

Qué esperar durante un examen físico

Derechos y recursos del paciente



Producido por la Junta Médica de Oregón | omb.oregon.gov

Publicado en octubre de 2022

Qué esperar durante un examen físico

Los exámenes físicos son una parte importante de la prestación de atención preventiva y el proceso de diagnóstico de un proveedor. Si bien los profesionales médicos reciben una amplia capacitación en una variedad de técnicas prácticas comúnmente utilizadas durante los exámenes físicos, usted tiene derecho a preguntarle a su proveedor qué está haciendo y por qué en cualquier momento.

Técnicas comunes de examen físico:

- **Inspección:** El proveedor evalúa cuidadosamente al paciente, buscando condiciones normales e irregularidades. El proveedor puede sostener, girar o ajustar ligeramente la parte del cuerpo que está examinando.
- **Palpación:** Tocar a un paciente para detectar anomalías. Las áreas del cuerpo comúnmente examinadas incluyen el cuello, el pecho y el abdomen.
- **Percusión:** Golpear el cuerpo de un paciente, ya sea con los dedos, las manos o instrumentos pequeños, para producir vibraciones sonoras que pueden confirmar la presencia de aire, líquido y sólidos, así como características de los órganos.
- **Auscultación:** Escuchar el corazón, los pulmones, el cuello o el abdomen con un estetoscopio.

Sus derechos durante un examen físico

Durante un examen físico, usted tiene derecho a saber qué contacto físico podría ocurrir y por qué. Su proveedor debe:

- Solicitar su consentimiento antes de cualquier examen.
- Prover explicaciones profesionales sobre cada componente.
- Comunicar sus acciones con anticipación.
- Respetar su privacidad mientras se viste o se desviste y proporcionarle una bata.
- Realizar la cantidad mínima de contacto físico requerido para el diagnóstico y tratamiento.
- Tener un acompañante presente durante los exámenes delicados y en cualquier momento cuando usted lo solicita.
- Utilizar cortinas o cobertores para minimizar su exposición.
- Ofrecer oportunidades para que haga preguntas o plantee inquietudes.

Si las acciones de su proveedor lo hacen sentir incómodo o inseguro, usted tiene derecho a tomar las siguientes medidas:

- Decirle a su proveedor que suspenda el examen o que necesita un descanso. Por ejemplo, puede utilizar un lenguaje firme y alzar las manos para indicar que se «detenga».
- Pedir una explicación de lo que el proveedor está haciendo o hará.
- Pedir transferir su atención a otro proveedor.

Tipos de exámenes físicos

Durante cualquier examen, su proveedor de atención médica debe decirle exactamente lo que está haciendo en cada paso para que nada sea una sorpresa para usted. Se pueden incluir componentes adicionales y apropiados según su historial médico, los síntomas o los hallazgos anormales.

Examen físico deportivo: Su proveedor le preguntará acerca de su historial médico, la capacidad de hacer ejercicio en diferentes situaciones y lesiones previas; realizar un examen físico; revisar su corazón, pulmones y abdomen; y evaluar su postura, articulaciones y flexibilidad. Un examen delicado no está incluido en un examen físico deportivo típico.

Exámenes para niños y adolescentes de rutina: Para realizar una evaluación acerca del crecimiento y desarrollo saludables, el examen incluirá observar el pecho/senos y los genitales. Para las mujeres, la palpación de los senos generalmente no es necesaria. Para los hombres, un examen testicular se realiza palpando el testículo para asegurar la colocación y verificar si hay bultos o endurecimiento. No se requiere un examen pélvico o rectal de forma rutinaria.

Examen ginecológico: Un examen ginecológico podría incluir un examen de los senos o pélvico, así como una prueba de papanicolaou dependiendo de su edad y riesgo.

Examen de los senos: Su proveedor usará las yemas de los dedos para revisar todo el seno, incluyendo la axila y la clavícula. Si detecta un bulto, notará las características y verificará si se mueve.

