

El programa de transición Ready Steady Go - Listos

El equipo médico y de enfermería tiene como objetivo apoyarte en la medida que te haces mayor y ayudarte a desarrollar poco a poco la confianza y las habilidades para hacerte cargo de tu propia atención médica.

Completar este cuestionario ayudará al equipo a crear un programa a tu medida.

Responde a todas las preguntas que sean importantes para ti y pregunta a quién consideres si no estás seguro.

Nombre:

Fecha:



Conocimiento y habilidades	Sí	Me gustaría recibir ayuda o algún consejo con esto.	Comentarios
CONOCIMIENTO			
Entiendo las principales palabras y términos médicos y procedimientos que son importantes para mi enfermedad.			
Entiendo para qué sirven cada uno de los medicamentos y cuáles son sus efectos secundarios.			
Soy responsable de mi propia medicación en casa.			
Organizo y recojo las recetas médicas y programo mis propias citas.			
Llamo al hospital si hay algún problema sobre mi enfermedad o sobre los fármacos.			
Sé lo que cada miembro del equipo médico puede hacer por mí.			
Comprendo las diferencias entre el cuidado médico pediátrico y del adulto.			
Conozco recursos que pueden ofrecer apoyo para gente joven con mi misma enfermedad.			
ASERTIVIDAD – HABLAR POR UNO MISMO			
Me siento seguro de acudir a la consulta sin acompañante en algunas/todas las visitas a la clínica y además será capaz de hacer mis propias preguntas.			
Entiendo mi derecho a la confidencialidad.			
Comprendo mi papel en la toma de decisiones compartidas con el equipo de atención médica Ej. Ask 3 Questions*.			
SALUD Y ESTILO DE VIDA			
Hago ejercicio regularmente/ tengo un estilo de vida activo.			
Comprendo los riesgos de las drogas, el alcohol y el tabaquismo para mi salud.			
Comprendo lo que significa una alimentación adecuada para mi salud en general			
Soy consciente de que mi enfermedad puede afectar a cómo me desarrollo. Por ejemplo: pubertad.			
Sé dónde y cómo puedo acceder a información fiable sobre salud sexual.			
Entiendo las implicaciones sobre la maternidad / paternidad que tiene la enfermedad y las medicaciones (si corresponde).			

El programa de transición Ready Steady Go - Listos

Conocimiento y habilidades	Sí	Me gustaría recibir ayuda o algún consejo con esto.	Comentarios
VIDA DIARIA			
Puedo cuidar de mí mismo en casa en relación con vestirme, bañarme/asearme, etc.			
Puedo preparar mis propias comidas/aperitivos.			
Sé cómo planificar con anticipación para estar fuera de casa una noche, o en el extranjero, excursiones. Ejemplo: prepara el almacenamiento de medicamentos y vacunaciones.			
EDUCACIÓN Y TU FUTURO			
Me las arreglo para ir al colegio/instituto. (yendo y viniendo de un sitio, haciendo frente al trabajo, amigos y educación física, por ejemplo).			
Sé lo que quiero hacer cuando acabe el colegio.			
He trabajado/ tenido una experiencia de voluntariado.			
Soy consciente del impacto que tiene mi enfermedad en mi educación y en mis oportunidades de trabajo.			
Sé a quién contactar para recibir asesoramiento profesional/vocacional.			
OCIO			
Puedo usar el transporte público y acceder a los locales de mi zona. Por ejemplo: tiendas, centros de ocio, cine.			
Veo a mis amigos fuera del colegio/instituto.			
MANEJO DE LAS EMOCIONES			
Sé cómo gestionar comentarios desagradables / acoso escolar.			
Conozco a alguien con quien puedo hablar cuando me siento triste/ hartado.			
Sé cómo gestionar emociones como la ira o la ansiedad.			
Me siento cómodo/satisfactorio con el aspecto en que me veo .			
Estoy feliz con mi vida.			
TRANSICIÓN AL CUIDADO DE ADULTO			
Comprendo el significado de "transición".			
Soy consciente del plan para mi cuidado médico cuando sea adulto.			
Tengo toda la información que necesito sobre el equipo de adultos que me cuidará.			

Por favor, enumere cualquier otra cosa con la que gustaría que te ayudamos o pedir consejo:

Gracias

Los materiales "Ready Steady Go" fueron desarrollados por el equipo de Dirección del Grupo de Transición dirigidos por el Dr. Arvind Nagra, nefrólogo pediátrico y Jefe del Programa de atención de transición en el Hospital de Niños de Southampton, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust basado en el trabajo de: 1. S Whitehouse y MC Paone . Reducir la brecha entre la juventud y la edad adulta. Pediatría contemporánea; 1998, diciembre. 13-16.2. Paone MC, Wigle M, Saewyc E. El modelo ON TRAC para la atención transicional de adolescentes. Prog Transplant 2006; 16: 291-302 3. Janet E McDonagh et al, J Child Health Care 2006; 10 (1): 22-42. Los usuarios pueden utilizar los materiales "Ready Steady Go" y "Hello to adult services" en su formato original únicamente con fines no comerciales. No se permiten modificaciones o cambios de ningún tipo sin el permiso de University Hospital Southampton NHS Foundation Trust.

La siguiente declaración de reconocimiento debe incluirse en todas las publicaciones que hagan referencia al uso de estos materiales: "Ready Steady Go" y "Hello to adult services" desarrollados por el Transition Steering Group dirigido por el Dr. Arvind Nagra, nefrólogo pediátrico y líder clínico de atención de transición en el Hospital de Niños de Southampton, el Hospital Universitario de Southampton NHS Foundation Trust basado en el trabajo de: 1. S Whitehouse y MC Paone. Reducir la brecha entre la juventud y la edad adulta. Pediatría contemporánea; 1998, diciembre. 13-16. 2. Paone MC, Wigle M, Saewyc E. El modelo ON TRAC para la atención transicional de adolescentes. Prog Transplant 2006; 16: 291-302 3. Janet E McDonagh et al, J Child Health Care 2006; 10 (1): 22-42 ". Puede encontrar más información en www.readysteadygo.net April 2020. 2518

Adaptación al Español de estos documentos fue hecha por los Dres. Cristina Blázquez, Nefróloga Pediatra del Hospital Príncipe de Asturias, Madrid, España y Dr. Luis Bofill Chávez, Nefrólogo Pediatra del Hospital Gustavo Frické, Viña del Mar, Chile.