



Su cita de telemedicina

Qué es, cómo se hace y cómo configurar su dispositivo

Índice

La cita a través de telemedicina (página 2)

Zoom (página 2)

Su seguridad y privacidad (página 2)

Cómo prepararse para su cita de telemedicina (página 2)

Si tiene preguntas (página 2)

Uso de un teléfono inteligente o una tableta para su cita (páginas 3-8)

Uso de una computadora para su cita (páginas 9-12)



Durante una cita de telemedicina, usted y su proveedor pueden verse en la pantalla de su computadora, tableta o teléfono inteligente.

La cita a través de telemedicina

Una cita de telemedicina es una manera de recibir la atención médica que necesita cuando no puede ir a la clínica para ver a su proveedor. Las citas de telemedicina de UW Medicine se hacen a través de un servicio de vídeo llamado Zoom.

Zoom

Zoom es el servicio que le permite ver y hablar con alguien a distancia. Funciona en una computadora, una tableta o un teléfono inteligente.

Es un servicio gratuito y no es necesario crear una cuenta.

Su seguridad y privacidad

Su cita de telemedicina será segura, privada y protegida. No se grabará o guardará ni su foto ni su voz. Toda su información está protegida tal como si estuviera reuniéndose con su proveedor de atención médica en la clínica. Zoom cumple con la Ley de Portabilidad y Responsabilidad del Seguro Médico (HIPAA, por sus siglas en inglés), que protege la privacidad de su salud.

Cómo prepararse para su cita de telemedicina

- Antes de su primera cita, configure Zoom en su dispositivo.
- Usted necesita tener:
 - una computadora, una tableta o un teléfono inteligente con una cámara frente a usted, para que su proveedor pueda verle;
 - una conexión a internet.
- Si desea comprobar su conexión a internet, visite zoom.us/test para entrar a una reunión de prueba.

Si tiene preguntas

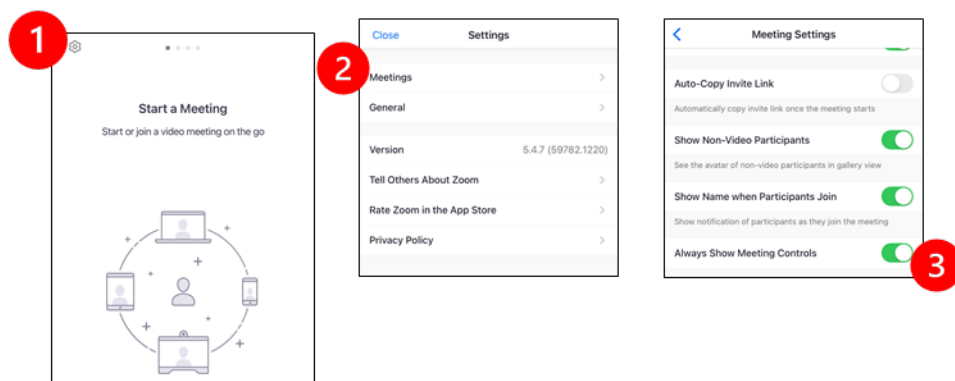
- Si necesita ayuda para configurar Zoom, llame a nuestro servicio de atención al **206.520.5100**.
- Para obtener más información sobre telemedicina en UW Medicine, visite nuestro sitio en internet: **www.uwmedicine.org/virtual-care**

Uso de un teléfono inteligente o una tableta para su cita

Antes de su primera cita de telemedicina

Paso 1. Descargar la aplicación Zoom.

- Descargue la aplicación Zoom Cloud Meeting en la App Store de Apple o en Google Play (actualícela si se lo indica). No es necesario repetir este paso si utiliza el mismo dispositivo en el futuro. Si utiliza otro dispositivo, tendrá que repetir estos pasos.
- Si desea ver la barra de herramientas de control de reuniones de Zoom todo momento:
 1. Haga clic en el icono de configuración (figura de engranaje).
 2. Haga clic en "Reuniones" ("Meetings")
 3. Active "Mostrar siempre los controles de las reuniones" ("Always show meeting controls")



