



Transición a la Vida Adulta

¿Qué es Una Transición?

Transición significa cambiar de una cosa a otra, como cambiar de ser adolescente a ser adulto. Todos los adolescentes deben planificar esta transición. Para los jóvenes con necesidades especiales, la planificación de la transición puede tomar más tiempo. La transición puede ser difícil y es posible que necesite ayuda con algunas de las cosas que se explican a continuación.

“Necesito planear con anticipación la educación después de la escuela secundaria, la formación vocacional y la socialización para mi hija. Tengo que conocer con qué recursos cuento. Necesito aprender más sobre las organizaciones que ofrecen socialización fuera de la escuela.”

(Encuesta familiar DSCC)

Sus proveedores de atención médica desean asociarse con usted para ayudar a su adolescente a:

- Aprender a hacer cosas nuevas
- Determinar los apoyos que necesitará cuando sea adulto
- Encontrar oportunidades y superar los desafíos
- Aprender a tomar opciones saludables
- Obtener la atención médica necesaria de los médicos para adultos
- Solucionar los desafíos
- Asumir nuevos roles como adulto y llegar a ser tan independiente como sea posible
- Planificar, conectarse, asumir su propia defensa y encontrar información



“Realmente necesita a alguien que se preocupe por él lo suficiente como para mantenerse en contacto personal con él para ayudarlo a seguir adelante y a llegar a ser más independiente.”

(Encuesta familiar DSCC)

Sigue al Dorso

¿Qué Puede Hacer Usted?

Usar y aprovechar al máximo los momentos de aprendizaje para prepararse usted y preparar a su adolescente para la transición a la vida adulta.

Atención Médica

- Ayudar a su hijo(a) adolescente a desarrollar habilidades para administrar por sí mismo(a) su atención médica
- Preparar un resumen médico portátil
- Hablar sobre un plan de transición de atención médica con su hijo(a) y los médicos
- Explorar las opciones de seguro para adultos
- Alentar a su hijo(a) adolescente a hacer preguntas a sus proveedores de atención médica
- Promover opciones de estilo de vida saludables para disminuir los riesgos de salud
- Pedir al médico de su hijo(a) adolescente que ayude a realizar la transición de la atención médica y a encontrar proveedores de atención médica para adultos



Vida

- Darle a su hijo(a) adolescente más responsabilidades en el cuidado de sí mismo(a) (hacer que se ocupe de su higiene personal, de los medicamentos)
- Ayudar a su hijo(a) adolescente a desarrollar habilidades en la defensa, la comunicación y la toma de decisiones
- Hablar con otras familias y adultos jóvenes con necesidades similares para ayudar a identificar opciones
- Identificar la necesidad de alojamiento de su hijo(a)
- Enseñar a su hijo(a) adolescente a identificar fuentes de apoyo
- Ser creativo y modificar las tareas para permitir que su hijo(a) adolescente ayude en la casa. Las

Educación, Empleo o Capacitación

- Reclutar a personas para que le ayuden (Equipo IEP, maestros, amigos, médicos, enfermeras, compañeros de trabajo y organizaciones para personas con incapacidades)
- Alentar a su hijo(a) adolescente a participar en reuniones de IEP/reuniones de planificación de la transición
- Ayudar a su hijo(a) adolescente a aprender a asumir su propia defensa
- Estar consciente de que todos los servicios de educación especial finalizarán a los 22 años de edad o cuando su hijo(a) se gradúe y obtenga un diploma (lo que suceda primero)
- Tener expectativas de que su hijo(a) adolescente pueda encontrar empleo después de la escuela secundaria usando sus talentos
- Hacer que su hijo(a) adolescente haga trabajo voluntario para explorar empleos y adquirir habi-

Recreación

- Crear oportunidades
- Alentar a su hijo(a) “a intentar” cosas diferentes para ver qué le gusta
- Dar prioridad a las amistades. Los adolescentes necesitan a otros adolescentes para hablar y compartir su vida
- Ayudar a su hijo(a) adolescente a encontrar recreación y formas de reducir el estrés (relajación, ejercicio, tiempo libre)



Se han preparado estos folletos mediante una subvención del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. (U.S. Department of Health and Human Services), la Administración de Servicios y Recursos de Salud (Health Resources and Services Administration), la Oficina de Salud Materno Infantil (Maternal and Child Health Bureau), D70MC12840. Fueron preparados por la UIC – División de Cuidado Especializado para Niños (University of Illinois at Chicago, Division of Specialized Care for Children) y el Capítulo de Illinois, Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics).