

As Seen in...

Originally published in the
2003 issue of Dr. Magazine

OF MEDICINE

DR.

Magazine

A Wellness and Lifestyle Publication

Más allá de la medicina

Dr. John Zavaleta
Obstetra y ginecólogo

**Claves para una práctica
médica exitosa:**

- Comunicación
- Capacidad de escuchar
- Un plan profesional
- Una pasión

PREMIERE ISSUE 2003



El Arte y la Profesión de la práctica privada

A los 19 años de edad, John Zavaleta dejó Brownsville, Texas, para emprender un viaje que aún disfruta hoy en día: una pasión por brindar a la mujer la mejor atención médica disponible.

El Dr. Zavaleta se graduó en la University of Texas Southwestern Medical School en 1981 y luego hizo la residencia en el Baylor Medical Center de Dallas, donde se especializó en obstetricia y ginecología. Aunque originalmente se formó en la University of Texas como farmacéutico, se interesó en profundizar su pasión por ayudar a la gente. A medida que desarrolló su carrera como médico, el Dr. Zavaleta pudo apreciar cómo su capacitación como farmacéutico le resultó de invaluable ayuda: “El tiempo que pasé como farmacéutico me ofreció ventajas para asesorar mejor a mis pacientes sobre los medicamentos que estaban tomando. Como resultado del tiempo dedicado en esa área, tengo una mejor comprensión de la gran variedad de productos farmacéuticos que los médicos tienen a su alcance y mis pacientes valoran los conocimientos y la experiencia que comparto con ellas”.

El Dr. Zavaleta decidió tomar la carrera de obstetricia y ginecología debido al deseo de trabajar en el área de salud de la mujer, lo que le permitió expandirse en diferentes disciplinas. “Realmente me encantaba la idea de ser capaz de traer vida a este mundo y todos los días comparto esa alegría con mis pacientes”. En parte, también disfrutó de trabajar con las mujeres debido a que cuidan mejor su salud que los hombres y porque tienen necesidades especiales que requieren un cierto grado de destreza”, comenta el Dr. Zavaleta.



El Dr. John Zavaleta en su consultorio de Las Colinas

Con los años, el trabajo del Dr. Zavaleta se ha expandido más allá de la obstetricia y ginecología...brindando a sus pacientes un enfoque integral para mantener una salud óptima.

El trabajo del Dr. Zavaleta siempre se ha distinguido por su preocupación por sus pacientes y la atención personal que les brinda. Cuando una paciente necesita verle con urgencia, puede ir a su consultorio en cualquier momento y el Dr. Zavaleta o su personal le hará una cita inmediatamente en su ocupada agenda. “Creo que mis pacientes saben que realmente me preocupo por ellas y en consecuencia he desarrollado muchas relaciones duraderas con ellas con el paso de los años. Debido a la conexión personal, siento una responsabilidad especial de brindar a mis pacientes únicamente la mejor atención disponible. No sólo llego a conocer a las mujeres que vienen a verme, sino también a toda su familia, incluidos sus hijos”.

Cuando el Dr. Zavaleta llegó a Irving para ejercer su profesión en 1985, encontró un tremendo vacío en el área de obstetras y ginecólogos hispanohablantes. Le sorprendió descubrir que era el único obstetra y ginecólogo hispano en todo Irving. “Superar la barrera del idioma es un problema sumamente importante en lo que respecta a comunicarse sobre inquietudes de salud”, comenta el Dr. Zavaleta. “Me complace poder ofrecer a la comunidad hispana de Irving un personal que puede comprender lo que necesita y que puede responder a sus preguntas con claridad”. Este nivel de comunicación superior ha creado una base de pacientes fieles que vienen de toda el área de Dallas/Fort Worth y que con frecuencia viajan largas distancias para ir a su consultorio. “He visto los problemas que puede crear la falta de comunicación verbal apropiada para las mujeres y es muy enriquecedor poder ayudarlas”, comenta el Dr. Zavaleta. Cree que su capacidad de atender eficazmente a la comunidad hispana de Dallas/Fort Worth es el logro profesional del que está más orgulloso.