Antes de que su proveedor se una a la reunión

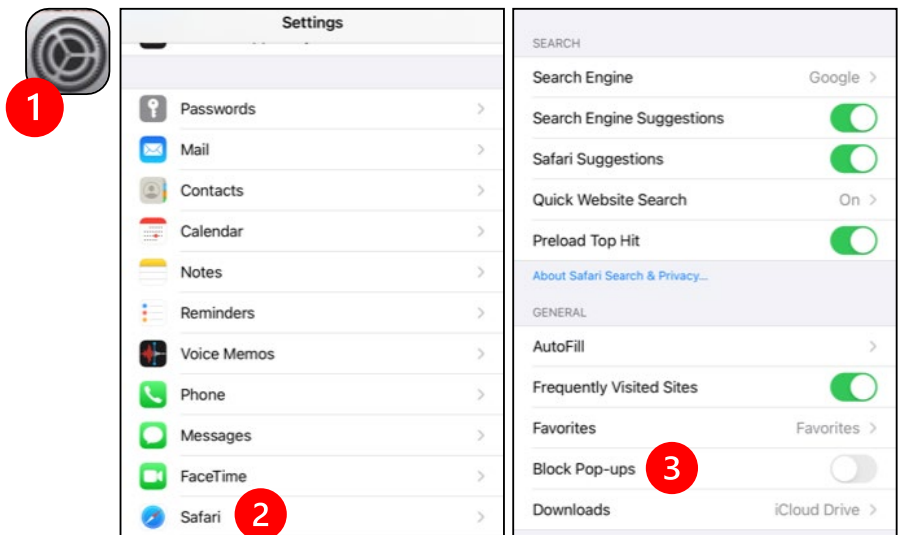
Paso 2. Buscar un espacio tranquilo para la cita.

- Tómese al menos 15 minutos para prepararse y conectarse.
- Asegúrese de que el dispositivo esté enchufado o completamente cargado.
- Siéntese en un espacio tranquilo con buena iluminación.
- Si puede, busque un lugar privado. Si hay otras personas cerca, puede usar audífonos para tener privacidad.

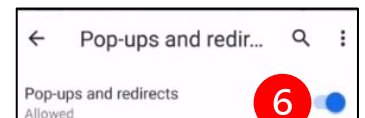
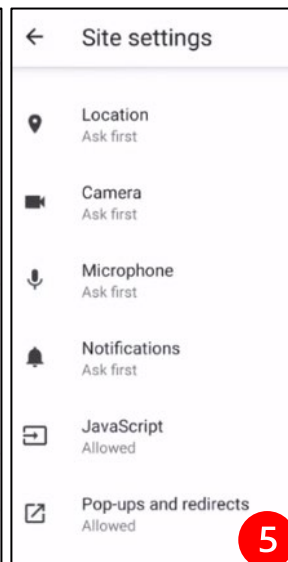
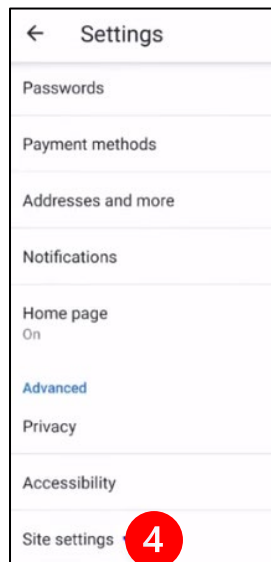
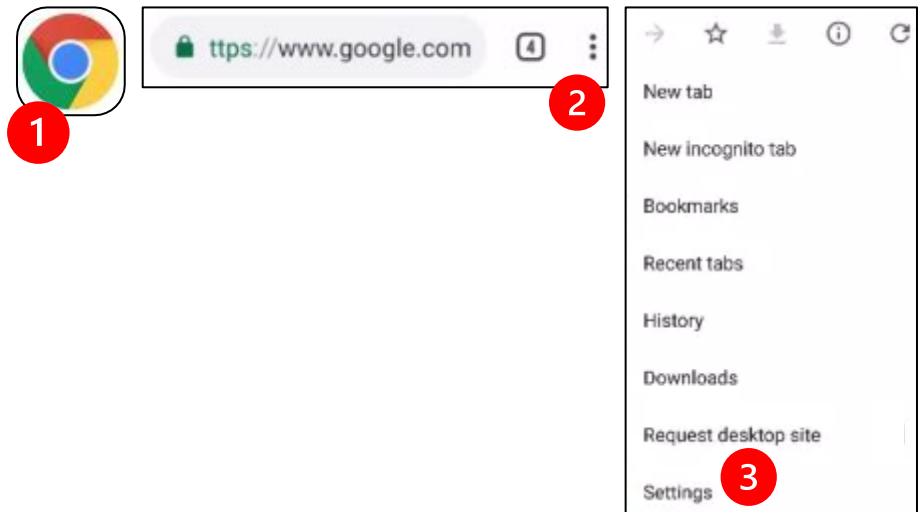
Paso 3. Iniciar Zoom.

