

# Planificación de una transición saludable

## Plan de transición familiar



Washington State Department of  
**Health**

DOH 970-155 February 2014 Spanish

# Acerca de esta **Guía**

*El programa Children with Special Health Care Needs (CSHCN, Niños con Necesidades Especiales de Atención Médica) del Washington State Department of Health (Departamento de Salud del Estado de Washington) entiende que la transición a la edad adulta es un momento emocionante para los adolescentes y adultos jóvenes.*

La transición puede consistir en cambios de escuela, trabajo o vivienda. La transición de la atención médica generalmente consiste en cambiar de los servicios y la atención pediátricos a los servicios y la atención de adultos. Los adolescentes y adultos jóvenes con necesidades de atención médica especiales, y sus familias, deben saber que la transición de la atención médica implica mucha consideración y planificación.

Este folleto está diseñado para ayudar a los padres a comenzar a pensar en la transición de la atención médica y ayudar a sus hijos a hacer un plan de esta transición para que sea un proceso exitoso. Las transiciones de la atención médica funcionan mejor cuando son analizadas y planificadas. Para planificar, usted y su familia deben conocer las nuevas opciones y maneras de obtener los servicios de atención médica.



# Un nuevo capítulo

*Crecer con una necesidad especial de atención médica presenta muchos desafíos para su hijo y su familia.*

Muchas personas, entre ellas, usted, los médicos, coordinadores de atención médica y terapeutas ayudaron a cuidar a su hijo y vieron que recibió la atención médica que necesitaba. Sin embargo, ahora que su hijo está creciendo, es momento de que se haga más responsable de su atención médica. Esto implica nuevas responsabilidades y privilegios.

Un cambio importante que experimentará en los próximos años es que su hijo le dirá adiós al pediatra y seleccionará un médico que atiende a adultos. Este proceso de dejar a los médicos pediatras y prepararse para obtener servicios de proveedores médicos que atienden a adultos se denomina transición de la atención médica.

Esta transición es importante porque respalda las actividades que su hijo querrá hacer en la vida, como por ejemplo, vivir solo, ir a la universidad y tener un empleo. En términos prácticos, la transición de la atención médica es mucho más que obtener atención médica de los proveedores capacitados para tratar a adultos. También implica que su hijo esté informado sobre su enfermedad, sea responsable de realizar sus tareas relacionadas con la salud y tomar buenas decisiones sobre la atención médica con menos ayuda de usted y de los demás cuidadores. El objetivo de esta guía es ayudar a los padres a que colaboren con sus hijos para que la transición del pediatra a la atención médica adulta sea exitosa.

# Consejos para los **padres**

Niños de 12 a 18

*Las personas jóvenes con discapacidades y enfermedades crónicas generalmente están en desventaja cuando buscan empleo, a pesar de su deseo de trabajar.*

Las primeras experiencias laborales, particularmente el trabajo de medio tiempo, son muy importantes. Estas experiencias hacen que los jóvenes sean más interesantes para los futuros empleadores y ayudan a que los jóvenes se consideren miembros de la fuerza de trabajo.

Una encuesta realizada a jóvenes de 12 a 18 años para la Social Security Administration (Administración de Seguridad Social) reveló que estos jóvenes, incluso los que tienen enfermedades, informaron estar muy interesados en tener un empleo. De todos los grupos etarios encuestados,



los adultos jóvenes de 13 y 14 años con discapacidades eran los más interesados en programas de preparación para la carrera profesional. Los estudiantes de séptimo grado con necesidades especiales de salud en realidad tuvieron puntajes más altos en competencia, interés y actitud positiva para el trabajo que los alumnos sin discapacidades. Sin embargo, a medida que se encuestaba a los alumnos más grandes, los puntajes disminuían. Este estudio demuestra que las oportunidades y los programas

prevocacionales para trabajos de medio tiempo deben estar dirigidos a jóvenes de 13 y 14 años ya que son los más interesados en el trabajo.

