial Hospital of Rhode Island desde que fue fundado hace más de un siglo. Hoy en día, Memorial es un hospital de enseñanza e investigación afiliado a la escuela de Medicina Warren Alpert en la Universidad Brown. También estamos asociados con Partners HealthCare System [Sistema de Socios para Cuidados de Salud]. Brindamos una gama completa de cuidados médicos a los residentes del sureste de Nueva Inglaterra, al mismo tiempo que ofrecemos programas especializados en cuidados primarios, rehabilitación y cuidados de salud preventiva.

Este folleto contesta las preguntas más frecuentes que hacen los pacientes y sus familiares. Le invitamos a que lo lea para que se sienta como en su casa cuando nos visite.

TABLA DE CONTENIDO

Derechos de los pacientes	
Documento de instrucciones previas	
Ordenes de Acción [Living Will].....	
Mandato de Representación por Abogado para Cuidados de Salud	
Comfort One	
Su participación y responsabilidades	
Cómo manejar el dolor	
Servicios de protección/Guía de recursos	
Equipo de cuidados de salud	
Ética	
Información sobre admisión al hospital	
Alimentación	
Productos herbales para la salud	
Visitas	
Seguridad/Recordatorios	
Artículos de uso personal.....	

Intérpretes
Voluntarios
Preguntas y quejas
Cómo hacer más seguros los cuidados de salud
Teléfonos
Televisión
Entrega de periódicos
Barbero/Peluquera
Inquietudes espirituales
Tienda de regalos
Plan para dar de alta
Cuidados en el hogar
Oficina de medicina familiar
Oficina de medicina interna
Servicios especiales para pacientes externos
Centro ambulatorio Notre Dame
Servicios adicionales
Estacionamiento
Instrucciones para llegar/Mapa

SUS DERECHOS COMO PACIENTE DEL HOSPITAL

Nosotros lo consideramos un socio en lo referente a sus cuidados en el hospital. Cuando usted se siente bien, está bien informado, participa en las decisiones sobre su tratamiento y se comunica abiertamente con los médicos y otros profesionales de cuidados de salud, usted está facilitando que sus cuidados sean tan efectivos como sea posible. Este hospital fomenta el respeto a las preferencias personales y valores de cada individuo.

Mientras usted sea paciente de Memorial Hospital, sus derechos incluyen:

- Usted tiene derecho a tener acceso razonable a cuidados de manera considerada, respetando sus valores y creencias.
- que se le mantenga bien informado sobre todo lo relacionado a su enfermedad, posibles tratamientos, y posible desenlace. Invitamos a que usted y sus familiares participen en las decisiones relacionadas a sus cuidados haciendo preguntas y solicitando aclaraciones a su médico.

Tiene el derecho a saber los nombres y función de cada persona que le está dando tratamiento. Tiene el derecho a excluir a cualquier familiar en el proceso de tomar decisiones sobre sus cuidados de salud.

- que se llegue a una resolución satisfactoria en caso de conflictos y problemas relacionados a su estadía en el hospital y sus cuidados.
- rechazar cualquier tratamiento hasta donde la ley lo permita. Si rechazara un tratamiento recomendado, recibirá otros cuidados que necesite y que estén disponibles.
- dar instrucciones previas, tales como órdenes de acción [living will], mandato de representación por abogado para cuidados de salud o nombramiento de apoderado para cuidados de salud. Estos documentos expresan sus deseos sobre futuros cuidados de salud o nombran a la persona que puede decidir en caso que usted no pueda hablar por sí mismo/a. Usted debe proporcionar al hospital, sus familiares y médico, copias de estas instrucciones escritas.
- que sus asuntos se mantengan en privado. El hospital, su médico y los profesionales de salud protegerán su derecho a mantener sus asuntos en privado tanto como sea posible y mantendrán confidenciales todos los expedientes relacionados a su tratamiento.
- revisar sus expedientes médicos y que le expliquen la información contenida en ellos.
- que el hospital le proporcione todos los servicios médicos necesarios que se encuentren al alcance del hospital. Se podría recomendar tratamiento, referencias o transferencia. Si se recomienda la transferencia, se le informará de tal necesidad y de las alternativas a dicha transferencia.
- saber si este hospital mantiene relaciones con partes externas que pudieran influenciar su tratamiento o cuidado. Estas relaciones podrían ser con instituciones educativas, otros proveedores de cuidados de salud o compañías de seguros.
- aceptar o rechazar participar en proyectos de investigación y experimentación. El rechazar participar no compromete de ninguna manera su acceso a servicios.
- recibir información sobre posibles cuidados alternos, cuando los cuidados en el hospital ya no sean factibles.
- recibir información sobre las reglas del hospital cuando éstas afectan su tratamiento y debe permitírsele que revise y reciba explicaciones en lo que respecta a cobros y métodos de pago.

- recibir información sobre las reglas del hospital que pudieran ayudarle a resolver problemas y conflictos relacionados a su visita al hospital y sus cuidados.
- recibir información sobre servicios de protección y cómo tener acceso a los mismos, esto incluye servicios de custodia y defensa legal.
- recibir cuidados médicos y ejercer sus derechos sin importar su sexo, cultura, antecedentes económicos, educativos o religiosos o la fuente de pago para dichos cuidados.
- recibir tratamiento para su dolor de manera efectiva y en un lapso de tiempo razonable mientras sea paciente del hospital.

INSTRUCCIONES PREVIAS

Los pacientes adultos tienen el derecho a tomar decisiones sobre sus cuidados médicos, incluyendo su derecho a rechazar cualquier tratamiento o procedimiento para preservar la vida. Estas decisiones personales deben expresarse por escrito por medio de documentos escritos conocidos como "Instrucciones Previas." Dichas instrucciones previas pueden ser en la manera de órdenes de acción, un mandato de representación por abogado para cuidados de salud o una declaración conocida como Comfort One. Si usted tiene esas instrucciones previas, por favor, entréguelas a su médico o enfermera para que las incluyan en su expediente médico. Para obtener más información o para obtener una muestra de dichos documentos, comuníquese con la Oficina de Relaciones Públicas a la extensión 2459.