A. Si tiene MyChart

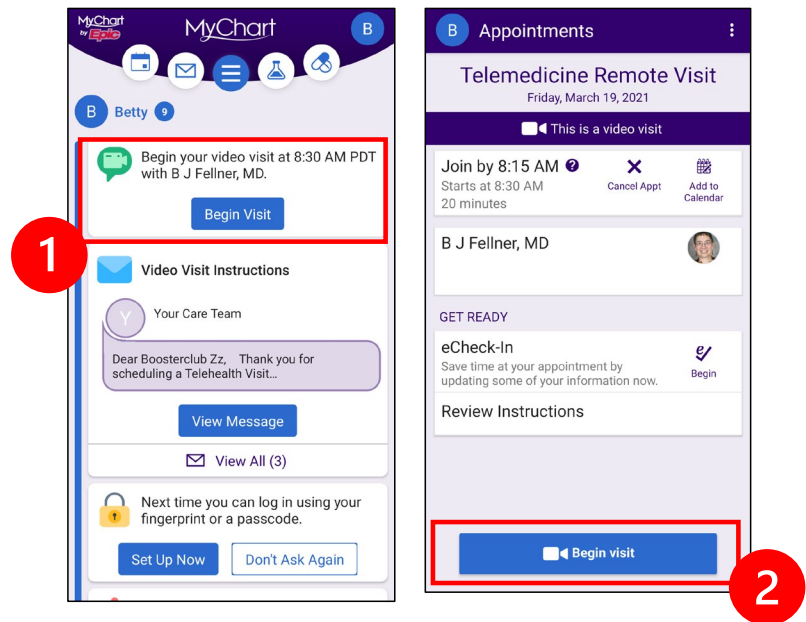
- Para iPhone o iPad, desactive los bloqueadores de ventanas emergentes (Pop-up):
 1. Haga clic en “Configuración” (“Settings”)
 2. Haga clic en “Safari”
 3. Desactive la opción “Bloquear ventanas emergentes” (“Block Pop-ups”)



- Para Android, desactive los bloqueadores de ventanas emergentes (Pop-up):
 1. Haga clic en "Chrome"
 2. Haga clic en los 3 puntos verticales en la esquina superior derecha
 3. Haga clic en "Configuración" ("Settings")
 4. Haga clic en "Site Settings"
 5. Haga clic en "Pop-ups y redireccionamiento" ("Pop-ups and redirect")
 6. Active "Pop-ups y redireccionamiento" ("Pop-ups and redirect")



- Entre a la aplicación de MyChart e inicie sesión. Actualice MyChart si se le pide.
 1. Seleccione la opción “Comenzar su cita por video” (“Begin your video visit”).
 2. Seleccione “Comenzar cita” (“Begin Visit”). Esto iniciará Zoom.



- Zoom le pedirá su nombre. Introduzca su nombre y apellidos.
- Es posible que se le coloque en una “Sala de espera” (“Waiting room”) mientras su proveedor de atención médica se conecta. Puede tardar unos minutos. Permanezca en línea. Gracias por su paciencia.

B. Si NO tiene MyChart

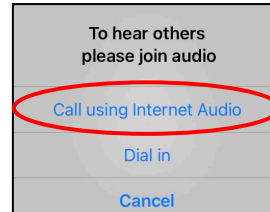
- Antes de su cita, le enviaremos un texto con un enlace a su teléfono.
- Siga el enlace para llegar al sitio web de Zoom.
- Seleccione la aplicación Zoom Cloud para abrir el enlace (si se le pide).
- Zoom le pedirá su nombre. Introduzca su nombre y apellidos.
- Es posible que se le coloque en una “Sala de espera” (“Waiting room”) mientras su proveedor de atención médica se conecta. Puede tardar unos minutos. Permanezca en línea. Gracias por su paciencia.

Cuando su proveedor se une a la sesión

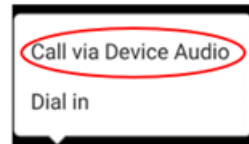
Paso 4. Conectar el audio.

Aconsejamos usar el audio de internet o del dispositivo:

- Para iPhone, seleccione "Llamar usando el audio de Internet" ("Call using Internet Audio")



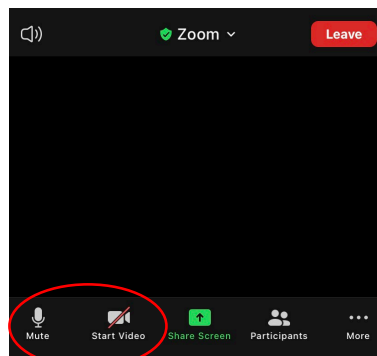
- Para Android, elija "Llamar mediante el audio del dispositivo" ("Call via Device Audio")



- Si elige "Marcar" ("Dial in"), aparecerá una lista de números. Elija un número para llamar (puede utilizar cualquiera de ellos). Su teléfono inteligente o tableta introducirá el número de la reunión y la identificación (ID) de participante por usted.

Paso 5. Prender la cámara y el micrófono.

- Es posible que tenga que tocar la pantalla para que aparezca la barra de herramientas.
- Verifique que el micrófono y los altavoces NO estén silenciados. Puede hacer clic en "Unmute" en la barra de herramientas.
- Verifique que el vídeo se ha iniciado. Puede hacer clic en "Start Video" en la barra de herramientas.