*Entonces, ¿cómo se aprovecha este interés y se lo encausa en trabajo concentrado en la escuela y, a largo plazo, en un empleo productivo?*

**Comience con tareas domésticas en el hogar.** Realizar correctamente las tareas domésticas proporciona una excelente manera de demostrar la independencia personal y adquirir la primera experiencia laboral.

## Consejos para los padres de hijos de 12 a 18 años **(continuación)**

**Anime y acompañe a su hijo a participar en actividades de voluntariado en la comunidad.** Su hijo puede comenzar a trabajar para un grupo de defensa de personas discapacitadas, como Sickle Cell Disease Association (Asociación de Enfermedad de Células Falciformes), Spina Bifida Association (Asociación de Espina Bífida) o March of Dimes. Otras oportunidades para el trabajo voluntario pueden ser la biblioteca pública, refugios de animales, iglesias y programas de recreación.

**Explore y participe en actividades de apoyo vocacional y prevocacional.** Recomiende a su hijo que hable con los asesores de rehabilitación vocacional de su comunidad. Consulte con el consejero escolar de la escuela de su hijo para obtener información sobre estos recursos y otros más.



**Fomente experiencias de trabajo de medio tiempo.** Use las actividades de voluntariado como experiencia laboral y como trampolín para el empleo remunerado.

**Hable de la relación de** una buena salud, el éxito en la escuela o la universidad y un futuro empleo como medio para lograr los objetivos personales.

# Consejos para los **padres**

## Hijos de 15 a 18 años

**En esta edad, es importante que su hijo visite solo a sus médicos y demás proveedores de atención médica.**

Significa que tendrá que darle a los médicos la información que necesitan sobre cómo se estuvo sintiendo, hacer sus propias preguntas cuando necesita más información, hablar sobre tratamientos y aceptar hacerlos. Hasta este momento, usted, como mamá o papá, probablemente estuvo preguntando y respondiendo la mayoría de las preguntas durante las visitas al médico y decidiendo qué tratamiento pensaba era el mejor para su hijo.

Hable con su hijo sobre comenzar a independizarse en las visitas médicas. Dígale que le gustaría que se involucre más en las citas médicas, respondiendo las preguntas del médico y ayudando a tomar las decisiones sobre la salud. También le puede preguntar a su hijo si le gustaría practicar qué decir con antelación y elaborar algunas preguntas antes de ir a la visita médica.

Si su hijo tiene 16 o 17, ahora es el momento de informarse cómo cambiarán sus responsabilidades y derechos legales cuando cumpla 18. Como adulto, tiene derecho a mantener la privacidad de la mayoría de su información médica y otro tipo de información, incluso sus padres no tendrán acceso a dicha información.

La transición de la atención médica se trata de proporcionar a su hijo los cimientos de la salud sobre los que se asentarán sus objetivos de la vida. Ir a la universidad o hacer una capacitación laboral fuera de su ciudad puede ser parte de sus planes para el futuro. Si esta fuera su decisión, hay algunas cosas que puede hacer para hacer que esta transición a una escuela nueva y a nuevos proveedores de atención médica sea más fácil. Incluso si no se van a estudiar a otra ciudad, algunos de los consejos pueden resultarle útiles.

# Consejos para los padres de hijos de 15 a 18 años

(continuación)

*Comencemos con algunas de las preguntas básicas que debe considerar y compartir con su hijo:*

- ¿Qué atención médica necesitará cuando esté lejos de su hogar?
- ¿Necesitará ayuda física?
- ¿Tendrá la ayuda de asistentes personales para realizar actividades de la vida diaria?

Una vez que se determine lo que su hijo necesita, puede ser momento de ver si estos servicios están disponibles en las universidades que está considerando. La mayoría de las universidades cuentan con una Office for Students with Disabilities (Oficina para estudiantes con discapacidades).



En primer lugar, podría comunicarse con esta oficina. Algunas universidades trabajaron arduamente para hacer que sus campus y programas de educación sean muy accesibles. Estas universidades suelen tener más programas integrales para ayudarlo a adaptarse y ser exitoso en la vida universitaria.

