

**Ready  
Steady Go**  
programme

# Transición:

Pasar al cuidado del equipo de Salud de Adultos

Información para jóvenes y familias



## ¿Qué es la transición?

En el área de la salud, usamos la palabra "transición" para describir el proceso de preparación, planificación y transición desde los servicios de los niños a los de adultos.

La transición es un proceso gradual que te brinda a ti y a todas las personas involucradas en tu atención, tiempo para prepararse para tu paso a los Equipos de Salud de adultos y analizar las necesidades de atención médica que necesitarás como adulto.

Esto incluye decidir qué servicios son los mejores para ti y dónde recibirás esa atención.

La transición consiste en hacer planes contigo, no acerca de ti sin tomarte en cuenta.

Entendemos que alejarse de un equipo de médicos y enfermeras con el que has estado durante muchos años puede ser aterrador, pero, con suerte, al involucrarte en este proceso de transición, te sentirás más seguro y feliz con la mudanza.

## ¿Por qué tengo que trasladarme?

A medida que te haces mayor, descubrirás que algunos de los temas que deseas discutir o algunos de los cuidados que podrías necesitar no son proporcionados adecuadamente por nuestros servicios para niños.

Los servicios para adultos están acostumbrados a lidiar con todo tipo de problemas que puedan surgir, como la educación superior, los viajes, el consejo vocacional y la sexualidad.

También puedes descubrir que prefieres que te vean en un entorno más de adultos, en lugar de los servicios o salas de niños habituales.

## ¿Cuándo tengo que transferirme?

No hay un tiempo exacto y preciso para todos.

El propósito de esta hoja es que pienses acerca de este paso y que te prepares para ello.

Tus doctores y enfermeras pueden tener una idea cuando ellos sientan que estás listo, pero es importante que estés involucrado en esta decisión.

## ¿Puedo escoger cuándo transferirme?

Parte de este proceso de transición debería consistir en ayudarte a ver dónde se pueden satisfacer mejor tus necesidades de atención médica en curso y cómo encajará esto en tus planes futuros.

Si hay distintas opciones o lugares, es una buena idea visitarlos todos y luego decidir cuál es el mejor para ti.

## ¿Quién me puede ayudar a estar listo?

Tu equipo de atención médica podrá brindarte información y apoyo para seguir adelante.

Pueden ayudar a prepararte que estés listo para que seas atendido por los Equipos de Adultos al:

- Informarte sobre tu afección o enfermedad, tu tratamiento y los posibles efectos secundarios.
- Cuando estés listo, verte sólo a ti sin acompañantes durante parte de la cita clínica y trabajar para luego verte sólo durante toda la cita clínica.
- Asegurarse de que sepas cuándo buscar ayuda y a quién contactar en caso de alguna emergencia.
- Ayudarte a comprender cómo tu afección o enfermedad podría afectar tu educación futura y sus planes profesionales.
- Asegurarse de que tú conozcas las redes de apoyo disponibles.
- Asegurarse de que comprendas la importancia de un estilo de vida saludable, incluyendo el ejercicio, la dieta, el no fumar y la sexualidad.

## Tu familia

Tus padres o cuidadores han sido muy importantes en el cuidado de tu salud y podrán darte muchos consejos útiles.

Mientras estés en el proceso de transición, tus padres seguirán estando muy involucrados en tu cuidado y su papel seguirá siendo muy importante.

Trata de hablar con ellos y con tu equipo de atención médica sobre cómo se siente pasar a la atención para adultos y cualquier pregunta o inquietud que puedas tener.

También trata de discutir cuestiones prácticas relacionadas con su salud, como llegar a las citas de atención de salud, obtener recetas de tus medicamentos crónicos y hacer preguntas en la clínica.

Si bien la transición se trata de ti, es importante que te des cuenta de que a tus padres también les puede resultar difícil el proceso, ya que ahora te están entregando la responsabilidad.

Esto puede ser difícil para muchos padres y pueden tener sus propias preocupaciones.

Puede encontrar que hablar con ellos sobre sus sentimientos y darles la oportunidad de que ellos te digan cómo se sienten te ayudará durante todo el proceso.

## Preguntas que te gustaría discutir con tu equipo de atención médica

- ¿Cuál es el plan para mi transición?
- ¿Cuándo me trasladaré a los servicios para adultos?
- ¿Puedo elegir a cuál servicio para adultos me mudo?
- ¿Qué tiene de diferente el servicio para adultos?
- ¿Puedo reunirme con el personal adulto antes de dejar los servicios para niños?
- ¿Puedo visitar el servicio de adultos para conocerlo?
- ¿Hay algún joven con quien pueda hablar sobre el cambio a servicios para adultos?
- ¿Qué necesito saber antes de pasar al servicio para adultos?
- ¿Cuándo puedo comenzar a involucrarme más en mi atención médica?
- ¿Cómo afectará mi afección mi futuro, como mi educación y mis perspectivas de trabajo?

## Esto es sólo un comienzo

Este folleto está diseñado para que empieces a pensar en los servicios para adultos y el proceso de transición.

Para cada persona, este proceso será un poco distinto, pero tu equipo de atención médica debería poder brindarte a tu familia y a ti información al respecto.

Al hablar con anticipación sobre la transición, da el suficiente tiempo para conversaciones y resolver tus preguntas, asegurándose de que estés completamente preparado cuando llegue el momento de pasar a los servicios para adultos.

Es posible que desees utilizar esta sección para anotar cualquier pregunta que tengas sobre su transición



Continúa en la siguiente página...

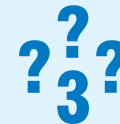
# Haga tres preguntas

Puede ser probable que tengas que tomar decisiones sobre tu atención médica.  
Asegurate que tu consigues responder a estas tres preguntas\*

¿Cuáles son mis opciones?

¿Cómo consigo apoyo para ayudarme a tomar la decisión que sea correcta para mí?

¿Qué hay de bueno y malo para cada opción?



Tu equipo de salud necesita que nos digas que es importante para ti.  
**Todo esto es sobre la toma de decisiones compartida.**

Mi persona a cargo es:

Detalles de contacto:

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](http://www.readysteadygo.net)

2729 Actualizado Agosto 2020

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 Fricke, Viña del Mar, Chile.