"Mute" (Silenciar) y "Start Video" (Iniciar video) están en la barra de herramientas.

Paso 6. Iniciar la cita de telemedicina.

Ahora puede comenzar su cita.

Si su proveedor tiene problemas para verle o escucharle, es posible que le llame al número que dio al inicio de su sesión. Si utiliza una tableta, tenga su teléfono cerca en caso de que esto sea necesario.

Uso de una computadora para su cita

Estas instrucciones son para pacientes con una cuenta de MyChart.

Si no tiene una cuenta de MyChart:

- Siga las instrucciones de la página 3 en "Uso de un teléfono inteligente o una tableta para su cita"
- Cuando llegue al Paso 3, siga las instrucciones de la página 6 en "B. Si NO tiene myChart."

Antes de su primera cita de telemedicina

Paso 1. Descargar "Zoom Client for Meetings."

- Vaya a zoom.us/download. Haga clic en el botón "Download", debajo de "Zoom Client for Meetings."
- Elija ejecutar Zoom (si se le pide).

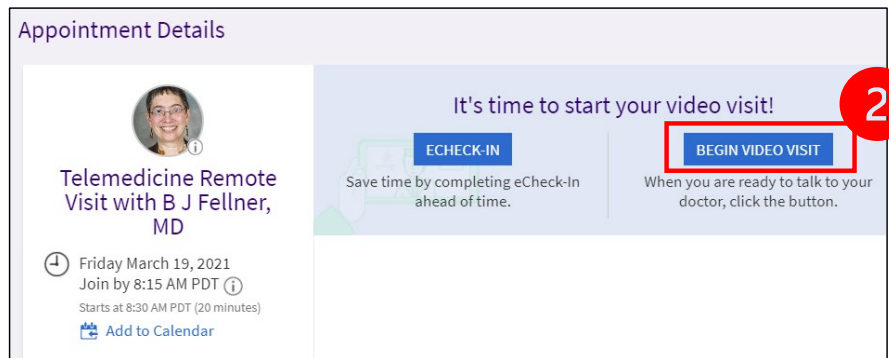
Antes de que su proveedor se una a la sesión

Paso 2. Crear un espacio tranquilo para la cita de telemedicina.

- Tómese unos 15 minutos para prepararse y conectarse.
- Verifique que el dispositivo esté enchufado o completamente cargado.
- Siéntese en un lugar tranquilo y con buena iluminación.
- Si puede, busque un lugar privado para su cita. Si hay otras personas cerca, puede usar audífonos para tener privacidad.

Paso 3. Iniciar la sesión Zoom (con MyChart)

- Busque *mychart.uwmedicine.org*.
- Inicie sesión en MyChart.
 1. Seleccione la opción “Comenzar su cita por video” (“Begin your video visit”)
 2. Seleccione “Comenzar cita” (“Begin Visit”). Esto iniciará Zoom.

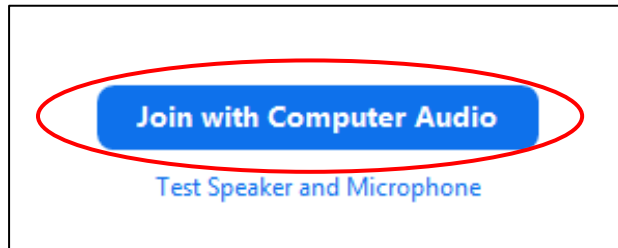


- Zoom le pedirá su nombre. Introduzca su nombre y apellidos.
- Es posible que se le coloque en una "sala de espera" mientras su proveedor de atención médica se prepara para unirse. El proveedor puede tardar unos minutos. Permanezca en línea. Gracias por su paciencia.

Cuando su proveedor se une a la sesión

Paso 4. Conectar el audio.

- Le recomendamos que utilice el micrófono y el altavoz de su computadora para el audio. Elija “Computer Audio” y haga clic en “Join with Computer Audio.”



- Si está utilizando su teléfono para el audio, elija “Llamada telefónica” ("Phone Call") y aparecerá una lista de números:
 1. Elija cualquiera número de “Marcar” ("Dial") para llamar.
 2. Se le pedirá que introduzca el número que identifica (ID) la sesión. Introduzca el número que aparece en la sección “ID de la reunión” ("Meeting ID") y pulse #.
 3. Se le pedirá que introduzca el ID del participante. Introduzca el número que aparece en “ID de participante” ("Participant ID"), pulse #. O simplemente pulse # para continuar.



Paso 5. Encender la cámara y el micrófono.