Con los años, el trabajo del Dr. Zavaleta se ha expandido más allá de la obstetricia y ginecología, ya que ha añadido servicios y procedimientos para atender mejor las necesidades de sus pacientes. Entre ellos se incluyen: ofrecer alternativas a la histerectomía, aportar una solución no quirúrgica innovadora a la anticoncepción permanente, recomendar una nutrición adecuada para ayudar a controlar el peso, trastornos del sueño y problemas de libido. El Dr. Zavaleta brinda a sus pacientes un enfoque integral para mantener una salud óptima.

El Dr. Zavaleta busca activamente oportunidades para ampliar su base de conocimientos sobre nuevos programas y procedimientos, asistiendo a numerosos seminarios y sesiones de capacitación cada año. Es el primer médico del área de Dallas/Fort Worth en utilizar el dispositivo Essure como alternativa a la cirugía para mujeres que buscan la anticoncepción permanente. Este procedimiento, un ejemplo de la naturaleza vanguardista de su trabajo profesional, aprobado por la FDA a fines de 2002, ha tenido una tasa de éxito del 100% en pruebas realizadas en ensayos clínicos (el fabricante, Conceptus Inc., reconoce que ningún dispositivo anticonceptivo es 100% eficaz y que siempre existe una pequeña probabilidad de embarazo). Al Dr. Zavaleta le interesó este procedimiento porque ofrecía a sus pacientes un método anticonceptivo alternativo que no requiere realizar incisiones ni cortes o quemar las trompas de Falopio y tampoco requiere anestesia general. El dispositivo no contiene ni libera hormonas, ya que bloquea las trompas de Falopio y causa la formación de tejido cicatricial que impide la fertilización. El procedimiento Essure se hace en el consultorio bajo anestesia leve y después del procedimiento las pacientes retoman sus actividades normales en 24 horas.

Se ofrecen otros procedimientos que se realizan en el consultorio, tales como la ablación endometrial, un procedimiento para reducir o curar el sangrado uterino anormal. Esta tecnología ofrece un tratamiento rápido, simple, seguro y que no requiere tratamiento endometrial previo. No se realizan incisiones y sólo lleva unos minutos, mucho menos tiempo que otros procedimientos de ablación. Lo cubre la mayoría de los seguros y generalmente sólo se requiere el copago del consultorio. No sentirá ninguna molestia. De hecho, el 95% de las pacientes que se someten a esta técnica lo recomendarían a una amiga. No se emplean hormonas. Se destruye el tejido que forma el recubrimiento del útero que se desprende durante la menstruación. Este nuevo e interesante procedimiento se realiza en el consultorio bajo sedación leve administrada por anestesiólogos.

Al Dr. Zavaleta le alienta la creciente tendencia en favor de la salud prenatal entre sus pacientes. “Un gran porcentaje de mis pacientes tiene más conocimientos sobre su propia salud y la salud fetal durante el embarazo. Esto ha contribuido a la mejora de los hábitos alimenticios, la administración de suplementos durante el embarazo, la práctica de ejercicios y la abstinencia en actividades que pudieran dañar al feto, como consumir alcohol, drogas y fumar”, comenta el Dr. Zavaleta. “Es posible que este desarrollo no sea evidente en los establecimientos públicos, pero creo que es una tendencia común en la práctica privada”. El Dr. Zavaleta atribuye la educación de sus pacientes a una mejor atención médica y al acceso a Internet. “Una mayor cantidad de mujeres tiene acceso inmediato a mejor información que ahora se obtiene con facilidad. Con frecuencia tengo pacientes que vienen a verme y me preguntan sobre

alternativas a medicamentos y tratamientos convencionales acerca de los que se han enterado en Internet”.



