

Contáctenos



Recursos

Guía de Salud Juvenil

kansasmch.org/resources.asp



YLink

kdads.ks.gov/kdads-commissions/behavioral-health/ylink



RESIST

resisttobacco.org



2024



Visitas de Rutina Médica para Adolescentes y Adultos Jóvenes

¿Qué Son las Visitas de Rutina Médica?

Una visita de rutina es una revisión con un proveedor de atención médica.

Una visita de rutina es una revisión con un proveedor de atención médica:

1. Salud Física;
2. Salud Mental;
3. Salud Emocional; y
4. Bienestar Social.

Esto es diferente de otras visitas por enfermedad o lesión.

Esta visita te proporciona un espacio seguro para hacer preguntas, comentar cualquier preocupación que puedas tener y para hablar de tu bienestar.

Esto ayuda al proveedor de atención médica a detectar cualquier problema a tiempo, cuando podría ser más fácil de tratar.

¿Cómo Hacer una Visita de Rutina Médica?

Queremos que tengas confianza al saber lo que sucederá durante tu visita de rutina.

Este es el proceso típico:

1. Busca un proveedor de atención médica.
2. Programa tu cita.
3. Llegada y registro de entrada.
4. Tu cita.
5. Después de la cita.

1) Busca un Proveedor de Atención Médica

- Decide en las cualidades más importantes para un proveedor de atención médica (edad, género, raza, ubicación, idioma, cobertura del seguro médico y conocimientos médicos).
- Reúne números de teléfono, tarjetas del seguro Médico, horarios escolares y laborales.
- Haz una descripción rápida de ¿Por qué, estás programando la cita? y ¿Qué tan pronto te gustaría que te viera?
- Ten preparado un bolígrafo y una hoja de papel para escribir cualquier indicación.

¿Sabes Que Tu Proveedor de Atención Médica?:

- Respeta tu privacidad;
- Ha respondido a todo tipo de preguntas de otras personas de tu edad;
- Es un experto y querrá hacerte preguntas personales para ayudarte a tomar decisiones saludables; y
- Puede ayudarte a encontrar la manera de hablar con tus padres u otros adultos de confianza.

2) Programa Tu Cita

- Utiliza el método que te resulte más conveniente, ya sea, por teléfono o en línea, en la página web de un proveedor de servicios médicos.
- Si haces la cita en línea, recibirás una llamada telefónica para confirmar tu cita.
- No asumas que tienes una cita hasta que recibas algún tipo de confirmación.

Es normal sentirse nervioso antes de tu cita y al hablar con un proveedor de atención médica. Recuerda, que están ahí para ayudarte. Ayúdeles a ayudarte mejor haciendo y contestando preguntas.

3) Llegada y Registro de Entrada

- Llega temprano. Lleva tu ID, la tarjeta del seguro médico, una lista de tus preguntas y una lista de los medicamentos que puedas estar tomando.
- Dirígete a la recepción, indica tu nombre, la hora de la cita y el nombre del proveedor de atención médica que vas a consultar.
- Responde a cualquier pregunta que tengan, completa cuestionarios sobre información médica personal y prepárate para esperar hasta que tu nombre sea llamado.

4) Tu Cita

- Empieza por hablar con tu médico sobre cómo te gustaría que la visita transcurriera.
- Es posible que el proveedor de atención médica te revise el cuerpo, incluida la piel, los ojos, los oídos y algunos otros partes de tu cuerpo.
- Es posible que te pidan que te pongas una bata o algo para cubrirte.
- En caso de revisiones sensibles, como el pecho, los senos u otras partes íntimas, tu tienes el derecho a que un acompañante médico o un segundo profesional médico esté en el consultorio durante las revisiones.
- Los profesionales médicos quieren que te sientas cómodo compartiendo tus pensamientos y sentimientos y ellos tienen cuidado de respetar tu privacidad.
- No te sientas apresurado. Haz cualquier pregunta que puedas tener.

5) Después de Tu Cita

- Se te entregará un resumen de tu cita.
 - Incluirá recomendaciones y planes para cualquier problema de salud que hayan consultado. **Si deseas que se omita algo privado, asegúrate de solicitarlo.**
- Dirígete a la recepción para programar tu próxima cita.
- Entre citas, procura seguir las recomendaciones y planificaciones que te hayan indicado.