- Haga clic dentro de la ventana Zoom para que aparezca la barra de herramientas.
- Asegúrese de que el micrófono y los altavoces NO están silenciados. Es posible que deba hacer clic en "Unmute" en la barra de herramientas.
- Verifique que el video se ha iniciado. Es posible que tenga que hacer clic en "Iniciar video" ("Start Video") en la barra de herramientas.



Los símbolos para "Mute" (Silenciar) y "Start Video" (Iniciar video) están en la barra de herramientas.

Paso 6. Iniciar la cita de telemedicina.

Ahora puede comenzar su cita.

Si su proveedor tiene problemas para verle o escucharle, es posible que le llame al número de teléfono que dio cuando configuró su cita de telemedicina. Tenga su teléfono cerca en caso de que sea necesario llamarle.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Llame a su médico o proveedor de atención médica si tiene preguntas o dudas.

- Para obtener más información sobre la telemedicina en UW Medicine, visite nuestro sitio en internet:
www.uwmedicine.org/virtual-care
- Si necesita ayuda para configurar Zoom, llame a nuestro servicio de atención al cliente al **206.520.5100**

Your Telemedicine Visit

What a telemedicine visit is, how it works, and how to set up your device

Contents

About Telemedicine Visits (page 2)

About Zoom (page 2)

Your Safety and Privacy (page 2)

How to Prepare for Your Telemedicine Visit (page 2)

If You Have Questions (page 2)

Using a Smartphone or Tablet for Your Visit (pages 3-8)

Using a Computer for Your Visit (pages 9-12)



During a telemedicine visit, you and your provider can see each other on your computer, tablet, or smartphone.

About Telemedicine Visits

A telemedicine visit is a way to get the healthcare you need when you cannot come to the clinic to see your provider. UW Medicine telemedicine visits use a video service called Zoom.

About Zoom

Zoom allows you to see and talk with someone at a distance. It works on a computer, tablet, or smartphone.

Zoom is free to use. You do not need to create an account.

Your Safety and Privacy

Your telemedicine visit will be safe, private, and secure. Your photo and voice will not be recorded or stored. All your information is protected, just as if you were meeting with your healthcare provider in the clinic. Zoom complies with the Health Insurance Portability and Accountability Act (HIPAA), which protects your health privacy.

How to Prepare for Your Telemedicine Visit

- Before your first telemedicine visit, set up Zoom on your device.
- You need to have:
 - A computer, tablet, or smartphone with a camera that faces you, so that your provider can see you
 - An internet connection
- If you want to check your internet connection, visit zoom.us/test to join a test meeting.

If You Have Questions

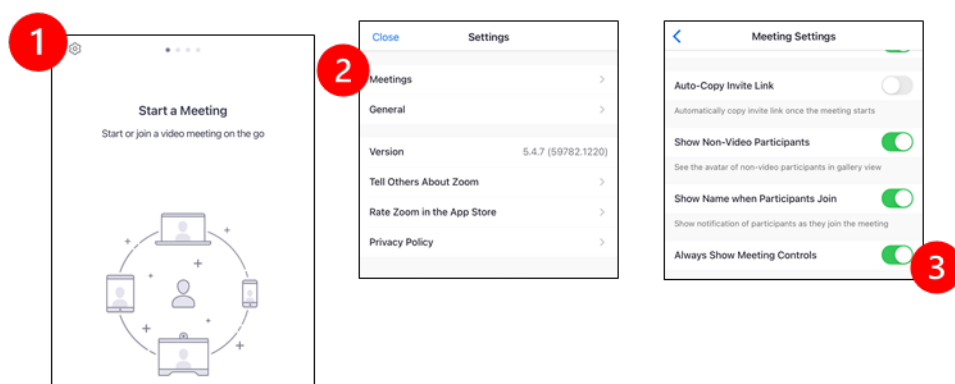
- If you need help setting up Zoom, call our service desk at **206.520.5100**.
- To learn more about Telemedicine at UW Medicine, please visit our website: www.uwmedicine.org/virtual-care

Using a Smartphone or Tablet for Your Visit

Before Your First Telemedicine Visit

Step 1: Download the Zoom app.

- Download the Zoom Cloud Meeting app from the Apple App Store or on Google Play. (Upgrade if prompted.) If you use the same device for future visits, you should not have to repeat this step. If you use a different device, you will need to do the set-up again.
- If you want to see the Zoom meeting control toolbar at all times:
 1. Click on the settings icon (gear).
 2. Click on “Meetings.”
 3. Turn on “Always show meeting controls.”