El Dr. Zavaleta en una consulta con una paciente

La perspectiva del Dr. Zavaleta para el futuro de la comunidad médica es muy positiva, aunque expresa su preocupación por problemas del seguro y el aumento de la cantidad de juicios contra médicos. “El desafío que enfrentan los médicos es ofrecer los procedimientos necesarios y, a la vez, obtener la cooperación de las compañías de seguros, lo cual puede ser difícil”, comenta el Dr. Zavaleta. “La posibilidad que tiene la mujer de acceder a la atención médica adecuada en muchos estados se ve amenazada y la capacidad del médico de ejercer la medicina se ve afectada por la constante amenaza de las acciones legales. Nuestra sociedad se está tornando cada vez más y más litigante”. El Dr. Zavaleta cree que ejercer la medicina es su misión para toda la vida y le apasiona mantenerse a la vanguardia de su área, a pesar de estos obstáculos.



Consultorio de Obstetricia y Ginecología de Las Colinas

El Dr. Zavaleta entiende que estará en manos del gobierno y de los tribunales resolver estos problemas difíciles y complicados, pero cree que existen medidas que los médicos pueden tomar para prevenirlos. Recomienda que los médicos revisen sus prácticas comerciales y se aseguren de que sean lo más económicas posible. Esto incluye contratar empleados que sean capaces de realizar varias funciones para mantener los gastos generales al mínimo. También sugiere a los médicos que se aseguren de que sus cuentas por cobrar se manejen de forma diligente, para garantizar que se cobre lo que se debe. Por último, ofrecer productos que complementen los servicios prestados puede sumar al balance final de la práctica y brindar a los pacientes soluciones para sus necesidades. “Mi consejo a los médicos que hoy terminan su residencia es encontrar un médico mentor que les pueda ayudar a aprender la profesión y el arte de la medicina. En general, nuestra educación y el período de residencia se centra en la ciencia de la medicina” afirma Zavaleta “Dedicar algunos años al trabajo dentro de los confines de un consultorio exitoso puede ser una experiencia de un valor incalculable”. Como mentor, aconseja a otros médicos tener un buen plan profesional y rodearse de expertos en sus áreas, así como recordar siempre que se debe tener paciencia con el personal y demostrar su reconocimiento todos los días. “Personalmente saludo y hablo con todos los que trabajan en mi consultorio cada día como parte de mi rutina”, comenta Zavaleta. “Reconocer periódicamente los méritos por un trabajo bien hecho levanta el ánimo del consultorio y crea una base de empleados más estable con menos renovación de personal”.

“Mi consejo a los médicos que hoy terminan su residencia es encontrar un médico mentor que les pueda ayudar a aprender la profesión y el arte de la medicina”.

El enfoque del Dr. Zavaleta hacia su personal ha sido fundamental para la exitosa continuidad de su actividad profesional, pero cuando se le pregunta a qué atribuye este logro, responde, “Es la capacidad de escuchar a mis pacientes. Mi deseo es que, cuando salgan de mi consultorio, se hayan cumplido sus expectativas”. Aunque parece ser un pensamiento basado en el sentido común, Zavaleta afirma que le sorprende la cantidad de nuevas pacientes que acuden a él porque no satisficieron sus necesidades. “Parte de nuestro trabajo como médicos es ayudar a los pacientes a expresar cuáles son sus verdaderas preocupaciones, y a veces les resulta muy difícil”, comenta Zavaleta. “Tenemos que ser expertos en formular preguntas y alentar a los pacientes para que nos cuenten los problemas que están experimentando”.

En su tiempo libre, el Dr. Zavaleta practica deportes acuáticos y generalmente disfruta de sus momentos de esparcimiento navegando en los lagos de la región. También disfruta del teatro local. “No hay nada como ver una buena producción, de origen local y con actores que forman parte de la comunidad”, comenta el Dr. Zavaleta, miembro activo de la comunidad.