ÓRDENES DE ACCIÓN

- n Sus decisiones se expresan por escrito solamente. No hay "agente" que tome las decisiones por usted.
- n Usted provee las **instrucciones a su médico**.
- n Dicho documento se refiere **SOLAMENTE** a retener o retirar tratamientos médicos.
- n Aplica **solamente cuando** su médico determina que usted está en una condición terminal y no puede elegir el tratamiento a seguir.
- n No es flexible y puede que no cubra toda dolencia que pudiera surgir.
- n Se puede revocar fácilmente en cualquier momento, ya sea verbalmente o por escrito, con su médico o proveedor de cuidados de salud.

MANDATO DE REPRESENTACIÓN POR ABOGADO PARA CUIDADOS DE SALUD

- n Usted elige a una persona para que tome decisiones en su nombre, si es que usted no es capaz de hacerlo por sí mismo (*su agente*).
- n Usted expresa sus deseos con respecto a los tratamientos que desea **que su agente** siga.
- n Incluye **TODA** decisión relacionada a los cuidados de salud, incluyendo retener o retirar tratamiento médico.
- n Aplica siempre que usted no puede hablar por sí mismo.
- n Puede ser flexible debido a un cambio de circunstancias.
- n Se puede revocar fácilmente en cualquier momento, ya sea verbalmente o por escrito, con su médico o proveedor de cuidados de salud.

COMFORT ONE

Comfort One es un mecanismo diseñado para que el personal médico de emergencia respete sus deseos fuera del área del hospital. Usted debe tener una enfermedad terminal y ya debe haber expresado sus deseos por medio de un mandato de representación por abogado para cuidados de

salud o por órdenes de acción. Un médico debe completar unos formularios especiales que se archivan con el Departamento de Salud de Rhode Island. A usted le dan un brazalete anaranjado con un número de identificación de Comfort One para alertar al personal médico de que solamente le proporcionen cuidados de apoyo, pero que no tomen medidas para resucitarlo. Este mecanismo puede revocarse fácilmente en cualquier momento, ya sea verbalmente, por escrito o quitándose o destruyendo el brazalete.

SU PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDADES

El tipo de cuidados que recibe depende parcialmente de la manera en la que usted coopere con los proveedores de cuidados de salud, incluyendo participar de manera abierta y honesta en conversaciones, siguiendo planes de tratamiento y respetando los estándares de conducta del hospital. Como resultado de esto, a usted se le anima a, y se espera, que tome ciertas responsabilidades durante el transcurso de sus cuidados.

Tiene la responsabilidad de proporcionar información cierta y completa en lo referente a lo que le aqueja, su historial médico y cualquier otro asunto relacionado a su salud.

Se le anima a que se convierta en socio de los proveedores de cuidados de salud, incluyendo trato regular y comunicación, así como dar a conocer claramente si entiende o no cómo va su tratamiento médico y lo que se espera de usted.

Se le anima a que siga el plan de tratamiento que su equipo de cuidados de salud desarrolló. Si tiene alguna duda sobre su habilidad para seguir dicho plan, le alentamos a que nos lo diga.

Le pedimos que respete los derechos de los otros pacientes y los del personal del hospital.

Le pedimos que respete la propiedad del hospital y la propiedad de las otras personas en el hospital.

CÓMO MANEJAR EL DOLOR

Una parte importante de su tratamiento es lograr eliminar el dolor. Controlar el dolor o reducirlo forma parte del plan de cuidados de cada paciente del Hospital Memorial.

Controlar el dolor le ayuda a:

Gozar de más comodidad mientras se cura.

Mejorarse más pronto. Al sentir menos dolor, puede comenzar a caminar más pronto, hacer sus ejercicios de respiración y recuperar su fuerza más rápido. Hasta podría salir del hospital antes de lo esperado.

Mejoran sus resultados. Las personas que tienen el dolor bajo control parecen recobrar más rápido de su enfermedad o lesión.

Métodos para controlar el dolor

Para obtener los mejores resultados, colabore con su equipo de cuidados de salud para elegir los métodos que mejor le funcionan. Su equipo de cuidados de salud desea que usted se mantenga sin dolor tanto como sea posible. Pero usted es la clave para obtener el mejor resultado debido a que sentir dolor es algo personal. La cantidad o tipo de dolor que usted siente no podría ser el mismo que sienten otras personas, aun aquellos con la misma enfermedad o lesión. Con los niños, su papel como padre de familia es la clave para interpretar los cambios de comportamiento de su niño que indiquen dolor o incomodidad. Por favor, informe a un miembro del equipo de cuidados de salud sobre cualquier cambio de comportamiento en su niño.

- **Pregúntele a un miembro del equipo de cuidados de salud sobre lo que debe esperar.** ¿Sentirá mucho dolor? ¿Cuándo vendrá el dolor? ¿Cuánto tiempo puede que dure? El prepararse le ayuda a tomar control. Quizás quiera escribir sus preguntas para que no se le olviden.

- **Hable con su equipo de cuidados de salud sobre las distintas formas de controlar el dolor.** Asegúrese de: hablar sobre los métodos para controlar el dolor que antes le han funcionado o no; hable sobre las inquietudes que pudiera tener sobre medicamentos para el dolor; infórmeles sobre cualquier alergia a medicamentos; pregunte sobre efectos secundarios que pudieran ocurrir con el tratamiento; hable sobre las medicinas que toma para otros problemas de salud ya que el mezclar medicamentos puede causar problemas.
- **Hable sobre el horario de su medicina para el dolor.** Algunas veces las medicinas para el dolor se administran solamente cuando se las pide a la enfermera. Hoy en día, hay otras dos maneras para administrarlas y parecen dar mejores resultados. En lugar de esperar hasta que el dolor comienza, usted puede recibir la medicina a horas señaladas durante el transcurso del día. O quizás un analgésico controlado por el paciente (PCA, por sus siglas en inglés) podría ser lo apropiado para usted. Con el PCA, usted controla cuándo recibir la medicina para el dolor. Cuando comienza a sentir el dolor, aprieta un botón para inyectarse la medicina por medio de un tubo intravenoso (IV, por sus siglas en inglés.) De cualquier manera que reciba la medicina para el dolor, se le preguntará cómo se siente. Si el dolor no mejora satisfactoriamente, se cambiará la medicina, la dosis o el horario.
- **Tome o pida drogas para eliminar el dolor cuando éste apenas comienza.** Tome acción tan pronto como el dolor comience. Si sabe que el dolor empeorará cuando aumente su actividad, entonces primero tómese la medicina para el dolor. Es más difícil bajar el dolor una vez que éste ha tomado control. **¡Esta es la clave para manejar apropiadamente el dolor!**
- **Ayude a que el equipo de cuidados de salud “mida” su dolor.** En el Hospital Memorial, se le pedirá que asigne un número, del 0 al 10, a la intensidad de su dolor. También se le pedirá que describa su dolor. De la misma manera, podría establecer una meta de control de dolor, por ejemplo: que el dolor no empeore más allá del 2. El reportar su dolor en algún tipo de escala, sea numérica o no, ayuda al equipo de cuidados de salud a determinar que tan bien está funcionando su tratamiento y si es necesario o no hacer cambios.
- **Informe a un miembro del equipo de cuidados de salud de algún dolor que no se quita.** El dolor podría ser un signo de algún otro problema, así es que no se preocupe de volverse “molesto”. El equipo de cuidados de salud necesita saberlo.
- **Coopere con su equipo de cuidados de salud tratando métodos no medicinales para ayudarle con su dolor.** Estos métodos pueden ser efectivos para dolores que van de leves a moderados y para aumentar la eficacia de los medicamentos. No existen efectos secundarios para estas técnicas, las cuales incluyen:
 - calor y frío
 - ejercicios de respiración
 - ejercicios para relajarse
 - técnicas de posición