Before Your Provider Joins the Meeting

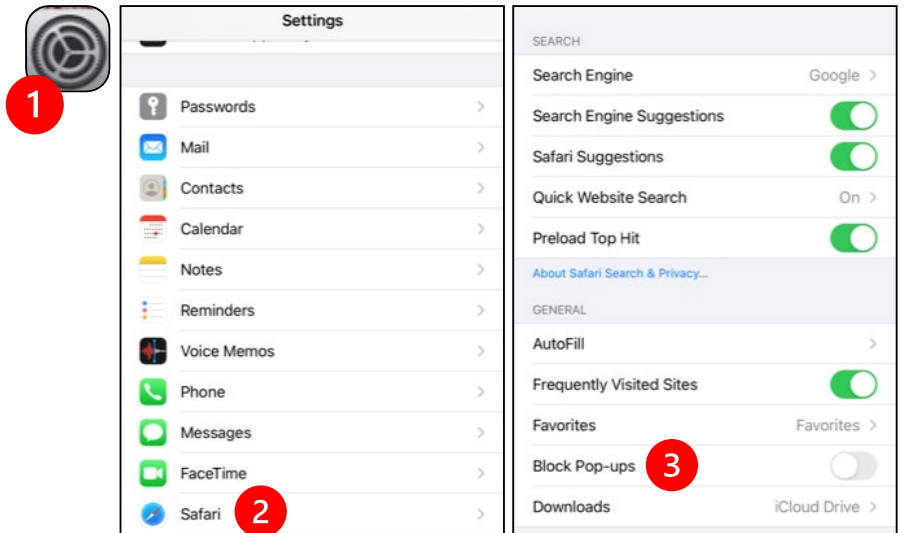
Step 2: Create a quiet space for your visit.

- Give yourself at least 15 minutes to set up and get connected.
- Make sure your device is plugged in or fully charged.
- Sit in a quiet space with good lighting.
- If you can, find a private place for your visit. If there are other people nearby, you can use headphones for privacy.

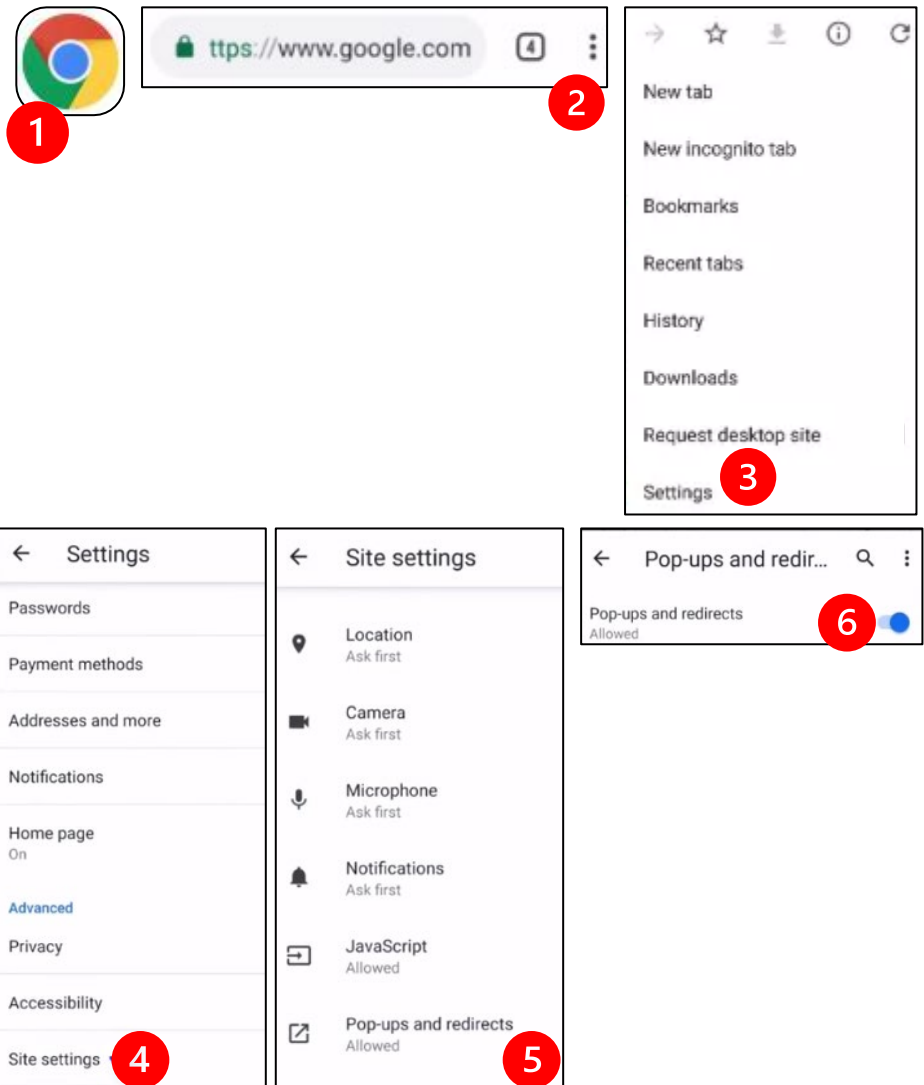
Step 3: Start Zoom.

