

Transición a la atención médica para adultos: ¿Qué va a pasar en tu primera cita de adulto?

Al comenzar la transición de tu atención médica, verás por primera vez a un doctor de adultos. Estos son algunos pasos que te ayudarán a prepararte y a entender cómo será tu cita.

Una semana antes de tu cita

Confirma la cita.	<ul style="list-style-type: none"> • Llama a la clínica o usa el portal electrónico para confirmar. • Es posible que te llamen o te envíen un mensaje de texto, un correo electrónico o una carta con la fecha, el lugar y la hora de tu cita. • Si necesitas cancelar o cambiar tu cita, hazlo por lo menos con 24 horas de anticipación para evitar que te cobren la cita. • Sigue todas las instrucciones que te den.
Investiga a dónde tienes que ir.	<ul style="list-style-type: none"> • Confirma el nombre del edificio, el piso, el número del consultorio y el nombre del doctor y de la clínica. • Ve dónde debes estacionar, dónde te pueden dejar o dónde está la parada de autobús más cercana, y cuál es la entrada por la que debes ingresar.
Pregunta qué tienes que llevar a tu cita.	<ul style="list-style-type: none"> • No olvides tu identificación y tu tarjeta del seguro médico. • Lleva una tarjeta de crédito o de débito, o dinero en efectivo. • No olvides llevar todas tus medicinas y la información de la farmacia que usas.

Durante la cita

Regístrate al llegar a la clínica.	<ul style="list-style-type: none"> • Llega 10 o 15 minutos antes de la hora de tu cita. • Muestra tu identificación y la tarjeta del seguro médico. • Llena los papeles que te den al regístrate y fírmalos: <ul style="list-style-type: none"> o Consentimientos para poder atenderte. o Autorización para la divulgación de la información médica. o Cuestionarios o formularios sobre tus antecedentes de salud. • Si hace falta, paga el deducible o el copago.
Durante la cita.	<ul style="list-style-type: none"> • A las personas que te atiendan díles tus antecedentes médicos, cuál es tu enfermedad, las medicinas que estás tomando (nombre, dosis, a qué hora las tomas y por qué razón), cirugías previas y alergias. • Pregunta si no entiendes algo. • Pide que te den la información por escrito. • Habla con franqueza sobre lo que te preocupa de tu salud o tus medicamentos. • Toma nota de los cambios que hagan para que no se te olviden. • No dejes de preguntar qué sigue: citas, surtido de medicamentos, análisis... • Dale la información de la farmacia donde quieres recoger tus medicamentos.

Después de tu cita

Sigue las instrucciones que te den.	<ul style="list-style-type: none">• Ve a recoger tus medicamentos.• Ve el portal en línea o llama a la clínica para ver los resultados de los estudios.• Pide las citas que necesiten.• Llama a tu nueva clínica si tienes más preguntas.
-------------------------------------	--