

La privacidad de tu atención médica: Una guía para adolescentes menores de 18 años

Como adolescente, estás empezando a asumir más responsabilidad por tu salud. Parte de eso implica tener un tiempo privado, a solas, con tu equipo de atención médica.

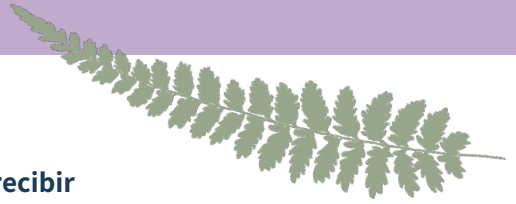
Por qué es importante la privacidad

Durante el tiempo a solas con tu proveedor de atención médica, puedes hacer preguntas, expresar tus inquietudes o hablar sobre temas como la salud mental, las relaciones o la salud sexual.

- **Un espacio libre de prejuicios para hablar sobre tu salud:** tu proveedor de atención médica está para responder tus preguntas, brindarte información y explicarte las opciones de atención disponibles, sin juzgarte.
- **Un espacio confidencial para hablar con total libertad:** algunas de las cosas que hables con tu proveedor de atención médica se mantendrán confidenciales. **A esto se le llama confidencialidad;** a continuación, encontrarás más información al respecto.
- **Una oportunidad para tomar las riendas de tu salud:** el tiempo a solas con tu proveedor de atención médica, en un entorno libre de prejuicios, te ayuda a aprender a tomar decisiones sobre tu propia salud.



Leyes del estado de Washington



Tus derechos para dar consentimiento para recibir atención médica: en el estado de Washington, los adolescentes pueden [dar su consentimiento para recibir ciertos servicios de atención médica](#) por su cuenta. Esto se conoce como dar el consentimiento.

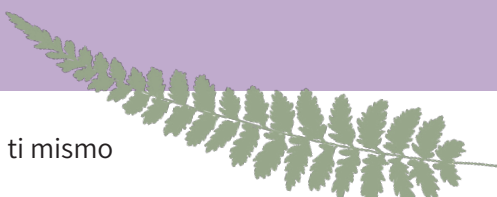
Tienes derecho a que se mantenga la confidencialidad de cualquier servicio para el que puedas otorgar tu propio consentimiento conforme a la ley. Esto incluye las notas médicas, los tratamientos, los medicamentos y los resultados de laboratorio.

Estos son los servicios de atención médica para los que puedes dar tu consentimiento por tu cuenta:

- **A cualquier edad:** servicios médicos de emergencia, métodos anticonceptivos y atención para el aborto.
- **A partir de los 13 años:** diagnóstico, tratamiento y medicamentos recetados para la salud mental, terapia, intervención en situaciones de crisis y tratamiento de los trastornos por consumo de sustancias.
- **A partir de los 14 años:** pruebas de detección y tratamiento de las STI (por su sigla en inglés, infecciones de transmisión sexual). Encuentra una [clínica para hacerte pruebas de detección de STI](#).

Los demás servicios de atención médica requieren el permiso de tu padre, madre o tutor legal. Esto incluye servicios como los chequeos médicos anuales, los exámenes físicos para practicar deportes, las consultas por enfermedad, las vacunas o la atención para una enfermedad crónica, como la diabetes o el asma.

Hay algunas situaciones en las que tu proveedor de atención médica tiene que divulgar información confidencial. Por ley, los proveedores de atención médica son considerados **denunciantes obligatorios**. Esto significa que deben informar a las autoridades y a tus padres o tutores legales si:

- 
- Tienes la intención de hacerte daño a ti mismo o de hacerle daño a otra persona.
 - Sospechan que hay maltrato o negligencia infantil.
 - Saben que has tenido relaciones sexuales [con una persona cuya edad, en comparación con la tuya, hace que no sea legal](#) (en inglés).

Los proveedores de atención médica también deben informar al departamento de salud de tu condado los casos de enfermedades infecciosas, como el sarampión, las enfermedades transmitidas por los alimentos (intoxicación alimentaria) y algunas STI, como la clamidia o la gonorrea. Las autoridades de salud pública utilizan esta información para prevenir la propagación de enfermedades. Esta información se mantiene confidencial y no se comparte con tus padres o tutores legales.

■ **Consejo rápido:** consulta este [póster sobre los derechos de atención médica para jóvenes](#)



Qué puedes esperar en la clínica

Registro y admisión

- **Información de contacto:** el personal puede pedirte tu número de teléfono o tu dirección de correo electrónico. Esto les permite comunicarse directamente contigo si necesitan hablar sobre información médica confidencial.
- **Formularios:** es posible que te pidan completar formularios con preguntas sobre temas personales o delicados relacionados con tu salud. El personal de la clínica te ayudará a completarlos por tu cuenta y tú puedes pedir que

se mantengan confidenciales.