Su plan o el de su niño podría cambiarse si no se puede controlar el dolor. Necesita informar al equipo de cuidados de salud sobre el dolor y cómo el control de dolor está funcionando.

SERVICIOS DE PROTECCIÓN GUÍA DE RECURSOS

Apoyamos su derecho a obtener cuidados de calidad en un lugar seguro. Le ayudaremos a obtener las respuestas a sus preguntas, a que se sienta cómodo para reportar sus quejas, y a usar los servicios de protección que necesite.

El Hospital Memorial tiene una Guía de Recursos para Pacientes, la cual proporciona nombres y números telefónicos para ayudar a los pacientes que necesitan acceso a servicios financieros, legales o de protección legal. Si usted necesita apoyo adicional o ya no es paciente del hospital, puede comunicarse directamente con las agencias enumeradas.

Para obtener más información, comuníquese con una trabajadora social de clínica, a la extensión 2975.

Inquietudes de los pacientes (401) 729-2459

**Ministerio de Salud
Concern Line** (401) 729-5200

EQUIPO DE CUIDADOS DE SALUD

Varios profesionales de cuidados de salud y otro personal del hospital estarán a cargo de su cuidado mientras usted sea paciente del Hospital Memorial. En esta guía se hace referencia a cuatro profesionales de cuidados de salud debido a que éstos pueden tener acceso a miembros de otros equipos de cuidados de salud o a otros servicios que usted necesite. Estos profesionales son: el médico que le atiende, la enfermera asignada a su cuidado, la enfermera de cuidados continuos y la trabajadora social de clínica.

El médico que atiende: Este es el médico responsable de su plan de cuidados. Él/ella puede admitirlo en el Hospital Memorial y trabaja en colaboración con los médicos residentes/practicantes, las enfermeras de planta/designados y todos los otros profesionales clínicos involucrados en sus cuidados.

La enfermera asignada: Cada enfermera licenciada que se asigna es parte del grupo de práctica de cuidados primarios. Las enfermeras licenciadas de los grupos de práctica de cuidados primarios trabajan en conjunto durante el transcurso de su hospitalización para establecer la responsabilidad del manejo de su plan de cuidados. Cada enfermera tiene la responsabilidad total de seguir el plan de cuidados establecido, modificar el plan como sea necesario y de dar a conocer, de manera efectiva, tal plan. Las enfermeras licenciadas también coordinan sus cuidados con otros miembros del personal de enfermería, su equipo médico y cualquier otro personal clínico, de apoyo o de departamento. Cuando su enfermera no esté disponible, el resto del personal de enfermería continuará el plan de cuidados previamente establecido o comunicará cualquier cambio necesario a la enfermera encargada.

La enfermera de cuidados continuos: El médico que le atiende y su enfermera trabajarán con usted para desarrollar el plan para darle de alta. También podría haber un miembro del personal del Departamento de Cuidados Continuos que trabaje en cooperación con el paciente, su familia, el médico que atiende y la enfermera asignada para coordinar los servicios de hospital posteriores. Si en cualquier momento usted o un familiar desea preguntar algo o expresar alguna inquietud con respecto a ser dado de alta, no dude de hablar con el médico que le atiende o la enfermera asignada a su cuidado. También, podría comunicarse directamente con el Departamento de Cuidados Continuos a la extensión 2344 o por medio del localizador de emergencia llamando a la operadora. Marque "O" y pida que llamen a la enfermera de cuidados continuos que esté de turno. Las horas son: de lunes a domingo, de 8:00 a.m. a 10:00 p.m.

La trabajadora social de clínica: Por muchas razones, usted podría beneficiarse de una consulta con la trabajadora social de clínica. Si usted o un familiar desea consultar con una trabajadora social de clínica por cualquier motivo (incluyendo razones financieras, inquietudes legales, problemas emocionales, situaciones de abuso, etc.), entonces puede hacerlo pidiendo a la enfermera que le cuida o su médico que le concierten una consulta.

ÉTICA

El Hospital Memorial tiene un Comité Bioético al que los pacientes/familiares y los profesionales pueden tener acceso para que le ayude en las decisiones de cuidados que se consideren difíciles de tomar éticamente. Cada unidad de cuidados al paciente tiene asignada a una persona encargada de ser el puente de enlace entre las partes. Usted y su familia pueden comunicarse con el Comité Bioético por medio del médico que le atiende, su enfermera o la persona de enlace.

Usted y su familia pueden obtener en cualquier momento una copia del Código de Ética del Hospital Memorial. También, Memorial tiene una norma conocida como “Conflicto de Interés”, el cual refuerza que nuestra prioridad más importante es proporcionar cuidados de calidad al paciente. Usted o un familiar puede solicitar una copia de esta norma.

INFORMACIÓN SOBRE ADMISIÓN AL HOSPITAL

Su médico hará los arreglos necesarios para su admisión al hospital y le informará cuándo debe reportarse. El área de admisión está ubicada en la entrada principal.

