

Si el problema no es siempre el mismo...



la solución tampoco.

Colaborando podemos hacer que nuestro sistema sanitario sea más ágil y eficaz.

Los servicios sanitarios son un importante patrimonio para nuestra sociedad y hacer un uso responsable de ellos nos beneficia a todos y todas.

Cada servicio de salud está pensado para dar la mejor solución a una necesidad de salud concreta.

Así que, cuando se necesita ayuda, es importante valorar bien cuál es el recurso más adecuado.

Usando bien todos nuestros servicios, podremos construir colectivamente un sistema sanitario mejor y más eficiente.



1. Autocuidado

Cuidarte es el primer paso para tener salud.

En la web portal de salud www.consejosalud.navarra.es encontrarás información que te ayudará a hacerlo.



2. Atención on line y telefónica

No siempre hay que acudir a un centro para recibir atención sanitaria.

Si tienes dudas, puedes llamar a nuestro servicio de Consejo Sanitario.

Te podemos ayudar a resolverlas, ofrecer información y orientarte si tienes un problema de salud, alguna enfermedad crónica o acabas de salir del hospital.

948 290 290
consejosalud@navarra.es

De lunes a viernes de 14:30 a 21:30 h.
Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 22:00 h.



3. Centro de Salud

Antes de pedir cita por teléfono, internet o en persona, conviene que valores si tu enfermedad es un proceso no complicado (síntomas, traumatismos menores, curas, dudas al salir del hospital,...).

En ese caso, el equipo de enfermería de tu Centro de Salud es el que mejor podrá atenderte dentro del horario de apertura del centro.

Si no puedes acudir a tu cita, recuerda avisar para que otra persona que lo necesite ocupe tu hueco.



4. Urgencias no hospitalarias

Fuera del horario de tu Centro de Salud

Los servicios de Urgencias no hospitalarias pueden ayudarte a resolver la mayoría de situaciones que requieren atención urgente si no puedes esperar a recibir asistencia en tu centro de salud en el horario habitual.

Recibirás atención adecuada a tu situación urgente en el plazo más breve posible y valorarán si tu caso requiere asistencia hospitalaria.



5. Urgencias hospitalarias

Es muy importante que reserves las Urgencias hospitalarias para los casos que lo necesitan.

Procura acudir al servicio de Urgencias del hospital sólo cuando hayas valorado que el resto de alternativas no son adecuadas para tu caso.

Así será posible que esté accesible para quien lo necesita.