# Cuando su hijo cumple 18 años

## Privacidad y tutela

**¿Sabía que después de que su hijo cumpla 18 años, usted (padre y madre) ya no tendrá más acceso automático a la información personal de salud de su hijo?**

Una vez que su hijo cumple 18 años, los proveedores de atención médica tienen la obligación legal de respetar el derecho de confidencialidad de la información personal de salud. Los proveedores de atención médica tienen prohibido proporcionar esta información a los padres salvo que tengan el permiso escrito para acceder a ella. Esta situación presenta tanto oportunidades como desafíos.

El derecho a la privacidad de la información personal de salud puede motivar a usted y a su hijo a hablar de los cambios de responsabilidad que tendrán lugar el día que cumpla 18 años. En esta conversación pueden aclararse las limitaciones que tendrán los padres y la manera en que un adulto joven de 18

años se hace responsable de tomar las decisiones relacionadas con la salud.

Para algunos adultos jóvenes cuya capacidad para tomar decisiones informadas es reducida, un apoyo informal puede ser suficiente. Este apoyo puede ser brindado por una red de familiares y amigos que brindan ayuda y asesoramiento. Es importante reconocer que estas redes informales también deben operar conforme a las leyes de privacidad. Las medidas para desarrollar y mantener dicha red

informal incluyen firmar formularios de “divulgación de información” para que los familiares tengan acceso a la información médica si el adulto joven así lo decide.

Para otros adultos jóvenes cuya capacidad para tomar decisiones informadas es más limitada, es posible que necesiten apoyo formal proporcionado a través de una tutela. La tutela es un proceso legal que lleva tiempo y dinero, e implica presentar una solicitud formal.



# Ahora que su hijo tiene doce años

Planilla del plan de transición de jóvenes

<b>Salud</b>		Lo que debo saber o hacer	¿Alguien tendrá que hacer esto por mí?	Terminaré en (fecha)	Logrado
1. Entiendo mis necesidades de atención médica.	S N		S N		
2. Explico mis necesidades especiales a otras personas.	S N		S N		
3. Informo a los médicos cómo me siento y puedo responder sus preguntas.	S N		S N		
4. Sé el nombre de mis médicos.	S N		S N		
5. Tomo mis medicamentos con supervisión.	S N		S N		
6. Sé el nombre de los medicamentos que tomo y los posibles efectos secundarios.	S N		S N		
7. Sé cuando estoy enfermo.	S N		S N		
8. Llevo una copia de mi tarjeta del seguro.	S N		S N		
9. Llevo un resumen de mi información médica.	S N		S N		
10. Estoy aprendiendo a programar mis propias citas.	S N		S N		

<b>Vida independiente</b>		Lo que debo saber o hacer	¿Alguien tendrá que hacer esto por mí?	Terminaré en (fecha)	Logrado
1. Me ocupo de mis propias necesidades personales o sé cómo pedir ayuda.	S N		S N		
2. Sé mi número de teléfono y mi dirección.	S N		S N		
3. Sé cómo pedir ayuda en una emergencia, incluso llamar al 911.	S N		S N		
4. Soy responsable de hacer mis deberes.	S N		S N		
5. Pienso acerca de lo que quiero hacer cuando sea grande.	S N		S N		
6. Estoy aprendiendo a tomar decisiones.	S N		S N		
7. Paso tiempo con mis amigos.	S N		S N		
8. Hago las tareas domésticas.	S N		S N		

# Ahora que su hijo tiene quince años

## Planilla del plan de transición de jóvenes

<b>Salud</b>		Lo que debo saber o hacer	¿Alguien tendrá que hacer esto por mí?	Terminaré en (fecha)	Logrado
1. Entiendo mis necesidades de atención médica.	S N		S N		
2. Explico mis necesidades especiales a otras personas.	S N		S N		
3. Informo a los médicos cómo me siento y puedo responder sus preguntas.	S N		S N		
4. Sé el nombre de mis médicos.	S N		S N		
5. Tomo mis medicamentos con supervisión.	S N		S N		
6. Sé el nombre de los medicamentos que tomo y los posibles efectos secundarios.	S N		S N		
7. Sé cuando estoy enfermo.	S N		S N		
8. Llevo una copia de mi tarjeta del seguro.	S N		S N		
9. Llevo un resumen de mi información médica.	S N		S N		
10. Estoy aprendiendo a programar mis propias citas.	S N		S N		

