



CÓMO AYUDAR A SU ADOLESCENTE A NAVEGAR UNA CITA MÉDICA

Dejar que su adolescente se comunice con el equipo médico en forma privada le ayuda a desarrollar responsabilidad por su propia salud

INFORMACIÓN IMPORTANTE

- Las guías clínicas recomiendan que los profesionales de atención médica comiencen a tener conversaciones a solas (pedir al padre/madre que salga del cuarto) con pacientes adolescentes a partir de los 11 años.
- Algunos adolescentes, durante este tiempo sin su padres, puede que prefieran estar acompañados por otro profesional de salud en el cuarto, como una enfermera o un asistente médico, o con una persona del mismo sexo. Esto siempre es una opción disponible.

POR QUÉ ES IMPORTANTE OFRECER AL ADOLESCENTE TIEMPO A SOLAS CON EL MÉDICO/A

La Academia Estadounidense de Pediatría recomienda que el/la médico/a tengan conversaciones uno a uno con pacientes adolescentes por dos razones:

- 1 Dentro de poco tiempo, su adolescente será responsable de su propia atención médica. El tiempo a solas con su médico/a les permite practicar. Lo ideal es que a los 18 años, su adolescente se sienta cómodo/a programando citas, haciendo preguntas, desarrollando una relación con el equipo de salud y sea capaz de solicitar una buena atención e información.
- 2 El equipo de salud, necesita información honesta y completa para brindarle a su adolescente la atención y la información necesaria para mantenerse saludable. Los adolescentes pueden sentirse más cómodos compartiendo esta información en una conversación privada.

PADRES: CONTINÚEN LA CONVERSACIÓN

Durante la adolescencia, el equipo de atención médica incluye al médico/a, al adolescente y a los padres. Ayude a su adolescente a tomar decisiones saludables. El primer paso es incentivarle a asumir lentamente responsabilidades durante sus citas:

A medida que su adolescente vaya creciendo, enséñele cómo programar su próxima visita.

Dígale: “Puede que te ayude pensar qué preguntas tienes antes de la cita. Si quieres puedes anotarlas”

Déjele saber que usted todavía está ahí para apoyarle durante la visita, pero que le gustaría que empezara a tomar la iniciativa.

Dígale: “Creo que sería bueno hablar sobre _____
¿Prefieres preguntar sobre eso o prefieres que lo haga yo?”

Después de la visita, pregúntele: “¿Qué preguntas tienes sobre tu cita?” o “¿Surgió algo en que creas que yo te pueda ayudar?”


Esto puede ser lo más difícil: ayude a su adolescente a conseguir lo que necesite, incluso si no quiere hablar de ello con usted:

“Aquí está el número de la clínica y la información de nuestro seguro de salud. Recuerda que siempre estoy disponible para conversar. Aunque no puedas/quieras decirme algo ahora, quiero que estés sano/a y siempre te apoyaré para que obtengas lo que necesitas”.

RECURSOS

 Academia Americana de Pediatría:
[La consulta a solas con el pediatra](#)

 [Confidencialidad y consentimiento en la atención del adolescente](#)

 Vea cuáles son las leyes en cuanto a confidencialidad para adolescentes en los diferentes estados:
umhs-adolescenthealth.org/improving-care/health-center-materials/health-rights-posters/