

## Transición del cuidado de un niño con necesidad especial a la vida adulta



La transición de un niño con necesidades especiales a la vida adulta es un proceso gradual que busca preparar al joven y a su familia para manejar su salud con mayor confianza e independencia. Con apoyo y planificación adecuada, se asegura la continuidad en la atención y se fomenta la capacidad del joven para asumir responsabilidades relacionadas con su bienestar.

### ¿Qué es la transición de cuidado?

La transición de cuidado es un proceso planificado y gradual en el que un joven pasa del sistema de atención pediátrica al sistema de adultos. Este proceso no solo implica cambiar de médicos, sino también adquirir habilidades para manejar su salud, entender su condición y poder tomar decisiones informadas sobre su propio cuidado.

### ¿Por qué es importante la transición?

- Mejora la autonomía y responsabilidad del joven en su atención médica.
- Permite el acceso adecuado a servicios de salud para adultos que atienden condiciones crónicas o complejas.
- Reduce brechas en la atención cuando el joven deja de ver pediatras.
- Previene complicaciones de salud al asegurar continuidad en la atención y el tratamiento.

### ¿Cuándo comenzar el proceso de transición?

La transición no ocurre de manera rápida. Algunas recomendaciones generales son:

- Iniciar la planificación temprana, idealmente desde los 12 años, para preparar al joven y a su familia.
- El traspaso efectivo al cuidado de adultos suele ocurrir entre los 18 y 21 años, dependiendo de la preparación y las necesidades individuales del joven.

### ¿Cómo debe ser el proceso?

#### 1. Planificación gradual:

Comenzar temprano permite que el joven desarrolle:

- Habilidades de autocuidado.
- Comprensión de su historial médico.
- Confianza para comunicarse con los proveedores.

#### 2. Educación y habilidades de autocuidado:

El joven debe ir aprendiendo a:

- Programar las citas.
- Comprender las instrucciones de los medicamentos.
- Explicar su condición de salud.
- Conocer su cobertura de seguro.

#### Aspectos importantes para considerar:

- **Antes de la transición**, los padres suelen ser quienes administran citas y explican síntomas.
- **Después de la transición**, el adulto joven es responsable directo de su salud.

**Apoyo para familias:** La familia y los cuidadores siguen siendo clave como:

- Consultores y apoyo.
- Ayuda en situaciones complejas o nuevas.
- Facilitadores de la comunicación con los proveedores cuando sea necesario.

## Retos comunes en la transición

- Falta de preparación o apoyo estructurado.
- Diferencias en cómo se manejan los servicios pediátricos y los de adultos.
- Ansiedad o inseguridad del joven al asumir nuevas responsabilidades.
- Barreras en asegurar médicos adultos con experiencia en su condición.

## Recomendaciones prácticas para una transición exitosa

- Iniciar conversaciones temprano y con participación del joven.
- Crear un plan con metas claras y revisar progresos anualmente.
- Incluir habilidades de autogestión en la rutina del joven.
- Asegurarse de que el joven conozca sus medicamentos, alergias y condiciones médicas.
- Identificar médicos adultos que puedan atender sus necesidades específicas.



## Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

### Línea de Consejería Médica:

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

**APS Health**

787-641-9133

### Referencias:

<https://rcml.rcm.upr.edu/familycenter/transition-de-salud/>

<https://together.stjude.org/es-us/emotional-support-daily-life/transition-to-adult-health-care.html>

<https://www.cdc.gov/heart-defects/living-with/transitioning-from-pediatric-to-adult-medical-care.html>

<https://www.mass.gov/health-transition-for-youth-and-young-adults-with-special-health-needs>

<https://www.ncdhhs.gov/divisions/child-and-family-well-being/whole-child-health-section/best-practices/pediatric-adult-health-care-children-special-health-care-needs>

Creado por Educadores en Salud Licenciados.

Creado en marzo de 2026.

©First Medical Health Plan, Inc.