<b>Vida independiente</b>		Lo que debo saber o hacer	¿Alguien tendrá que hacer esto por mí?	Terminaré en (fecha)	Logrado
1. Me ocupo de mis propias necesidades personales o sé cómo pedir ayuda.	S N		S N		
2. Sé mi número de teléfono y mi dirección.	S N		S N		
3. Sé cómo pedir ayuda en una emergencia, incluso llamar al 911.	S N		S N		
4. Soy responsable de hacer mis deberes.	S N		S N		
5. Pienso acerca de lo que quiero hacer cuando sea grande.	S N		S N		
6. Estoy aprendiendo a tomar decisiones.	S N		S N		
7. Paso tiempo con mis amigos.	S N		S N		
8. Hago las tareas domésticas.	S N		S N		

# Búsqueda y uso de la **atención médica para adultos**

*A medida que las personas jóvenes crecen y dejan la niñez para convertirse en adultos, muchos dejarán a sus pediatras y comenzarán a atenderse con médicos para adultos.*

Mudarse a una ciudad diferente para ir a estudiar o por un cambio de empleo también creará una necesidad de buscar un médico nuevo, especialmente si creció con enfermedades crónicas. Entonces, ¿cómo puede encontrar a un médico que satisfaga sus necesidades médicas, que tenga la cobertura de su plan de salud y que le brinde la atención que está buscando?

**Antes de comenzar a buscar un médico nuevo, piense qué quiere:**

- ¿Es importante la ubicación del consultorio? ¿Necesitará ayuda para llegar al consultorio? ¿Necesita un consultorio que sea accesible con silla de ruedas o necesita otro tipo de ayuda especial en el consultorio médico? ¿Es conveniente el horario de atención? ¿Cómo se comunica con el médico en otros horarios? ¿A qué hospital desea asistir? ¿Pertenece el médico al personal de dicho hospital?
- ¿Prefiere alguien que se tome su tiempo para estar con usted en la visita médica o se siente cómodo con alguien que sea “bueno/a” en su campo pero quizás no tenga el mejor trato con los pacientes?
- ¿Es importante que este médico nuevo esté informado de sus necesidades especiales de atención médica o cree que puede proporcionar dicha información o contactar al médico nuevo con las personas que podrían proporcionarle la información sobre su salud?



**Maneras de buscar un médico nuevo:**

- Consulte a su médico actual.
- Fíjese en el médico que atiende a sus padres y a otros familiares.

## Búsqueda y uso de la atención médica para adultos (continuación)

- Llame a un grupo de ayuda familiar o una agencia de discapacidad de adultos y consulte.
- Pregunte a adultos que tengan necesidades de salud similares a las suyas para obtener recomendaciones.
- Consulte el cuadernillo de proveedores aprobados de su empresa de seguro médico.
- Consulte a un asesor de Vocational Rehabilitation (Rehabilitación vocacional).
- Busque un centro de salud universitario (a veces hay estudios de investigación en curso que ofrecen atención gratuita).
- Comuníquese con su Medical Society (Sociedad de Médicos) local, la American Academy of Family Practitioners (Academia Estadounidense de Médicos Familiares) o la Internal Medicine Society (Sociedad de Medicina Interna) a través de Yellow Pages (Páginas Amarillas) o en sus sitios web nacionales.



Debido a que su bienestar depende de los servicios médicos que recibe, es importante que se sienta cómodo hablando con su médico nuevo y que sienta que entiende sus preocupaciones. Considere programar una entrevista “para conocerse” antes de la elección final de un médico nuevo. Deberá pagar esta visita ya que NO tiene la cobertura de los beneficios del seguro.

La duración ideal de una entrevista es de aproximadamente 15 a 30 minutos y no debe malgastar su tiempo ni el del médico. El mejor momento para ver a un médico nuevo es cuando su afección está estable para que no deba solicitar atención en una situación de crisis mientras está viendo si puede entablar una relación efectiva.

