

## 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"> <li>• Llama a la clínica o usa el portal electrónico para confirmar.</li> <li>• 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.</li> <li>• Si necesitas cancelar o cambiar tu cita, hazlo por lo menos con 24 horas de anticipación para evitar que te cobren la cita.</li> <li>• Sigue todas las instrucciones que te den.</li> </ul> |
| Investiga a dónde tienes que ir.          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Confirma el nombre del edificio, el piso, el número del consultorio y el nombre del doctor y de la clínica.</li> <li>• 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.</li> </ul>                                                                                                                                         |
| Pregunta qué tienes que llevar a tu cita. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• No olvides tu identificación y tu tarjeta del seguro médico.</li> <li>• Lleva una tarjeta de crédito o de débito, o dinero en efectivo.</li> <li>• No olvides llevar todas tus medicinas y la información de la farmacia que usas.</li> </ul>                                                                                                                                                                             |

### Durante la cita

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

## Después de tu cita

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