A. If you have MyChart

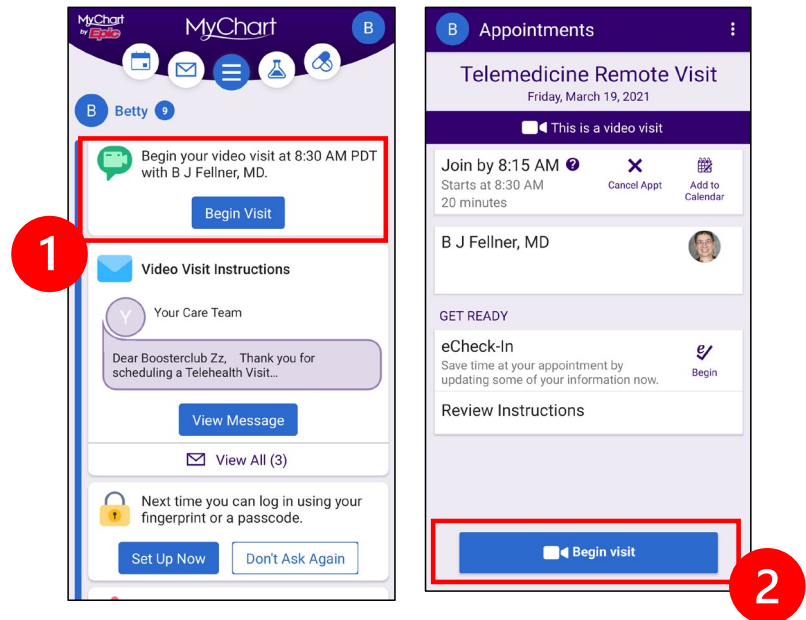
- For iPhone or iPad, disable pop-up blockers:
 1. Click on “Settings”
 2. Click on “Safari”
 3. Turn off “Block Pop-ups”



- For Android, disable pop-up blockers:
 1. Click on “Chrome”
 2. Click on the 3 vertical dots at the top right
 3. Click “Settings”
 4. Click “Site Settings”
 5. Click “Pop-ups and redirect”
 6. Turn on “Pop-ups and redirect”



- Go to the MyChart App and log in. Upgrade MyChart if prompted.
 1. Select the option to “Begin your video visit.”
 2. Select “Begin Visit.” This will start Zoom.



- Zoom will ask for your name. Enter your first and last name.
- You might be placed in a “Waiting Room” while your healthcare provider gets ready to join. It may take a few minutes for the provider to join. Please stay online. Thank you for your patience.

B. If You Do NOT Have MyChart

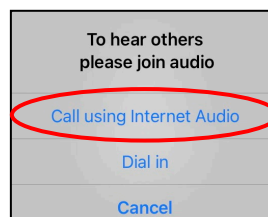
- Before your visit, we will send you a text with a link to your phone.
- Follow the link to get to the Zoom website.
- Choose to use Zoom Cloud app to open the link (if prompted).
- Zoom will ask for your name. Enter your first and last name.
- You might be placed in a “Waiting Room” while your healthcare provider gets ready to join. It may take a few minutes for the provider to join. Please stay online. Thank you for your patience.

When Your Provider Joins the Meeting

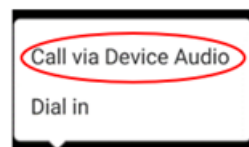
Step 4: Connect the audio.

We advise using internet or device audio:

- For iPhone, choose “Call using Internet Audio”



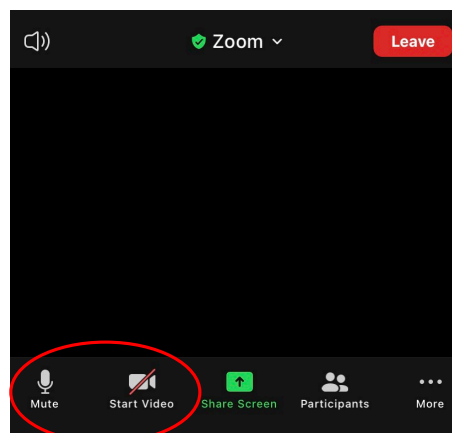
- For Android, choose “Call via Device Audio”



- If you choose “Dial in,” a list of numbers will appear. Pick a number to call. (You can use any of them.) Your smartphone or tablet will enter the meeting and participant ID for you.

Step 5: Turn on the camera and microphone.

- You may need to tap your screen for the toolbar to appear.
- Make sure your microphone and speakers are NOT muted. You may need to click “Unmute” on the toolbar.
- Make sure your video is started. You may need to click “Start Video” on the toolbar.



The symbols for “Mute” and “Start Video” are on the toolbar.

Step 6: Start your telemedicine visit.

