CLÍNICA LEDESMA SUAREZ

GUIA PRÁTICO

Como preparar a primeira consulta

Chegar organizado ajuda o profissional a entender o seu caso mais rápido e faz o tempo da consulta render. Use este roteiro como apoio: não é preciso ter tudo, o que importa é trazer o que você tiver.

1. O que levar

- [ ] Documento com foto (e o do responsável, se o paciente for menor de idade)
- [ ] Carteirinha do convênio, quando houver, e guia ou autorização se o plano exigir
- [ ] Exames, laudos e relatórios anteriores (médicos, psicológicos, escolares)
- [ ] Lista dos medicamentos em uso: nome, dose e há quanto tempo
- [ ] Receitas e encaminhamentos recentes
- [ ] Para crianças: caderneta de saúde e relatórios da escola

2. Organize a sua história em tópicos

Anote com antecedência. Na hora da consulta é comum esquecer detalhes importantes.

- Qual é o motivo principal da busca neste momento?
- Quando começou e se houve algum fato marcante na época
- Com que frequência acontece e quanto dura
- O que piora e o que alivia
- Como isso afeta o sono, a alimentação, os estudos, o trabalho e os relacionamentos
- Tratamentos e acompanhamentos já feitos, e o que funcionou ou não
- Histórico de saúde relevante na família

Para crianças e adolescentes

Leve observações sobre sono, alimentação, escola, relação com colegas, desenvolvimento (fala, andar, autonomia) e rotina em casa. Se possível, o relato de quem convive no dia a dia, como a escola, ajuda muito.

Material educativo. Não substitui consulta, diagnóstico ou atendimento de emergência.

3. Escreva as suas dúvidas

Reserve um espaço para as perguntas que você quer fazer. Algumas sugestões: como será o acompanhamento, com que frequência, quanto tempo deve durar, se há necessidade de outros profissionais.

4. Na hora da consulta

- Chegue com alguns minutos de antecedência para o cadastro
- Seja o mais específico possível: exemplos concretos ajudam mais do que descrições gerais
- Diga o que o preocupa e o que você espera do atendimento
- Peça para repetir ou explicar qualquer termo que não tenha ficado claro
- Ao final, confirme os próximos passos: retorno, exames e orientações

Antes de vir: confirme com a recepção

Cobertura do seu plano, necessidade de autorização, documentos e horário disponível. O WhatsApp da clínica é (15) 99803-0909.

Material educativo. Não substitui consulta, diagnóstico ou atendimento de emergência.