

## Cronología para la transición de los servicios médicos para adolescentes y jóvenes adultos

12 a 13 años

- Infórmate sobre tu estado de salud, medicamentos y alergias.
- Hazle preguntas sobre tu salud a tu médico.
- Pregúntale a tu médico si, en algún momento, deja de brindar servicios a jóvenes o adultos y, de ser así, a qué edad.

14 a 15 años

- Repasa lo que sabes sobre tu salud, servicios e historial médico familiar. Tanto tú como sus padres/cuidadores pueden participar en las evaluaciones de preparación para la transición de Got Transition\* y hablar sobre ellas con tu médico.
- Lleva contigo tu tarjeta del seguro médico.
- Infórmate sobre tu salud y qué hacer en caso de emergencia.
- Practica calendarizar una cita con el médico y solicitar una receta para surtir tus medicamentos (ya sea por teléfono, en línea o mediante una aplicación).
- Comienza a ver a tu médico a solas durante una parte de las visitas para adquirir independencia en el manejo de tu salud y servicios médicos.

16 a 17 años

- Calendariza citas con el médico, velo a solas, haz todas las preguntas que desees y solicita la hoja de receta para surtir sus medicamentos nuevamente.
- Pídele a tu médico que te hable sobre los derechos de confidencialidad que obtendrás cuando cumplas 18 años.
- Trabaja con el médico tu historial médico. Guarda una copia en un lugar seguro.
- Antes de cumplir 18 años y convertirte legalmente en adulto, analiza si necesitarás ayuda para tomar decisiones relacionadas con tus servicios médicos. Si es así, solicita recursos locales en tu centro de Familia a Familias de Family Voices.
- Habla con tu padre/cuidador sobre la edad en la que desees transferirte a un médico nuevo para tus servicios médicos para adultos.

18 a 21 años

- A los 18 años, te conviertes legalmente en un adulto y eres legalmente responsable de tus servicios médicos. Tus padres/cuidadores no podrán acceder a tu información médica ni estar presentes en tus citas médicas a menos que estés de acuerdo.
- Trabaja con tu médico actual como encontrar un médico nuevo de adultos, si es necesario. Asegúrate de que el médico nuevo acepte tu seguro médico.
- Actualiza tu historial médico. Asegúrate de que tu médico le envíe el historial a tu médico nuevo de adultos. Guarda una copia para ti.
- Llama a tu médico nuevo de adultos para calendarizar la primera cita. Asegúrate de que la oficina nueva tenga tu información personal y pregunta si la cita tiene algún costo.
- Averigua si hay cambios adicionales al cumplir los 18 años que puedan afectarte (por ejemplo, seguro médico, ingresos del seguro social).

22 a 25 años

- Continúa recibiendo servicios médicos para adultos, aprende a administrar tu salud y servicios médicos y actualice tu historial médico.
- Asegúrate de contar con un seguro médico. Si cambias tu seguro, asegúrate de que tu médico lo acepte y pregunta si la visita tiene algún costo.

\*Para acceder a la Evaluación de preparación para la **transición para jóvenes**, visite <https://gottransition.org/6ce/leaving-readiness-assessment-youth-es>

\*Para acceder a la Evaluación de preparación a la **transición para padres/cuidadores**, visite <https://gottransition.org/6ce/leaving-readiness-assessment-parent-es>.