### **Piense (y escriba) las preguntas que son importantes para usted:**

- ¿El médico es un experto en sus problemas de salud o está dispuesto a informarse haciéndole preguntas a usted y comunicándose con médicos anteriores?
- ¿Le gusta el estilo de comunicación con el médico y en el consultorio?
- ¿Está conforme con las prácticas en el consultorio y el acceso durante una emergencia o situaciones de urgencia?
- ¿Tiene acceso a hospitales y especialistas si los necesita?

## Búsqueda y uso de la atención médica para adultos (continuación)

Los médicos que atienden a niños son diferentes de los médicos que atienden a adultos. Por este motivo, los adultos jóvenes que buscan atención médica necesitan determinadas habilidades:

- Capacidad y disposición para contar al médico sus antecedentes, los síntomas actuales, el estilo de vida y el cuidado personal en solo algunos minutos (además de llevar sus registros y un resumen de su historia clínica).
- Capacidad para hacer preguntas sobre su enfermedad y cómo afectará sus estudios, el trabajo, la recreación y la vida social.
- Capacidad para contarle al médico sus necesidades de educación, tecnología y vivienda, y cómo su enfermedad afecta o puede verse afectada por estas necesidades.
- Disposición para seguir las recomendaciones médicas que se acordaron mutuamente entre usted y su médico.
- Más independencia en los seguimientos con remisiones e información permanente a todas las agencias.
- Más compromiso en mantenerse sano con una dieta y control de peso, limitando comportamientos de riesgo (como tomar alcohol, fumar, consumir medicamentos no recetados o tener prácticas sexuales poco seguras) y pidiendo ayuda cuando se sienta enojado, solitario o triste durante períodos prolongados.
- Estar más consciente de sus síntomas físicos y mentales y de las necesidades médicas antes de que tenga una crisis médica grave y saber si no puede (nombrar un sustituto en casos de urgencia médica).
- Entender cómo funciona el plan de beneficios/seguro de atención médica: cuándo llamar para solicitar aprobaciones previas, cómo obtener reembolsos, qué servicios no tienen cobertura y cómo presentar una apelación si no está de acuerdo con las decisiones del plan.
- Reconocer que a medida que se hace más capaz de dirigir su atención, usted, no sus padres, debe programar las citas médicas, conocer sus necesidades de salud, saber cuándo buscar asesoramiento para resolver los problemas y demostrar que usted está capacitado y listo para ser adulto.

# Medical Home Información clave

## ¿Qué es Medical Home?

Medical Home (Centro de atención médica centrada en el paciente) es un enfoque de la atención médica primaria a través del cual se proporciona atención a través de 'la colaboración de un equipo' que garantiza servicios de atención médica de alta calidad y se brindan de manera integral.

## ¿Quién puede proporcionar Medical Home?

Un proveedor de atención primaria (médico o enfermero especializado) proporciona el servicio de Medical Home con la ayuda y la dirección del paciente, la familia del paciente, el personal de la clínica, agencias comunitarias y demás proveedores de servicios de atención especializada.



## ¿Cuáles son las características fundamentales de Medical Home?

### Accesible y continuo

- La atención se proporciona en la comunidad.
- La práctica de Medical Home se adapta a los cambios de proveedores y empresas de seguro.

### Coordinado e integral

- Se abordan las necesidades de prevención, cuidado intensivo, atención especializada y atención hospitalaria.
- Cuando es necesario, se desarrolla un plan de atención con el paciente, la familia y demás proveedores y agencias de atención participantes.
- La atención está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- La historia clínica del paciente está disponible, pero se mantiene la confidencialidad.

### Orientado a la familia

- Las familias y los clientes individuales están involucrados en todos los niveles de la toma de decisiones.

### Compasivo y culturalmente adecuado

- Las necesidades culturales del paciente y la familia son reconocidas, valoradas, respetadas e incorporadas en la atención que se proporciona.
- Se realizan esfuerzos para comprender y entender los sentimientos y las perspectivas del paciente y la familia.

