

Atención especial para su adolescente



Una guía para padres de los servicios de Kaiser Permanente para adolescentes

A MEDIDA QUE SU NIÑO SE VAYA CONVIRTIENDO EN UN ADOLESCENTE, sentirá mayor necesidad de ser independiente y de tener una vida privada. Es posible que su hijo tenga preguntas sobre su cuerpo y sobre los cambios que él (o ella) está experimentando. Quizás a su hijo le dé vergüenza hablar sobre esos cambios. Su médico o enfermera especializada (EE) puede hablar con su hijo a solas para poder hacerle preguntas que tal vez él (o ella) no quiera discutir frente a sus padres. Para los adolescentes (al igual que para la mayoría de los adultos) es más fácil intercambiar información con su médico o EE en privado. Su apoyo ayuda a su adolescente a hacerse responsable de su propia salud y ayuda a establecer una relación abierta entre su hijo y su médico o EE.

Durante una consulta de rutina, el médico o la EE de su hijo hablará con él (o ella) acerca de diferentes cosas que podrían afectar su salud y su seguridad, como por ejemplo, cambios en su cuerpo, presiones que sienta por parte de sus amistades para tomar alcohol o usar drogas, o inquietudes que tenga acerca de la violencia. Esta conversación generalmente es confidencial. Sin embargo, el médico o la EE de su hijo

siempre estará dispuesto(a) a hablar con Usted sobre inquietudes que tenga. Además, Usted será informado si su hijo está siendo maltratado, si está en peligro de que alguien lo lastime o si está lastimando a alguien.

En la mayoría de los casos, para poder consultar a un médico o a una EE, un niño necesita la autorización de uno de sus padres. Por ejemplo, si su niño tiene dolor de garganta o necesita un examen médico para hacer deportes, Usted necesitará dar permiso para que sea atendido en Kaiser Permanente. Sin embargo, de acuerdo con **las leyes del estado de California**, a partir de los 12 años de edad, su hijo puede consultar a un médico o a una EE sin la autorización de sus padres sobre los siguientes asuntos confidenciales:

- el embarazo
 - los anticonceptivos
 - las enfermedades de transmisión sexual
 - el uso de alcohol o de drogas
 - los asuntos personales, escolares o familiares
- Esta ley fue adoptada para que **los adolescentes tengan un lugar seguro donde puedan obtener asistencia para estos problemas serios de la salud.**

Aunque su hijo no necesita pedirle permiso para discutir estos asuntos confidenciales con un médico o una EE, nosotros siempre le diremos que es una buena idea que hable con sus padres o con otro adulto acerca de la atención médica. Todos éstos son asuntos serios y generalmente uno o ambos padres son las personas más indicadas para ayudar.



SU NUEVO PAPEL COMO PADRE DE UN ADOLESCENTE



A medida que su niño se convierta en un adolescente, es posible que la relación entre Ustedes cambie. En este momento, los niños van aprendiendo a volverse independientes y a responsabilizarse por sus actos. Trate de aceptar los cambios naturales que ocurran en la relación con su hijo; su nuevo papel como el padre o la madre de un adolescente es ayudar a su hijo a aprender cómo tomar decisiones sensatas.

No se sorprenda si su hijo quiere hacer las cosas de su propia manera. Él o ella está aprendiendo cómo ser un adulto, y el tomar decisiones y aprender de ellas es parte del proceso de hacerse mayor. Si le parece que Usted y su hijo discuten demasiado, aprenda a sólo discutir sobre las cosas verdaderamente importantes y deje que su hijo tome las demás decisiones por sí mismo. Expresé sus opiniones y aconseje a su hijo con firmeza, pero no olvide escuchar con cuidado lo que él o ella quiera decirle. Aunque Usted no esté de acuerdo con las decisiones que su hijo tome, avísele que siempre está dispuesto a ayudarle.

Si su hijo acude a Usted con un problema que a Usted le molesta mucho o le causa vergüenza, ensaye estos pasos:

1. Mantenga la calma. Cuente hasta 10 o, de ser necesario, retírese de la conversación por un momento. Su hijo necesita que Usted le ayude a planear qué hacer, no que le dé un sermón. Guarde su lección para después de que se hayan encargado del problema inmediato. Recuerde, lo principal es asegurarse que su hijo siempre tenga la confianza de acudir a Usted con sus problemas.
2. Reconozca lo difícil que debe ser para su hijo acudir a Usted. Dígale eso y lo mucho que aprecia su honestidad. Dígale que Ustedes trabajarán juntos para resolver el problema.
3. Hable con su hijo sobre las posibles soluciones. En vez de decirle a su hijo qué hacer, vaya guiándolo de modo que él (o ella) averigüe qué hacer por sí mismo(a). Así irá aprendiendo a resolver sus problemas sin ayuda.
4. Si Usted y su hijo no pueden encargarse del problema por sí mismos, consulten a un experto. Llamen a su médico o a su EE de Kaiser Permanente. Si nosotros no podemos ayudarle, encontraremos a alguien que sí pueda hacerlo.

¿Le gustaría obtener más información sobre la adolescencia y la crianza de los adolescentes? Le recomendamos lo siguiente:

LEA EL LIBRO

Adolescencia: Guía práctica para comprenderla, de Elizabeth Fenwick.

LLAME AL TELÉFONO DE LA SALUD DE KAISER PERMANENTE

Marque el 1-800-332-7563 y escuche estos mensajes:

- los adolescentes y el sexo (# 8311)
- pubertad y adolescencia para niños (# 8308)
- pubertad y adolescencia para niñas (# 8309)

Acuda al Departamento de educación para la salud de su centro médico de Kaiser Permanente. Allí encontrará diferentes materiales útiles para los padres.