Tenemos disponible habitaciones privadas, dobles y cuatro con cuatro camas. Hay costo adicional por una habitación privada, excepto en la unidad de maternidad.. Haremos todo lo posible para brindarle el tipo de habitación que solicite, aunque a veces cuando todas las camas están ocupadas es necesario transferir pacientes a último momento.

Qué debe traer consigo

- Sus Órdenes de Acción o su Mandato de Representación por Abogado para Cuidados de Salud (si tiene alguno)
- Plan de nacimiento (para pacientes de maternidad)
- Información sobre su seguro
- Sillita de carro (para pacientes en maternidad o pediátricos, antes de dársele de alta)
- Bata de baño, zapatillas
- Camisón de dormir, pijamas/ropa interior
- Artículos de arreglo personal
- Cepillo de dientes, pasta de dientes
- \$16 dólares para el teléfono (si lo desea)
- Lista de todos sus medicamentos

Qué debe dejar en casa

- Medicamentos
- Objetos de valor
- Cantidades grandes de dinero
- Tarjetas de crédito
- Cosas que no son esenciales

NOTA:

Debe declarar todos los objetos de valor cuando le admitan al hospital. Si le admiten por medio de la sala de emergencia, preferiríamos que enviara dichos objetos a su casa. Sin embargo, si no lo puede hacer, nos complaceremos en ponerlos en la caja fuerte del hospital hasta que le demos de alta.

CUIDADOS DIARIOS

Para ayudarnos a brindarle cuidados que se comparen a su rutina diaria, la enfermera le hará una serie de preguntas sobre su salud y su estilo de vida normal. Nuestra meta es brindarle comodidad y seguridad al mismo tiempo que le damos tratamiento médico. Debido a que el hospital y la cama no le son familiares, usualmente cuando usted duerme levantamos uno o dos de los rieles que se encuentran al lado de la cama. Quizás hasta quiera que los dejemos arriba cuando está despierto para tener más a su alcance la luz para llamar a la enfermera, el control de la televisión y para apoyarse en caso quiera cambiar de posición en la cama. Si desea que los rieles estén siempre hacia abajo, hable con su enfermera, ya que el propósito de su uso es ayudarle y no limitarle.

Probablemente note que el personal usa guantes, máscaras, protectores visuales y otros artículos durante una parte o durante toda su estadía en el hospital. Estos artículos se usan para prevenir la transmisión de infecciones a pacientes y personal. El uso de estos artículos de protección no significa necesariamente que usted tiene una infección. Sin embargo, queremos proteger de infecciones a usted y al personal. Si tiene alguna duda o desea preguntar algo, por favor pregúntele a su enfermera.

*** Comidas**

El departamento de Servicios de Alimentos y Nutrición ofrece una variedad de selecciones en cada tiempo de comida. Cada mañana recibirá el menú del día siguiente. De ese menú puede elegir los alimentos de acuerdo a la dieta ordenada por su médico o puede elegir los alimentos del selecto menú que presentamos a continuación.

Un representante del Departamento de Alimentos y Nutrición le visitará regularmente para revisar la lista de alimentos con usted. Le preguntaremos sobre lo que le gusta y no le gusta y trataremos, en lo posible, de acomodar sus gustos alimenticios. Las comidas se sirven aproximadamente a la misma hora todos los días. Si tiene programado algún análisis o procedimiento podría ser necesario cambiar o retrasar la comida. A su regreso le llevarán una bandeja con sus alimentos.

*** Otras selecciones**

Como alternativa al menú previamente impreso, usted puede elegir una sopa y un emparedado de la siguiente lista. Por favor, recuerde que si se encuentra bajo una dieta restringida, podría ser necesario hacer alguna modificación a su selección.

Sopa del día

Por favor, pregunte al representante cuál es la sopa del día.

Emparedados

rebanadas de pavo	ensalada de pollo
ensalada de atún	jamón horneado
ensalada de huevo	mantequilla de cacahuete con jalea

Alimentos asados

hamburguesas	hamburguesa con queso
perro caliente en un pan	emparedado de queso a las brasas
	pizza de queso

Con cualquier comida puede ordenar frijoles rojos y arroz o frijoles negros y arroz.

Por favor, escriba su selección en el menú o dígasela al representante.

*** Alimentos de la casa**

Su médico ha ordenado el tipo de alimentos que debe comer. ***Por favor, consulte con su enfermera antes de consumir cualquier comida o bebida que sus amigos o familiares le lleven.*** El paciente debe abstenerse de comer o beber por un lapso de horas debido a exámenes especiales que pudieran estar programados. El haber comido podría causar que tales análisis tengan que cancelarse. Esto podría resultar en una estadía más larga en el hospital.

*** Bandejas para invitados**

Por \$3.50 se puede comprar una bandeja de alimentos para una visita. Su invitado puede hacer los arreglos necesarios por anticipado en la oficina de pagos, ubicada en la entrada principal. Pídale a su enfermera que se comunique con la oficina de Servicios de Alimentos y Nutrición para arreglar el menú para sus tiempos de comida.

**Productos para la salud hechos de hierbas
Lo que debe saber**

No es seguro tomar medicinas de hierbas si usted tiene ciertos problemas de salud. Si tiene cualquiera de estos problemas, hable con su médico antes de tomar cualquier producto hecho de hierbas:

Problemas de coagulación
Diabetes
Aumento de la glándula de la próstata
Epilepsia

Glaucoma
Enfermedades cardiacas
Presión arterial alta
Historial de apoplejía
Enfermedad de Parkinson
Problemas siquiátricos
Problemas de tiroides

No dé por hecho que los productos de salud hechos de hierbas son seguros solamente porque vienen de plantas. De hecho, hay plantas que son venenosas. A pesar de que los productos hechos de hierbas se anuncian como “naturales”, no son naturales para el cuerpo humano.

A diferencia de las medicinas recetadas, los productos herbales no tienen que probarse antes de ponerse a la venta para probar que funcionan bien y que son seguros. Además, los productos herbales no podrían ser puros, podrían tener otros ingredientes, como polen de plantas, que podrían enfermarlo.

También es muy importante que le diga a su médico sobre cualquier producto herbal que esté tomando si es que va a tener cirugía.

¿Cuáles son algunos de los efectos secundarios de los productos herbales?