## Medical Home Información clave (continuación)

### ¿Cuáles son los beneficios de Medical Home?

#### **Promueve la salud a través de la prevención**

- Los servicios de prevención, como los exámenes físicos anuales, las evaluaciones del desarrollo, la educación sobre la salud, las vacunas, el cuidado de niños sanos y demás servicios médicos y comunitarios ayudan a mantener la salud en óptimas condiciones.
- Las mujeres que tienen una fuente regular de atención médica tienen más probabilidad de acceder a la atención prenatal.<sup>1</sup>
- Independientemente de la edad, el sexo, la raza o el estatus socioeconómico, todas las personas pueden recibir una variedad de servicios de atención intensiva, crónica y preventiva a través de Medical Home.<sup>2</sup>

#### **Niños y familias más saludables**

- Entre los CSHCN (niños con necesidades especiales de atención médica), los niños que reciben los servicios de Medical Home tienen menos tiempo de espera en la atención, menos problemas para obtener la atención, menos necesidades de salud sin satisfacer y menos necesidades de servicios de apoyo para la familia.<sup>3</sup>
- En un estudio de Medical Home que se realizó a CSHCN, los padres informaron haber tenido una mejor atención, una reducción de la cantidad de días de trabajo perdidos y una reducción de las hospitalizaciones.<sup>4</sup>

#### **Menos costos de atención médica**

- Los niños que reciben atención de Medical Home tienen la mitad de probabilidad de visitar una sala de emergencia o ser hospitalizados.<sup>4</sup>
- Tener acceso a la atención médica a través del seguro médico no es suficiente para evitar una atención intensiva y costos de tratamiento (otros problemas, como la calidad de la atención y la relación con el proveedor de atención primaria, también pueden afectar el uso y el costo de los servicios de la atención médica).<sup>5</sup>

1 Braveman, P., Marchi K., Egerter S, Pearl M, Neuhaus J, Barriers to timely prenatal care among women with insurance: the importance of prepregnancy factors. *Obstetrics and Gynecology*. 2000 95:874-880

2 Kahn, Norman (2004). *The Future of Family Medicine: A Collaborative Project of the Family Medicine Community*.

3 Strickland, B., et al. (2004). *Access to the Medical Home: Results of the National Survey of Children With Special Health Care Needs*. *Pediatrics* 113:5 (1485-1992).

4 Palfrey, J., et al (2004). *The Pediatric Alliance for Coordinated Care: Evaluation of a Medical Home Model*. *Pediatrics*. 113:5 (1507-1516).

5 Starfield, B & Shi, L (2004) *The Medical Home, Access to Care and Insurance. A Review of Evidence*. *Pediatrics*. 113: 1493-1498 Revisado: Julio de 2007

# Lista de recursos de transición:

Tipo	Título o descripción
Revista	Exceptional Parent, vol. 38, número 11, “What To Do When Your Child Turns 18,” Harry S. Margolis and Eric Prichard, pág. 24–26
Revista	Exceptional Parent, vol. 38, número 10, “Transition Planning, Special Education Law and Its Impact On Your Child,” Terry Schmitz, pág. 37 – 39
Revista	Exceptional Parent, vol. 39, número 01, 2009 Annual Resource Guide.
Sitio web	<a href="http://depts.washington.edu/healthtr">http://depts.washington.edu/healthtr</a>
Sitio web	<a href="http://hctransitions.ichp.ufl.edu">http://hctransitions.ichp.ufl.edu</a>

# Cronograma sugerido para *adolescentes* con discapacidades

## *Antes de los 14 años*

1. Elabore su plan de transición de la escuela a la educación superior para su IEP (Programa de Educación Individualizada).
2. Reciba la invitación para participar en su IEP.

## *Antes de los 17 años*

1. Infórmese sobre las opciones de financiamiento de la atención médica disponibles para usted después de que cumpla los 18 años.
2. Comuníquese con la Division of Vocational Rehabilitation (División de Rehabilitación Vocacional) antes de otoño del año anterior a la graduación.
3. Si se considera una tutela completa o limitada, comience los procedimientos dos meses antes de cumplir 18 años.
4. Analice sus responsabilidades y derechos legales cuando cumpla los 18 años (mayoría de edad).