- **Portal para pacientes:** también es posible que tengas tu propia cuenta en el portal para pacientes, independiente de la de tus padres o tutores legales. Pídele al personal que te explique cómo funciona y qué información puedes consultar allí.

Puedes pedir que la información de acceso a tu cuenta del portal para pacientes se mantenga confidencial. Si compartes la información de acceso a tu cuenta con tus padres o tutores legales, es posible que puedan ver tu información médica. Por lo general, ellos pueden obtener su propia cuenta de acceso como representantes (“proxy”), que les permite ver parte de tu información médica, pero no la información confidencial.

Pregúntale a tu equipo de atención médica exactamente qué información se mantiene privada en tu cuenta del portal para pacientes.

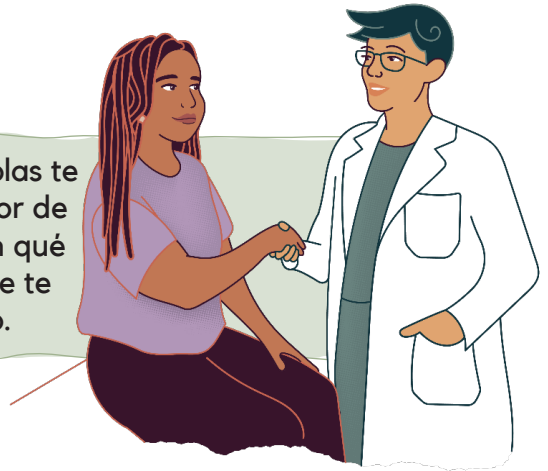
📌 **Consejo rápido:** anota tus preguntas antes de la cita para que no olvides lo que quieres preguntar.



Ingreso al consultorio

- **Que te tomen los signos vitales por tu cuenta:** a veces, el personal te pedirá que pases primero al consultorio de examen tú solo, sin tu padre, madre o tutor legal. Durante este tiempo, es posible que te tomen los signos vitales, como la temperatura, la presión arterial, la estatura y el peso, y que te hagan preguntas sobre tu estado de ánimo, tu seguridad, tus hábitos de salud o tu identidad. Recuerda que no tienes que hablar a solas con nadie y que nunca estás obligado a responder preguntas con las que no te sientas cómodo.
- **Tus padres o tu tutor legal pueden acompañarte al comienzo de la consulta:** después de este tiempo a solas inicial, tus padres o tutores legales pueden acompañarte durante el comienzo de la consulta. Si lo prefieres, puedes pedir que tus padres o tutores legales permanezcan contigo durante toda la cita.

📌 **Consejo rápido:** si el tiempo a solas te pone nervioso, pídele a tu proveedor de atención médica que te explique en qué consiste antes de que el adulto que te acompaña salga del consultorio.



Durante la consulta

- **Tiempo a solas con tu proveedor de atención médica:** la mayoría de las consultas médicas para adolescentes incluyen un tiempo a solas con el proveedor de atención médica. Puedes hablar sobre cualquier tema que tengas en mente; no hay temas prohibidos. Tu proveedor de atención médica también puede hacerte preguntas específicas sobre tu salud.
- **Qué se mantiene confidencial:** tu proveedor de atención médica te explicará qué información se mantiene confidencial y cuál está obligado a compartir por ley. Si no te lo explica, tienes derecho a preguntarlo.
- **Tus padres o tu tutor legal pueden volver a reunirse contigo al final de la consulta:** por lo general, al final de la consulta, tu padre, madre o tutor legal volverá a entrar para que todos escuchen juntos las recomendaciones de tu proveedor de atención médica.

 **Consejo rápido:** antes de hablar sobre aspectos personales de tu salud, pregúntale a tu proveedor de atención médica qué información está obligado a compartir por ley.



Después de la consulta

- **Información de contacto:** el personal puede pedirte tu información de contacto para comunicarse contigo sobre los resultados de las pruebas o brindarte atención de seguimiento relacionada con un asunto confidencial.

- **Privacidad de los servicios relacionados:** los servicios relacionados con la atención médica para la que puedes dar tu consentimiento legalmente también se mantienen confidenciales, incluidos los resultados de laboratorio, los medicamentos recetados para una STI o para necesidades de salud mental y los resúmenes de la consulta. Pregúntale a tu proveedor de atención médica cómo mantener esta información confidencial.
Importante: es posible que debas comunicarte con cada una de las entidades involucradas, como la farmacia, tu compañía de seguros o el laboratorio, para pedirles que mantengan tu información confidencial.
- **Historial clínico:** pregúntale a tu proveedor de atención médica quién tiene acceso a tu historial clínico y a tu portal para pacientes, cómo limitar ese acceso si es necesario o cómo autorizar el acceso a tu padre, madre o tutor legal cuando tú lo desees. Tu padre, madre o tutor legal no debería poder ver las notas ni los detalles relacionados con la atención médica para la que puedes dar tu consentimiento por tu cuenta.
- **Seguro médico:** es posible que debas pedirle a tu plan de seguro médico que no envíe los estados de cuenta o explicaciones de beneficios a tu padre, madre o tutor legal. Tu proveedor de atención médica puede ayudarte, o puedes llamar directamente a tu compañía de seguros. El número de atención al cliente suele aparecer en el reverso de tu tarjeta del seguro médico. Esta solicitud suele tardar algunas semanas en procesarse, por lo que es posible que no surta efecto para citas programadas con poca anticipación. Obtén [información sobre cómo pedirle a tu plan de seguro médico que mantenga tu información confidencial.](#)