Examen pélvico: Su proveedor examinará sus órganos reproductivos. Esto no se recomienda para pacientes menores de 21 años a menos que el historial médico o los síntomas indiquen una necesidad. Se le pedirá que se quite la ropa interior y se acueste al final de la mesa con los pies en estribos y una sábana cubrirá su estómago y piernas. Un examen pélvico podría incluir:

- **Examen externo:** Su proveedor inspecciona visualmente el área fuera de la vagina.
- **Examen bimanual:** Su proveedor inserta dos dedos enguantados y lubricados en su vagina y palpa tanto el útero como los ovarios mientras ejerce presión sobre la parte inferior de su abdomen con la otra mano. Esto podría causar presión o algunas molestias, pero no debe ser doloroso.
- **Prueba de papanicolaou:** su proveedor inserta un espéculo (una pequeña herramienta médica) en la vagina y se abre suavemente para ver el canal vaginal y el cuello uterino. Insertará un hisopo estéril en su vagina y raspará suavemente su cuello uterino para obtener una muestra de células. Esta prueba podría ser incómoda.
- **Examen rectal:** Su proveedor también podría realizar un examen rectal insertando un dedo enguantado y lubricado en el recto para verificar si hay sensibilidad u otras irregularidades.

Exámenes físicos: Su proveedor examinará sus genitales, incluyendo el pene, los testículos y el escroto. Podría pedirle que tosa mientras examina la ingle para ayudar a detectar hernias inguinales.

- **Examen rectal digital:** Se le pedirá que se quite la ropa interior y se le proporcionará una bata o tela para cubrirse. Usted se parará e inclinará hacia adelante en la cintura o se acostará de lado en posición fetal sobre una mesa. Su proveedor insertará suavemente un dedo enguantado y lubricado en el recto para verificar si hay sensibilidad/irregularidades. Inspeccionará la próstata y la pared de la parte inferior del colon o el recto. El examen podría ser incómodo, pero no debe ser doloroso y es breve.

Reconocer la mala conducta

Si en algún momento un profesional de la salud inicia un contacto sexual en el contexto de un examen médico, dicha acción es altamente inapropiada y una violación de la ética médica. Esto incluye la sugerencia de que el contacto sexual es necesario o beneficioso para la salud del paciente y cualquier contacto sexual que ocurra mientras un paciente está incapacitado.

Debido a la posición inherente de confianza y poder otorgada a los profesionales médicos, un paciente no puede otorgar su consentimiento para una interacción sexual. Esto debe mantenerse de dicha manera incluso cuando el paciente sugiere una relación sexual o acepta la invitación de un proveedor para comenzar una. En raras circunstancias, también podría ser difícil detectar un comportamiento de «acoso».

Algunos ejemplos de «señales de alerta» de comportamiento inapropiado incluyen:

- Contar chistes sexuales.
- Miradas persistentes o miradas a las partes del cuerpo sexual de un paciente.
- Divulgar información sobre la vida amorosa o las preferencias sexuales del proveedor.
- Ofrecer regalos o favores.
- Contactar a los pacientes por razones no médicas.
- Intentar programar citas fuera del horario típico de oficina o lejos de su práctica.
- Invitar a los pacientes a almorzar u otras actividades «parecidas a citas amorosas».

Algunos ejemplos serios de comportamiento inapropiado incluyen:

- Pedir detalles sobre las experiencias o preferencias sexuales del paciente sin una razón médica válida.
- Observar deliberadamente a un paciente vestirse o desvestirse.
- Comentarios inapropiados sobre o para el paciente, tales como sexualizar el cuerpo o la ropa interior de un paciente, o comentarios sexualizados/sexualmente degradantes a un paciente.
- Realizar exámenes genitales/rectales sin guantes ni necesidad médica.
- Tocar al paciente de una manera que parezca sexual, tal como manosear/tocar partes sexuales del cuerpo.
- Besos, contacto oral a genital u otro contacto sexual.

