

¿Aún tienes preguntas sin respuesta? Si no hablas con tu médico acerca de tus inquietudes privadas en relación con la salud, hay líneas de ayuda y sitios web que pueden resultarte útiles. Todos los que se indican a continuación están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Línea nacional de prevención del suicidio

Para obtener ayuda, apoyo e información
1.800.273.8255

<https://suicidepreventionlifeline.org/> para acceder al sitio web o a chat en tiempo real

Loveisrespect, Línea nacional de ayuda en relación con abusos en citas adolescentes

1.800.331.9474 o envía un mensaje de texto con la palabra loveis al 22522

www.loveisrespect.org para acceder al sitio web o a chat en tiempo real

Línea nacional de ayuda en relación con el abandono del hogar

1800.RUNAWAY or 1.800.786.2929

www.1800runaway.org para acceder a chat en tiempo real, correo electrónico o información

Para obtener información sobre muchos temas en relación con la salud adolescente

www.teenshealth.org



Sigue a Salud HUSKY en los medios de Comunicación Social



Community Health Network of Connecticut, Inc. y el Programa de Salud HUSKY cumplen con las leyes Federales aplicables de derechos civiles y no discriminan por razones de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

 **HUSKY Health**

P.O. Box 5005
Wallingford, CT 06492

www.ct.gov/husky • 1.800.859.9889

6 Temas Sorprendentes que los Adolescentes Pueden Hablar con un Médico en Privado.



1

Cómo tomar decisiones sobre mi atención médica

- Si hablo con mi médico, ¿siempre mantendrá mi información en privado?
- Estoy saludable, ¿por qué necesito un examen físico?
- ¿Necesito más vacunas?
- Si me realizo un examen físico para practicar un deporte, ¿por qué debo acudir a otra visita médica?
- Ahora que soy más grande, ¿necesito un médico nuevo?
- ¿Puedo elegir el sexo de mi médico?
- ¿Realmente puedo hablar con usted sobre cualquier tema?

**2**

Tabaco y consumo de otras sustancias

- ¿Cuál es el problema si consumo?
- ¿Puede una droga ser peligrosa si es natural?
- ¿Es más seguro usar un vaporizador que fumar cigarrillos? ¿Puedo usar el vaporizador frente a niños pequeños; No se produce humo de segunda mano?
- ¿Cuándo el alcohol se vuelve peligroso?
- ¿Puede ser peligroso consumir medicamentos de venta libre o de venta con receta como Xanax o analgésicos?
- Hay drogas o alcohol en mi hogar. ¿Qué puedo hacer al respecto?
- ¿Son peligrosas las bebidas con cafeína o energéticas?

**3**

Salud Emocional

- Algunas veces me siento más triste, enojado o nervioso que mis amigos. ¿Son normales mis estados de ánimo?
- Algunas veces pienso en el suicidio o en lastimarme. ¿Con quién debería hablar?
- ¿Qué debo hacer si alguien me dice que quiere lastimarse o lastimar a otros?
- ¿Con quién puedo hablar en la escuela sobre mis inquietudes?
- ¿Debería preocuparme si pienso de manera diferente de mis amigos?

**4**

Cambios Corporales

- ¿Por qué sudo mucho?
- ¿Qué puedo hacer con respecto al acné?
- Estrías... ¿en serio?
- ¿Puede enfermarme una perforación corporal o un tatuaje?
- ¿Por qué la escuela empieza tan temprano? No siento cansancio por la noche, pero no puedo levantarme por la mañana.
- ¿Tengo un peso saludable?

**5**

Intimidad Saludable

- ¿Qué puedo hacer si mi relación no es tan respetuosa como debería?
- Escuché que si alguien tiene una enfermedad de transmisión sexual (ETS), puedes verla. ¿Es cierto?
- ¿Debo contarles a mis padres si me hago una prueba?
- ¿Cómo sé si estoy listo para una relación sexual? ¿Cómo puedo prepararme?
- ¿Cómo puedo hablar sobre mi orientación sexual o identidad de género?

**6**

Seguridad

- Mi entrenador me deja en el banco después de una lesión. ¿Puede decirle que estoy bien?
- ¿Puedo lastimar mis oídos por usar auriculares?
- Si no me siento seguro en lugares como mi hogar, la escuela o en Internet, ¿con quién puedo hablar?
- ¿Qué puedo hacer si alguien me intimida o si están intimidando a alguien que conozco?
- ¿Qué puedo hacer sobre el contacto físico no deseado?
- ¿Qué puedo hacer en relación con amigos o familiares que no conducen de forma segura?

