



Estrategias para poner en práctica la comunicación asertiva en la consulta



Aspecto de la comunicación	Recomendación	Ejemplos
Escucha activa	No interrumpir, mostrar interés, mantener contacto visual	“Cuéntame más sobre lo que siente”, mientras se mantiene el contacto visual
Claridad en el lenguaje	Evitar tecnicismos, usar lenguaje simple	“Esto significa que su presión está más alta de lo normal”
Empatía verbal	Validar emociones sin juzgar	“Entiendo que esto puede ser frustrante para usted”
Comunicación no verbal	Postura abierta, gestos amables, tono de voz calmado	Asentir con la cabeza, sonreír levemente, no cruzar los brazos
Toma de decisiones compartida	Involucrar al paciente en el plan terapéutico	“Hay dos opciones de tratamiento, ¿cuál le parece más adecuada para usted?”
Establecimiento de límites	Ser firme pero respetuoso	“Necesitamos centrarnos en un tema hoy para aprovechar mejor el tiempo”
Verificación de comprensión	Confirmar que el paciente entendió la información brindada	“¿Puede explicarme lo que vamos a hacer a partir de ahora?”
Cierre de la consulta	Resumir lo tratado y los próximos pasos	“Hoy revisamos su tratamiento. El siguiente paso será...”