Acompañantes médicos

Los acompañantes médicos se utilizan durante los exámenes físicos íntimos y otras interacciones con los pacientes para servir como testigos de los eventos que se llevan a cabo en caso de que haya algún malentendido o preocupación por mala conducta. La presencia de un acompañante capacitado puede proporcionar tranquilidad sobre el contexto profesional y el contenido del examen, así como la intención del proveedor.

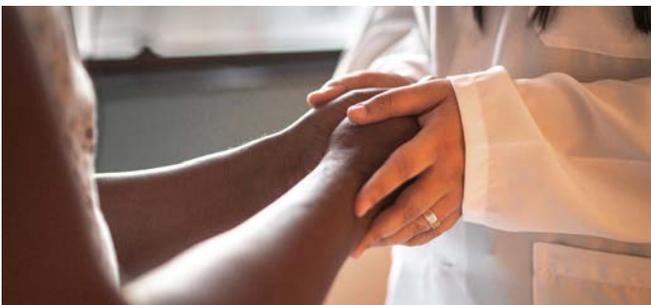
La Junta Médica de Oregón recomienda que todos los médicos y asociados médicos tengan un acompañante capacitado físicamente presente para todos los exámenes relacionados con los senos, los genitales y el recto. Usted puede solicitar un acompañante médico si su proveedor no se lo ofrece. A partir del 1 de julio de 2023, los médicos y asociados médicos deben ofrecer un acompañante médico capacitado para dichos exámenes.



Apoyo para el trauma sexual

Recursos disponibles para usted:

- **oregonsatf.org/help-for-survivors**
Grupo laboral contra la agresión sexual del fiscal general de Oregón, información para organizaciones sin fines de lucro en su área
- **RAINN.org (español: RAINN.org/es)**
Chat en línea las 24 horas, los 7 días de la semana para RAINN (red nacional de violación, abuso e incesto), la organización contra la violencia sexual más grande del país
- **800-656-HOPE (4673)**
Línea nacional de agresión sexual



Presentación de una querrela a la Junta

La Junta Médica de Oregón toma las acusaciones de conducta sexual inapropiada extremadamente en serio. El informar acerca de un comportamiento inapropiado de un proveedor durante un examen (ya sea su comportamiento, palabras o acciones) es la mejor manera de abordar y resolver completamente el problema.

Para presentar una querrela ante la Junta, visite omb.oregon.gov/investigations para completar el Formulario de querrelas o envíe una carta a la Junta que incluya la siguiente información:

- El nombre completo del proveedor.
- El nombre del paciente, su dirección postal, su número telefónico y su fecha de nacimiento. Si usted no es el paciente, proporcione su información de contacto.
- Una descripción del incidente, incluyendo la(s) fecha(s) en que ocurrió y dónde (clínica, consultorio médico, etc.). Por favor, proporcione tantos detalles como sea posible.
- Si algún otro proveedor trató al paciente antes o después del incidente, incluya su nombre.

Las querrelas por escrito deben enviarse por correo postal a:

Junta Médica de Oregón, gerente de investigaciones
1500 SW 1st Ave. #620
Portland, OR 97201

Si tiene preguntas, por favor comuníquese con el personal de recursos de querrelas de la Junta a través de complaintresource@omb.oregon.gov. También puede llamar al **971-673-2702 (línea gratuita: 877-254-6263)**. **Los correos electrónicos no son confidenciales; no envíe información de querrelas por correo electrónico.**

Aviso de confidencialidad

ORS 676.175 requiere que la información proporcionada a la Junta se mantenga confidencial. La información recopilada durante las investigaciones no estará generalmente disponible para el público. Esto significa que los detalles de la investigación no pueden compartirse públicamente, incluyendo los nombres del denunciante o del paciente. Si se encuentra una infracción y la Junta emite una Orden, la Orden es información pública. Las órdenes públicas están disponibles a través de omb.oregon.gov/verify o bajo petición. Las personas que presentan una querrela o proporcionan información durante una investigación y lo hacen de buena fe están protegidas y no están sujetas a una acción por daños civiles por proporcionar información según ORS 677.335 y 677.425.