Los siguientes son ejemplos de problemas causados por medicinas herbales:

- Ginko biloba: podría tener sangrados, como efecto secundario
- St. John's wort: podría causarle molestias estomacales, sensación de cansancio, mareos, confusión o sentir seca la boca. También podría quemarse más fácilmente con el sol.
- Productos de Efedra (llamados también ma huang): podría tener muchos problemas, entre ellos: presión arterial alta o latidos irregulares. Podría sentirse nervioso, tener dolores de cabeza o dificultad para dormir. Hasta podría tener un ataque al corazón o una apoplejía.
- Productos kava: podría sentirse soñoliento, desarrollar salpullido o tener movimientos raros en la boca y lengua o en cualquier otra parte del cuerpo. Podría conllevar a enfermedades con el hígado.

Si está tomando algún producto herbal, asegúrese de informar a su médico de presentarse algún problema de salud.

¿Pueden los productos de salud herbales cambiar la manera en la que funcionan las medicinas recetadas?

Sí. Algunos productos herbales no deberían tomarse con medicinas.

- Ginko biloba: no lo tome si está tomando aspirina, warfarin (coumadin), ticlopidine (Ticlid), clopidogrel (Plavix), dipyridamole (Persantine) o vitamina E.
- St. John's wort: no lo tome si está tomando antidepresivos.
- Efedra: no lo tome si está tomando descongestionantes o drogas estimulantes o si toma bebidas con cafeína. No lo tome con inhibidores MAO.
- Kava: no lo tome si está tomando benzodiazepine, barbitúricos, medicinas antisomáticas o cualquier medicina que se use para tratar la enfermedad de Parkinson. No tome bebidas alcohólicas.

Consulte con su médico antes de tomar cualquier producto de salud herbal.

Esta información sobre productos de salud herbales fue adaptado con permiso del <http://www.familydoctor.org/handouts.364.html>. Copyright © AAFP. Todos los derechos reservados.

Visitas

En general, alentamos a familiares y amigos a visitarlo cuando les sea posible a menos que su condición limite las visitas o si usted solicita restricciones en ellas. Se hacen los arreglos necesarios para asegurar que usted reciba tanto el descanso adecuado como el apoyo necesario de familiares y amigos.

A continuación presentamos las guías para las horas de visita:

Unidades de medicina/cirugía

Wood 6, Hodgson 5, Hodgson 6, Richardson 2, MacColl

Horas de visita: de 12:00 del mediodía a 8:00 p.m.

Unidad de cuidados especiales (ICU/CCU) – Hodgson 4

Se hacen arreglos individuales con el personal de enfermería

Pediatría – Wood 4

Guardianes legales – privilegio de entrada las 24 horas

Hermanos/as – se hacen arreglos con el personal de enfermería

Otros – de 12:00 del mediodía a 8:00 p.m.

Unidad de maternidad/postparto – Wood 2

Papá/persona de apoyo privilegio de entrada las 24 horas

Abuelos de 12:00 del mediodía a 8:00 p.m.

Público en general de 2:30 p.m. a 8:00 p.m.

Trabajo de parto y sala de dar a luz ayudantes/personal de apoyo solamente

- Se alienta a que los hermanos/as del recién nacido le visiten durante las horas de visita general, deben estar acompañados de un adulto, que no sea la madre, que pueda proporcionar supervisión adecuada.
- Si le dan de alta pero su bebé queda interno en la sala de infantes, usted y su compañero pueden visitarle cuando quieran, siempre y cuando esta persona lleve puesto el brazalete de identificación que corresponde al del recién nacido. Tenemos disponible, sin costo alguno, un “cuarto para padres de familia” para estadías nocturnas.
- Aparte de las horas de visita anteriores, también se pueden hacer arreglos flexibles con el personal de enfermería dependiendo de su condición y de la actividad dentro de la unidad. Para quedarse por la noche, se pueden solicitar arreglos con la enfermera o el médico que le está tratando.
- Se permite que niños menores de 10 años le visiten en cualquier unidad siempre que la visita se coordine con el personal de enfermería y que los niños vayan acompañados por un adulto que pueda proporcionar supervisión adecuada.
- Se prefiere que sólo haya dos visitantes a la vez, especialmente cuando hay otra persona compartiendo el cuarto con usted.

- Debido a razones de salud, no se permite llevar globos de látex a pacientes o al personal del Hospital Memorial. Para algunas personas, los globos de látex presentan un peligro potencial a sus vidas debido a choque o fallo respiratorio. Los globos mylar no causan ninguna reacción alérgica y sí se permiten en el hospital.

Seguridad/Recordatorios

▪ Fumar

El Hospital Memorial es un centro en donde no se permite fumar. A ningún paciente o visitante se le permite fumar dentro de la instalación o en un radio de 75 pies de las entradas. Se alienta que los pacientes hablen con sus médicos sobre programas de asesoría para dejar de fumar y/o del uso de fármacos recetados.

▪ Productos electrodomésticos

Para protección de nuestros pacientes, los estrictos códigos de seguridad del hospital requieren que cualquier electrodoméstico que se traiga de su hogar, tal como secadoras de pelo, radios o televisores, debe ser revisado por el electricista de Memorial. Pida a la enfermera que le ayude con esto.

▪ Artículos de uso personal

La ropa y otros artículos de uso personal debe enviarlos a su casa con su familia o amigos, cuando le admitan en el hospital, siempre que esto sea posible. Necesita quedarse con sus dentaduras, auxiliares de oído y lentes para asegurar su total participación en sus cuidados. Sin embargo, *no debe envolver dentaduras, dispositivos para escuchar o lentes en pañuelitos desechables; no los deje en las bandejas de alimentos o los coloque cerca de basureros de donde pueden tirarlos de manera accidental.*

▪ Extensión del pago de cobro de electricidad

Si se queda en el hospital por un mínimo de cinco días, entonces puede recibir una extensión de 60 días para pagar su cobro de electricidad. Para obtener más información, llame a Blackstone Valley Electric al 1-800-322-3223.

▪ Información de pacientes

Sus parientes y amigos pueden llamarle directamente para saber cómo se encuentra de salud. Si no tiene teléfono, pueden obtener información general sobre su salud si llaman al (401) 729-2322. La información detallada es confidencial y no se da por teléfono.