You are now ready to start your visit.

If your provider has trouble seeing or hearing you, they might call you at the number that you provided at the start of your session. If you are using a tablet, please keep your phone nearby in case this is needed.

Using a Computer for Your Visit

These instructions are for patients with a MyChart account.

If you do not have a MyChart account:

- Follow the instructions on page 3 under “Using a Smartphone or Tablet for Your Visit.”
- When you reach Step 3, follow instructions on page 6 under “B. If You Do NOT Have MyChart.”

Before Your First Telemedicine Visit

Step 1: Download “Zoom Client for Meetings.”

- Go to zoom.us/download. Click on the “Download” button under “Zoom Client for Meetings.”
- Choose to run Zoom (if prompted).

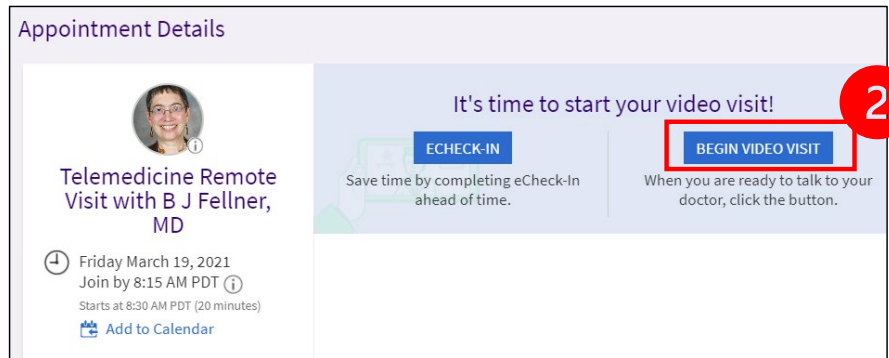
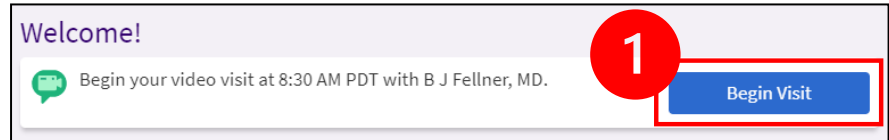
Before Your Provider Joins the Meeting

Step 2: Create a quiet space for your telemedicine visit.

- Give yourself at least 15 minutes to set up and get connected.
- Make sure your device is plugged in or fully charged.
- Sit in a quiet space with good lighting.
- If you can, find a private place for your visit. If there are other people nearby, you can use headphones for privacy.

Step 3: Starting Zoom (with MyChart)

- Go to *mychart.uwmedicine.org*.
- Log into MyChart.
 1. Select the option to “Begin your video visit.”
 2. Select “Begin Visit.” This will start Zoom.

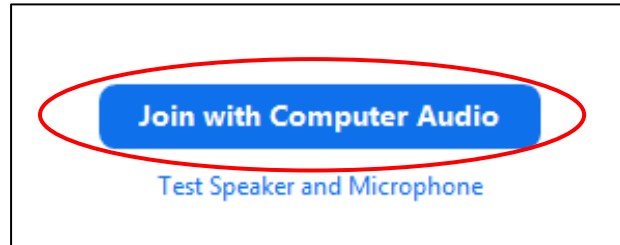


- Zoom will ask for your name. Enter your first and last name.
- You might be placed in a “Waiting Room” while your healthcare provider gets ready to join. It may take a few minutes for the provider to join. Please stay online. Thank you for your patience.

When Your Provider Joins the Meeting

Step 4: Connect the audio.

- We advise using your computer microphone and speaker for audio. Choose “Computer Audio” and click “Join with Computer Audio.”



- If you are using your phone for audio, choose “Phone Call,” and a list of numbers will appear:
 1. Pick any number from the “Dial” section to call.
 2. You will be asked to enter the meeting ID. Enter the number listed in the “Meeting ID” section, then press #.
 3. You will be asked to enter the participant ID. Enter the number listed in the “Participant ID” section, then press #. Or just press # to continue.



Step 5: Turn on the camera and microphone.

- Click inside the Zoom window for the toolbar to appear.
- Make sure your microphone and speakers are NOT muted. You may need to click “Unmute” on the toolbar.
- Make sure your video is started. You may need to click “Start Video” on the toolbar.



The symbols for “Mute and “Start Video” are on the Zoom toolbar.

Step 6: Start your telemedicine visit.

You are now ready to start your visit.

If your provider has trouble seeing or hearing you, they might call you at the phone number you gave when you set up your telemedicine visit. Please keep your phone nearby in case this is needed.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

- To learn more about telemedicine at UW Medicine, visit our website: www.uwmedicine.org/virtual-care
- If you need help setting up Zoom, call our service desk at **206.520.5100.**