

Inicio del recorrido de transición

- ☐ Quiero ser más independiente en lo que respecta a mi propia salud y atención médica. ¿Cuándo podré comenzar a reunirme a solas con usted durante parte de la visita?
- ☐ PADRE/MADRE/TUTOR: ¿Cómo puedo ayudar a que el niño se reúna con usted a solas durante parte de su visita?
- ☐ ¿Qué necesito aprender para prepararme para la atención médica como adulto?
- ☐ ¿Tiene una lista de verificación de habilidades de cuidado personal que deba aprender?

Transición de la atención pediátrica

- ☐ ¿A qué edad debo cambiar de médico por un médico de adultos?
- ☐ ¿Puedo ayudarlo a preparar un resumen médico? Si es necesario, ¿podemos elaborar un plan sobre qué debo hacer en caso de emergencia?
- ☐ Cuando cumpla 18 años, ¿qué debo saber sobre la privacidad y el consentimiento?
 - ☐ ADRE/MADRE/TUTOR: Si el niño necesita ayuda para tomar decisiones sobre su salud, ¿dónde puedo obtener información al respecto?
- ☐ ¿Qué tipo de médicos necesito para la atención como adulto (atención primaria, atención especializada, salud conductual, etc.)?
 - ☐ ¿Tiene alguna sugerencia de médicos para adultos a los que pueda derivarme?
 - ☐ ¿Enviaré una derivación y mi resumen médico al proveedor nuevo que yo elija?
 - ☐ ¿Se comunicará con el proveedor nuevo sobre lo que necesito?
 - ☐ Antes de que yo visite al médico nuevo para adultos, ¿seguirá usted realizando las recargas de mis medicamentos y tratando mis necesidades de atención aguda?

Cómo elegir un proveedor para adultos y concertar la primera cita



Preguntas que debes hacer al llamar por primera vez a un consultorio nuevo:

- ☐ ¿Aceptan mi seguro médico? ¿Requieren algún pago en el momento de la visita?
- ☐ ¿Dónde está ubicado el consultorio? ¿Hay estacionamiento o se encuentra cerca de una parada de metro o autobús?
- ☐ ¿Cuáles son los horarios de atención? ¿Hay horarios de atención sin cita previa?
- ☐ ¿Cuál es la política de programación y cancelación de citas?
- ☐ ¿Cómo podré comunicarme directamente con el médico después de la visita o por la noche?
- ☐ Si es necesario, ¿este médico puede ayudarme a encontrar especialistas para adultos?

Preguntas que debes hacer antes de la primera cita con un proveedor nuevo:

- ☐ ¿Recibió el resumen médico de parte mi pediatra?
- ☐ ¿Qué debería llevar a la primera visita?
- ☐ ¿Quién me ayudará cuando usted no esté disponible?

Cómo iniciar la atención para adultos

Preparación para una cita

- ☐ ¿Cuáles son las principales preocupaciones que debo abordar en esta cita?
 - » **CONSEJO:** anota las preguntas y los temas sobre los que desees conversar en un papel o en la aplicación de notas de tu teléfono inteligente para no olvidarlos.
- ☐ ¿Qué medicamentos prescribe este médico?
 - ☐ ¿Cuántas recargas me quedan?
 - ☐ ¿Estas recargas durarán hasta la próxima cita?
 - ☐ ¿Alguno de estos medicamentos requiere autorización previa?

Durante la cita

- ☐ Averigua a quién debes contactar en el consultorio nuevo si tienes alguna pregunta o inquietud posteriormente.
- ☐ Asegúrate de anotar los pasos clave que debes seguir después de esta cita:
 - ☐ ¿Próxima exploración o análisis de laboratorio?
 - ☐ ¿Hay algún formulario que debas rellenar antes de programar las pruebas?
 - ☐ ¿Pruebas o análisis de sangre para controlar alguno de los medicamentos que estás tomando?
- ☐ Anota los resultados de las pruebas que te compartan en la cita y asegúrate de poder acceder a ellos en MyChart.
- ☐ Planifica la próxima cita. Prográmala antes de retirarte, si es posible.
- ☐ ¿Qué medicamentos prescribe este médico?
 - ☐ Pide una recarga si la necesitas.
 - ☐ Si el medicamento requiere autorización previa (PA, por sus siglas en inglés), ¿por cuánto tiempo estaría aprobado?
 - » **CONSEJO:** configura un recordatorio en tu teléfono para 2 semanas antes de que venza la receta COMO MÍNIMO, así recuerdas que debes iniciar el proceso de PA.
 - ☐ Determina cuál es el tiempo estimado de respuesta para las solicitudes de recetas, en especial, si es diferente para la presentación por MyChart o por teléfono.
 - » **CONSEJO:** haz la solicitud no bien puedas recargar la receta. Presta atención a los fines de semana y días feriados para que no necesites una recarga en esos momentos, si es posible.

Preguntas que debes hacer antes de tomar un medicamento nuevo o hacerte una prueba

- ☐ ¿Para qué es esto?
- ☐ ¿Por qué es esta una buena opción para mí? ¿Qué riesgos hay que tener en cuenta?
- ☐ ¿Hay alguna posible complicación que debería considerar?
- ☐ ¿Cuáles son los efectos secundarios de este medicamento?
 - ☐ Si hay posibles efectos secundarios, ¿qué opciones tengo para controlarlos?
- ☐ ¿A quién llamo, o adónde voy, si comienzo a notar o tener síntomas preocupantes?

- ☐ ¿Cuánto tiempo tardará el medicamento en comenzar a hacer efecto?
- ☐ ¿Qué debo hacer si salteo una dosis de este medicamento?
- ☐ ¿Hay otras opciones de tratamiento?
 - ☐ Si no es así, ¿cuáles son los riesgos y los beneficios de esperar?
- ☐ Si decido rechazar esta prueba o este medicamento, ¿qué signos o síntomas debería vigilar?
- ☐ ¿Tiene alguna recomendación para solicitar una segunda opinión?
- ☐ ¿Qué se lograría al conocer los resultados de esta prueba?
- ☐ ¿Puede ayudarme a comprender la precisión de esta prueba?
- ☐ ¿Habrá otra prueba de seguimiento en función de los resultados de la primera?
- ☐ ¿Cuándo recibiré los resultados? ¿Quién los analizará conmigo?
- ☐ ¿Mi seguro cubrirá esta prueba?
- ☐ ¿Hay alguna otra cosa que deba tener en cuenta antes de comenzar a recibir este medicamento? ¿Debería...
 - ☐ ... cambiar mi dieta?
 - ☐ ... notar algún cambio en el horario de sueño?
 - ☐ ... prepararme para cambios de comportamiento?
 - ☐ ... evitar algo específico, como posibles interacciones entre alimentos, alcohol, fármacos o suplementos con el medicamento?
- » **CONSEJO:** asegúrate de que tu equipo de atención médica conozca todos los suplementos que tomas, sin importar lo seguros que sean o si son de venta libre. Los suplementos son sustancias activas que pueden afectar la forma en que ciertos medicamentos actúan en tu organismo.



Primary Children's Hospital