▪ Intérpretes/dispositivos auditivos

Tenemos disponibles intérpretes y dispositivos auditivos para facilitar la comunicación con los pacientes que no hablan inglés o con los que tienen dificultades auditivas. Hable con la enfermera para hacer los arreglos necesarios.

▪ **Voluntarios**

Los voluntarios proporcionan muchos servicios adicionales. Además de entregar el periódico, la correspondencia y flores, también llevan el carrito de manualidades a los cuartos de los pacientes. En el carrito puede encontrar lo necesario para hacer manualidades simples mientras se recupera y es un servicio gratuito. Si desea material para manualidades o de lectura, llame a la oficina de voluntarios a la extensión 2325.

• **Preguntas y quejas**

Si desea preguntar algo o tiene alguna inquietud mientras es paciente del Hospital Memorial, por favor, hable con su médico o con su enfermera principal. Si no puede resolver el asunto, comuníquese con el administrador de enfermeras en la unidad o llame a la oficina de Relaciones Públicas a la extensión 2459 durante los días de semana, de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. Durante los fines de semana y por las noches, por favor pida hablar con el coordinador de administración marcando el 0 (operadora).

Cómo hacer más seguros los cuidados de salud

Aunque hoy en día el complejo sistema de cuidados de salud nos proporciona el más alto nivel de cuidados, también ha dado como resultado un aumento en la probabilidad de que ocurran errores médicos. La mejor manera de reducir que esto ocurra es hacer que los pacientes y sus proveedores de cuidados (médicos, enfermeras, terapeutas, farmacéuticos, dietistas) trabajen en conjunto para hacer más seguro el sistema.

La manera más importante en la que usted, como paciente, puede ayudar a prevenir errores es ser un participante activo en el equipo de cuidados de salud.

A continuación le presentamos algunas de las formas para lograr esto:

- De a conocer sus inquietudes y preguntas.
- Asegúrese de que una persona, por decir su médico personal, esté a cargo de sus cuidados.
- Asegúrese de que todos los profesionales de salud que trabajan en sus cuidados tengan a su disposición toda la información importante sobre usted.
- Asegúrese de que sus médicos y enfermeras sepan sobre cualquier alergia que usted tenga y de sus reacciones adversas a medicinas.
- Asegúrese de que todos sus médicos sepan todas las medicinas que está tomando. Esto incluye los suplementos de dieta, tales como vitaminas y hierbas.
- Asegúrese de que usted sabe cuáles medicinas le están dando.

Pregunte:

- para qué es la medicina;
- con qué frecuencia debe tomarla;
- cuáles son los posibles efectos secundarios, qué hacer si éstos ocurren;
- si es seguro tomar esta medicina con otras medicinas o suplementos de dieta que esté tomando;
- qué alimentos, bebidas o actividades debe evitar mientras tome esta medicina;
- Considere preguntar a los trabajadores de cuidados de salud que tienen contacto directo con usted si se han lavado las manos o no.
- Sepa que “más” no es siempre mejor. Es una buena idea preguntar la razón por la que un análisis o tratamiento es necesario y la manera en la que le ayudará.
- Si le van a hacer un análisis, no de por hecho que no tener noticias es una buena noticia. Pregunte cuáles fueron los resultados.
- Si le van a hacer cirugía, asegúrese de que todos, usted, su médico y su cirujano, están de acuerdo y saben exactamente lo que le van a hacer.
- Entérese de cuál es su condición y tratamientos, pregúntele a su médico y enfermera o entérese por medio de otras fuentes confiables.
- Pídale a un familiar o amigo que se mantenga al tanto de lo que le esté pasando para que pueda abogar por usted (alguien que pueda asegurarse que se haga lo que se tiene que hacer y que hable en su nombre, si usted no puede hacerlo)
- Cuando le den de alta del hospital:
Pídale a su médico que le explique el plan de tratamiento que usará en su casa.
Pida información impresa sobre las medicinas que tomará en su casa y los efectos secundarios que pudieran causar.
Pregunte cuáles síntomas deberían reportarse al médico.
Pregunte cuándo debe volver a ver al médico para una consulta de seguimiento.

Para su conveniencia

*** Teléfonos**

Puede obtener servicio de teléfono si marca el 0 y habla con la operadora. Puede solicitar servicio de teléfono personalmente o por medio de su representante. El servicio está disponible para toda persona que pueda y asuma la responsabilidad de pago por el servicio. Un depósito de \$16.00 dólares es obligatorio, el cual incluye \$4.00 dólares, sin derecho a devolución, que se cobra por la activación, y tres días de servicio a \$4.00 dólares por día. Si su hospitalización pasa de tres días, entonces se le cobrarán \$4.00 dólares adicionales por día, hasta alcanzar un máximo de \$28.00 dólares. Estos cargos adicionales se cobrarán cuando le den de alta.

Las llamadas de larga distancia deben hacerse a cobrar, con tarjeta de crédito o cobrarse a una tercera persona. Marque el 7-0 y el número. La compañía de teléfono le pedirá la información necesaria.

Todas las llamadas que se reciben entre las 9:30 p.m. y las 8:00 a.m. pasan por el conmutador y la operadora no pasa ninguna llamada, a menos que sea una llamada de emergencia. Esto se hace para asegurarnos que usted tenga el descanso adecuado. Además, si está en una habitación semi-privada, debe tener consideración para con el otro paciente en la habitación. Si la llamada es de emergencia, entonces la operadora pedirá un número de teléfono al que usted puede llamar e informará a la enfermera de la llamada. Su enfermera le ayudará a hacer la llamada.

Si usted tiene un impedimento visual, auditivo o físico, se pueden hacer arreglos especiales con la operadora para ayudarle con la llamada. Comuníquese con su enfermera.

Cuando sepa de antemano que va a ser hospitalizada por razones de parto, por favor designe a una persona para que le ayude a comunicar cualquier información a su familia y amistades. Durante el trabajo de parto y el momento de dar a luz, esta persona puede proporcionar información de último momento y puede ayudar a determinar las horas de visita apropiadas después del nacimiento del bebé. Las llamadas para las pacientes que están en trabajo de parto se dirigen directamente a la estación de enfermeras de maternidad y no se dirigen a las salas de trabajo de parto o de dar a luz.

