**Transición de atención medica de Maryland**



**HOJA INFORMATIVA**

***PARA LOS JÓVENES***

La transición de atención médica es el proceso de preparación para el cuidado de la salud como adulto. Durante la infancia, los padres por lo general ayudan con las necesidades médicas: llamar a pedir citas, llenar formularios y hacer seguimiento de los medicamentos.

**Tu Papel:** A medida que creces, la gestión de tus necesidades médicas se convierte en tu propia responsabilidad. Lograr esta independencia requiere un proceso de transición organizado para ganar la habilidad independiente de la atención en salud que te prepara para un modelo adulto del cuidado, y transferencia al nuevo médico. Hay varios pasos que puedes llevar a cabo para asegurarte de que la transición al cuidado de la salud de adultos vaya sin problemas.

***LO QUE PUEDES HACER***

* Comprender tu diagnóstico
* Conocer a tus médicos y especialistas, y cómo contactarlos
* Conocer tus medicamentos, incluyendo los nombres, dosis y razones para tomarlos.
* Conocer información de contacto de emergencia médica
* Mantener tarjetas del seguro contigo
* Planear tus citas médicas, hacer preguntas y expresar tus preocupaciones en las citas
* Preparar una lista de preguntas y preocupaciones antes de tu cita
* Hablar con tus padres o guardián y con tu médico en cuanto a asumir un papel más independiente en tu gestión del cuidado y la salud y tus decisiones.

**Recursos:**

* **Got Transition:** [***http://www.gottransition.org/***](http://www.gottransition.org/)
* **Localizador de Recursos:** [***http://specialneeds.health.maryland.gov/***](http://specialneeds.health.maryland.gov/)
* **Cuaderno de Transición de Atención Médica:** [*h****ttp://phpa.health.maryland.gov/genetics/Pages/MyHealthcareNotebook.aspx***](http://phpa.health.maryland.gov/genetics/Pages/MyHealthcareNotebook.aspx)
* **Sitio web de la Oficina de Genética y Personas con Necesidades de Cuidado Especial:** [*http://phpa.health.maryland.gov/genetics*](http://phpa.health.maryland.gov/genetics)
* **Tutela:** [***http://www.gottransition.org/resourceGet.cfm?id=17***](http://www.gottransition.org/resourceGet.cfm?id=17)
* **Lista de Verificación para Adolescentes:** [***http://illinoisaap.org/wp-content/uploads/TEEN-CHECKLIST.pdf***](http://illinoisaap.org/wp-content/uploads/TEEN-CHECKLIST.pdf)

**Utiliza el siguiente método para hablar con médicos o enfermeras y al gestionar tu cuidado:**

* **Dar información**
* **Escuchar y aprender**
* **Hacer preguntas**
* **Decidir un plan**
* **Hacer tu parte**

kkkkk

**Para Mayor Información:**

Oficina de Genética y Personas con Necesidades de Cuidado Especial

201West Preston Street, Room 423 Baltimore, MD 21201

410-767-6730

[*http://phpa.health.maryland.gov/genetics*](http://phpa.health.maryland.gov/genetics)

**Preguntas Frecuentes de los Jóvenes**

**Descubrir: aprender sobre el enfoque de su proveedor para la transición**

**Voy a un proveedor pediátrico; ¿por qué debo cambiar?**

A medida que creces, comenzarás a tener necesidades de salud que probablemente no tenías cuando eras niño. Es importante tener un médico que sepa cómo mantenerte saludable siendo adulto.

**Seguimiento: conocer tu propia información de salud**

**¿Qué debo traer conmigo a mis citas?**

Tener tu tarjeta del seguro contigo, cualquier pregunta que puedas tener, y anotar cualquier cambio en tus medicamentos o salud desde tu última visita. Al salir del consultorio de tu proveedor, ¡asegúrate de comprender cualquier instrucción que se te haya dado!

**Preparación: aprender a manejar tu propia atención médica**

**¿A qué edad debo comenzar a pensar en la transición?**

Cuanto más temprano comiences a pensar en la transición, más tiempo tendrás para planear todos los cambios venideros por los que vas a pasar, y más preparado estarás para la vida adulta. Comencé cuando estaba en mi adolescencia y sólo toma tiempo para practicar y ganar independencia.

**Planeación: prepararse para el cuidado médico como adulto**

**Al cumplir 18 años, ¿qué cambios legales en el cuidado médico necesito conocer?**

Probablemente el cambio más importante que ocurre a los 18 es que tus padres ya no tienen el control legal sobre tus decisiones del cuidado médico. Como adulto, eres quien decide el tratamiento médico.

**Transferencia: hacer el cambio a un proveedor para adultos**

**¿Qué información necesita mi actual proveedor del cuidado médico para enviarme a mi nuevo proveedor? ¿Cómo puedo ayudar?**

Es mejor si tu nuevo proveedor te conoce y también conoce tu condición de salud antes de llegar por vez primera. Si tienes una condición especial, puede ser útil pedir que tu proveedor pediátrico envíe una descripción sobre qué esperar de tu condición a medida que creces.

**¿En qué difiere el cuidado médico pediátrico al adulto?**

La principal diferencia entre el enfoque pediátrico y adulto del cuidado médico es que tu eres la única persona que se comunica con tu proveedor y hace y toma las decisiones sobre el cuidado de la salud, a menos firmes un formulario de liberación de información.

**Para Más Respuestas, visita:** [**http://www.gottransition.org/youthfamilies/index.cfm**](http://www.gottransition.org/youthfamilies/index.cfm)