## *Antes de los 18 años*

1. Durante el mes de su 18.º cumpleaños, infórmese si es elegible para el SSI (ingreso complementario de seguridad).
2. Si es elegible para el SSI, infórmese sobre sus programas de incentivo laboral.
3. Si se va a vivir a otro lugar (como por ejemplo, en una universidad), solicite el alojamiento que necesitará.

# Más información sobre la transición

Reproducido parcialmente, con la autorización de Health Care Transition Initiative (Iniciativa de Transición de la Atención Médica) del Institute for Child Health Policy (ICHP, Instituto para la Política de Salud Infantil) de la University of Florida (Universidad de Florida). Autores: John G. Reiss, Ph.D. – Autor (ICHP/UF), Randal Miller – Coordinador de Proyecto (ICHP/UF), Florida Department of Health (Departamento de Salud de Florida), Children’s Medical Services (Servicios Médicos para los Niños), Susan J. Redmon, R.N., M.P.H. (Administrador de Contratos Programáticos).

Copyright © 2010. Idaho Department of Health & Welfare (Departamento de Salud y Bienestar de Idaho). Todos los derechos reservados.

Se permite la reproducción ilimitada para uso educacional o personal. Está prohibida la reventa. Tiene el permiso de volver a imprimir cualquiera de los materiales de esta guía si los usa para fines no comerciales, siempre que indique claramente el reconocimiento de los autores, ICHP de University of Florida, Florida Department of Health, Children’s Medical Services y el programa Idaho Children’s Special Health Program (Programa para la Salud Especial de Niños de Idaho).

Esta publicación fue financiada con la subvención n.º B04MC17033 del U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Sociales de los Estados Unidos), Health Resources and Services Administration (HRSA, Administración de Recursos y Servicios para la Salud). El contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de HRSA. Los costos se disponen del Idaho Department of Health and Welfare, IDHW/1000-16598-4/17.

**Planillas del plan de transición de jóvenes CSHCN.** Estas planillas le ayudarán a usted y a su hijo a pensar sobre los objetivos futuros y a identificar lo que están haciendo en la actualidad para ser más responsables de su salud. Estas planillas también lo ayudarán a comprender a usted y a su familia qué más deben hacer ahora y en los próximos años para que, cuando su hijo sea un adulto joven, estén preparados para la transición de un pediatra a la atención médica orientada a los adultos, y para que ellos estén preparados para trabajar y vivir de manera más independiente.

## En Internet

### Sitio web del programa Children’s Special Health Program

Este sitio web tiene información sobre el Children’s Special Health Program (Programa para la Salud Especial de Niños).

### Sitio web de la capacitación sobre la transición de la atención médica

[hctransitions.ichp.ufl.edu](http://hctransitions.ichp.ufl.edu)

La University of Florida desarrolló este sitio web para adolescentes, padres y profesionales. Tiene mucha información sobre la transición y algunos videos sobre adolescentes que se ocuparon de su salud.

### Historia de Jim

[video.ichp.ufl.edu/JimStory2.htm](http://video.ichp.ufl.edu/JimStory2.htm)

Este video en línea de 10 minutos trata de un hombre joven con fibrosis quística.

### Más allá de la universidad

[video.ichp.ufl.edu/collegeandbeyond.htm](http://video.ichp.ufl.edu/collegeandbeyond.htm)

Este video en línea de 20 minutos trata de Jeff, un hombre joven que tiene una discapacidad física grave. A medida que fue creciendo, Jeff aprendió a hacerse cargo de su salud y a tomar decisiones con sus médicos. Esto le ayudó a ser independiente y exitoso en la universidad. Ahora se está por graduar y comenzar a trabajar.

### Sitio web sobre la salud y cómo prepararse para el trabajo

[www.hrtw.org](http://www.hrtw.org)

Este sitio web tiene mucha información sobre cómo mantenerse saludable y prepararse para el futuro.