*** Televisión**

En cada habitación hay disponible un aparato de televisión a color y puede usarse sin costo adicional.

*** Entrega de periódico**

Se puede entregar directamente a su habitación el *The Time, Providence Journal* o periódicos en otros idiomas. Llame al Mostrador de Información a la extensión 2322.

*** Barbero/Peluquera**

Se pueden hacer arreglos para que lo visite un barbero en la habitación del hospital. Llame a la secretaria de su unidad o puede llamar directamente al Sr. Henry (401) 728-2597. Debe pagar cuando le den el servicio. Si necesita los servicios de una peluquera, siéntase en libertad de hacer sus propios arreglos.

*** Inquietudes espirituales**

Un religioso está siempre disponible en casos de emergencia. Una capilla, sin afiliación alguna, está abierta a toda hora y se encuentra en el primer piso del edificio Hodgson a la disposición de pacientes y visitantes. Los pacientes católicos pueden recibir la comunión a diario si se comunican con el sacerdote de su parroquia o pueden dejar un mensaje en la extensión 2325.

*** Tienda de regalos**

La tienda de regalos se encuentra en la entrada principal y tiene flores frescas, tarjetas de saludo, golosinas y regalos para todas las edades. Está abierta de 10:00 a.m. a 4:00 p.m. y de 6:00 p.m. a 8:00 p.m. Las horas varían durante los fines de semana.

*** Cafetería**

Durante su estadía en el hospital, sus visitantes podrían tomar un descanso en la cafetería o en el café. La cafetería está en el piso inferior del edificio Wood y abre al público de 9:00 a.m. a 10:00 a.m. para un descanso de media mañana; y de 11:00 a.m. a 1:30 p.m. para el almuerzo; y de 4:30 p.m. a 7:00 p.m. para la cena. El café se encuentra cerca del área principal en el edificio Sayles y tiene máquinas con alimentos y bebidas frías o calientes. Hay disponible un horno de micro-ondas. El café está abierto hasta que terminan las horas de visita y es totalmente automático. Hay máquinas automáticas disponibles las 24 horas, los siete días de la semana, ubicadas junto al departamento de emergencias.

*** Plan para dar de alta**

La hora para salir de alta del hospital son las 10:00 a.m., excepto en la unidad de maternidad. La persona que le llevará a su casa debe pasar por la oficina de negocios en el área principal antes de pasar a su habitación. La oficina de negocios le dará un formulario de alta a esa persona para que se lo muestre a su

enfermera. Todo saldo que no sea cubierto por el seguro médico debe pagarse al momento de darse de alta. Antes de irse, recuerde recoger todos sus objetos de valor de la caja de seguridad.

*** Cuidados en el hogar**

Los servicios posteriores a la salida del hospital se arreglan con el equipo de Cuidados Continuos, el cual trabaja en conjunto con usted, su familia, el médico que le atiende y su enfermera para determinar su necesidad y acceso a servicios. Si usted cumple con los requisitos necesarios para recibir servicios en el hogar, la enfermera de cuidados continuos le dará una lista de proveedores de cuidados en el hogar para que elija su agencia. Se harán arreglos para obtener estos servicios antes de que usted salga del hospital.

El hospital tiene su propia agencia de cuidados en el hogar totalmente acreditada la cual ofrece una gama completa de servicios de cuidados en el hogar incluyendo enfermeras competentes, terapia intravenosa, cuidados de heridas, servicios de nutrición, ayudantes de salud en el hogar y servicios de rehabilitación. Los servicios de cuidados en el hogar están disponibles los siete días de la semana. Para obtener más información, pídale a su enfermera que llame al (401) 312-2500.

*** Práctica de medicina familiar**

111 Brewster Street, Pawtucket, RI

El Centro de Cuidados Primarios es el lugar en donde practican medicina familiar los practicantes de la universidad de Brown y los del departamento de medicina familiar del Hospital Memorial. Proporcionamos cuidados completos de cuidados de salud mientras entrenamos a los residentes de medicina y a los estudiantes en la práctica de la medicina familiar. A cada paciente se le asigna un proveedor de medicina familiar en calidad de proveedor primario. Nuestra práctica de equipo incluye a otros médicos de la facultad, enfermeras, estudiantes, sicólogos, trabajadoras sociales y dietistas.

El centro de medicina familiar proporciona cuidados continuos a pacientes de todas las edades y sus familias. Ofrecemos rutinas completas y cuidados serios, cuidados de medicina preventiva, cuidados para bebés y niños, planificación familiar, cuidados obstétricos, ginecológicos y geriátricos. En pocas palabras, ofrecemos cuidados para toda la vida. El centro de práctica de medicina familiar está abierto de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5:00 p.m., con horas adicionales por cita los días miércoles de 5:15 p.m. a 8:00 p.m.

El centro de práctica de medicina familiar de la universidad de Brown y del departamento de medicina familiar del Hospital Memorial está ubicado en el Centro de Cuidados Primarios del Hospital Rhode Island.

Para obtener más información, llame al:

Práctica Familiar A	(401) 729-2304
Práctica Familiar B	(401) 729-2206
Práctica Familiar C	(401) 729-2769

*** Práctica de medicina interna**

La práctica de medicina interna está ubicada en el Centro de Cuidados Primarios. Los médicos de medicina interna se especializan en medicina para adultos y cuidados para personas desde la adolescencia hasta la vejez. Proporcionamos cuidados primarios completos a pacientes externos y cuidados de medicina preventiva. La práctica de medicina interna consiste en médicos certificados por la junta, así como por médicos residentes que trabajan muy de cerca con los médicos de la facultad. Nos enorgullecemos proporcionar el más alto nivel de cuidados médicos al mismo tiempo que entrenamos a médicos residentes y estudiantes de medicina.

La práctica de medicina interna está abierta de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5:00 p.m. Por favor, llame al (401) 729-2258, para obtener más información.

*** Servicios ambulatorios de especialidades para pacientes externos del Hospital Memorial**

89 Pond Street, Pawtucket, RI

Los servicios ambulatorios de especialidades están ubicados en el Centro de Cuidados Ambulatorios. Proporcionamos cuidados en especialidades tales como: cardiología, podiatría, cirugía, endocrinología, enfermedades infecciosas, clínica para asuntos de salud relacionados a viajes, hematología/oncología, oídos, nariz y garganta y ortopedia. Proporcionamos cuidados a pacientes de todas las edades.

Se pueden concertar sesiones de nutrición de consulta individual o en grupo con dietistas licenciados. También en el Hospital Memorial ofrecemos matrícula en nuestro Programa de Educación de la Diabetes dirigido a pacientes externos.

Para concertar una cita para solicitar servicios de especialidades, puede llamar a los números telefónicos que se proporcionan abajo. Por favor, verifique con su plan de seguro médico si es necesario obtener una carta de referencia.

Si la llamada la hace dentro del hospital, sólo necesita marcar los últimos cuatro dígitos.

Cardiología	(401) 729-2262
Dermatología	(401) 729-2241
Oídos, nariz y garganta	(401) 729-2241
Endocrinología	(401) 729-2209
Centro de Prevención de Enfermedades Cardíacas	(401) 729-2238
Hematología/Oncología	(401) 729-2248
Enfermedades infecciosas	(401) 729-2252
Centro de desarrollo neural	(401) 729-6200
Asesoramiento sobre nutrición	(401) 729-2334
Ortopedia	(401) 729-2241

Cardiología pediátrica	(401) 729-2582
Neurología pediátrica	(401) 729-3599
Centro de Cuidados Primarios de Pediatría	(401) 729-2582
Podiatría/Problemas con los pies	(401) 729-2241
Pulmonar	(401) 729-2157
Cirugía	(401) 729-2241
Clínica de asuntos de salud relacionados a viajes	(401) 729-3610
Urodinámica	(401) 729-2243

*** Centro para cuidados de emergencia de Barrington**

310 Maple Avenue, Barrington, RI

Este conveniente centro proporciona cuidados urgentes y de calidad los siete días de la semana a los residentes del área este de la bahía. El centro ofrece una amplia gama de servicios, incluyendo cuidados de rutina y exámenes físicos para obtener empleo, así como también tratamiento de enfermedades y lesiones comunes. El centro tiene a su disposición un laboratorio y servicios de radiología e imagen.

*** Centro ambulatorio Notre Dame**

1000 Broad Street, Central Falls, RI

La clínica, no es necesario tener cita, del centro ambulatorio Notre Dame ofrece tratamientos adecuados para cuidados urgentes, así como tratamiento para problemas médicos que no son de urgencia. No es necesario tener cita. También se ofrecen exámenes físicos de rutina, físicos para la escuela/campamento, inyecciones para la gripe e inmunizaciones. El departamento de radiología en Notre Dame le ofrece un servicios completo de rayos equis de diagnóstico, mamografías y servicios de ultrasonido. Ofrecemos servicios de laboratorio, incluyendo EKG [electrocardiogramas].

El Centro Notre Dame de Salud Ocupacional brinda un programa completo de servicios de salud a patronos y sus empleados. Al programa lo caracteriza su administración de pérdidas a causa de lesiones en el lugar de empleo para llevar el control de los empleados que se lesionan y facilitarles cuidados. El centro también brinda exámenes previos a empleo y evaluaciones OSHA.

En su Clínica de Terapia Deportiva, Notre Dame ofrece terapia física y ocupacional para casos de lesiones relacionadas a los deportes o para lesiones ortopédicas en general. Ofrecemos una extensa gama de tratamientos, incluyendo terapia acuática, craneosacral; evaluaciones bioquímicas, de postura, ergonómicas; y manejo de entablillados y cicatrices. El área de terapia está abierta de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 4:30 p.m., con horarios flexibles disponibles por las noches.

El centro ambulatorio de cirugía de Notre Dame ofrece procesos endoscópicos para cirugías de ojo y de pie.

Para obtener más información sobre los servicios que Notre Dame ofrece, por favor llame al: (401) 726-1800.

*** Otros servicios**

Memorial Hospital of Rhode Island	(401) 729-2000
Oficina de negocios	(401) 729-2111
Rehabilitación cardiaca	(401) 729-2503
Educación sobre el corazón y clases de ejercicios.	
Deje un recado para la enfermera de rehabilitación cardiaca.	
Programas de educación sobre nacimientos y cómo ser un Buen padre de familia	(401) 729-2510
Comunión	(401) 729-2325
Servicios de cuidados en el hogar	(401) 312-2500
Perdido y encontrado	(401) 729-2459
Maternidad: Warm Line (24 horas)	(401) 729-2291
Para preguntas referentes a cuidados a la madre/bebé y apoyo de amamantar	
Rehabilitación médica	(401) 729-2326
Tratamiento de incapacidades duraderas	
Centro de educación sobre nutrición	(401) 729-2574
Ofrece asesoramiento individual o en grupo por un dietista autorizado.	
Departamento de servicio social	(401) 729-2344
Colocación, referencia y asesoramiento en asilos de ancianos. También son bienvenidos aquéllos sin referencia.	
TDD (Dispositivos de telecomunicaciones para sordos)	(401) 723-2050
Iniciativa para la Salud de la Mujer	(401) 729-2459
<i>Para obtener más información que no se proporcione aquí, por favor llame a la oficina de relaciones públicas</i>	
<i>(401) 729-2459</i>	

Las personas incapacitadas que tienen necesidades especiales debido a una incapacidad física, ceguera o dificultad para oír, pueden obtener ayuda llamando a la oficina de relaciones públicas a la extensión 2459.

*** Estacionamiento**

Tenemos disponible un amplio estacionamiento para el visitante. El estacionamiento está ubicado al lado izquierdo de la entrada principal sobre la calle Brewster.

*** Instrucciones para llegar**

**De I-95 norte
(viniendo del sur)**

Tome la salida 28. Tome a la derecha sobre la calle School. Después del segundo semáforo, tome a la izquierda sobre la calle Pond. Siga derecho, pase el semáforo y tome a la derecha sobre la calle Brewster.

**De I-95 sur
(viniendo del norte)**

Tome la salida 27. Tome a la izquierda en el semáforo que está al final de la rampa sobre la avenida East. Tome a la izquierda en el segundo semáforo sobre la calle Division. Pase un semáforo, luego cruce a la izquierda sobre la calle Pond. Pase un semáforo y tome a la derecha sobre la calle Brewster.

*Si desea obtener más información o instrucciones del Hospital Memorial,
por favor llame al (401) 729-2099*

*** Notas**