 **Consejo rápido:** si te preocupa la privacidad, pregúntale a tu proveedor de atención médica: "¿Mi padre, madre o tutor legal podrá ver esto en el portal para pacientes"?



- **Facturación y pago:** si recibiste servicios confidenciales y decidiste no usar el seguro médico de tu padre, madre o tutor legal, deberás pagar los costos que no estén cubiertos por tu seguro médico. Pídele al personal de la clínica que te explique cómo funciona la facturación. Asegúrate de informarles si no puedes pagar; existen opciones gratuitas o de bajo costo para los servicios confidenciales. Por ejemplo:
 - **Servicios de salud sexual y reproductiva:** visita una clínica de la Red de Salud Sexual y Reproductiva del Departamento de Salud utilizando el [localizador de clínicas](#) o inscríbete en el programa [Apple Health Family Planning Only](#) (en inglés).
 - **Cualquier tipo de servicio confidencial:** visita un centro comunitario de salud o un centro de salud con calificación federal y pregunta por los servicios con tarifas ajustadas según tus ingresos.

Qué hacer si...

Crees que se vulneró tu confidencialidad.

- Comunícate de inmediato con el consultorio de tu proveedor de atención médica. Infórmales lo que sucedió y pregunta cuáles son los pasos a seguir.
- Si crees que la compañía de seguro médico vulneró tu confidencialidad, puedes [presentar una queja](#) (solo en inglés) ante la Oficina del Comisionado de Seguros.

 **Consejo rápido:** mira [este video sobre cómo mantener la confidencialidad de tu consulta médica](#) (en inglés).



No estás seguro de cuáles son tus derechos de privacidad con respecto a la atención que recibes en la escuela.

- Antes de compartir información confidencial, habla con el enfermero o el consejero escolar sobre tus derechos de privacidad en relación con la atención de la salud física o mental que recibes en la escuela, incluida qué información deben compartir con tus padres o tutores. Las normas de privacidad en las escuelas de educación primaria y secundaria (K-12) son diferentes de las que se aplican en los centros para el cuidado de la salud.
- Si te preocupa la privacidad, pídele al enfermero o al consejero de tu escuela que te ayude a encontrar atención confidencial fuera de la escuela.
- También puedes pedirle al enfermero o al consejero escolar que te ayude a hablar con tus padres o tutores.

- Los centros de salud escolares administrados por un patrocinador médico, como un hospital o una clínica, deben cumplir las mismas leyes de confidencialidad que los demás centros para el cuidado de la salud. Sin embargo, no todos ofrecen servicios confidenciales.

Sientes que no te están tratando de manera justa o que no te escuchan.

- Hazle más preguntas a tu proveedor para aclarar la información y repite con tus propias palabras lo que entendiste para evitar malentendidos.
- Anota tus preguntas e inquietudes antes de tu cita. Compártelas con tu proveedor al comienzo de la consulta. Después, anota sus respuestas para tener un registro.
- Haz oír tu voz y defiende tus derechos. Tus proveedores de atención médica están para cuidarte. Si sientes que no te están escuchando, dilo. También puedes pedir que te atienda otro proveedor (es posible que tengas que programar otra cita).
- Lleva contigo a un adulto de confianza.
- Pide hablar con un representante de pacientes. La mayoría de los hospitales y sistemas de salud cuentan con uno. Si tienes inquietudes relacionadas con la salud conductual, comunícate con un [representante de la salud conductual](#) (en inglés).
- Según el tipo de proveedor, puedes presentar una queja ante la [Comisión Médica del Estado de Washington](#) (en inglés) o el [Departamento de Salud](#) (en inglés).



Hablar con los padres o tutores

Los padres y tutores pueden ser una gran fuente de apoyo y orientación. También pueden ayudarte a desenvolverte en el sistema de atención médica.

Puedes incluirlos en tu atención médica sin tener que compartir todos los detalles delicados o embarazosos, si no quieres hacerlo. Hablar con ellos sobre tus preguntas, inquietudes y necesidades de privacidad fortalece la confianza y les ayuda a comprender cómo pueden brindarte el mejor apoyo.



Si te sientes cómodo, comienza por compartir lo que aprendiste de tu proveedor o lo que te preocupa. Es normal sentirse nervioso al hablar de ciertos temas. Estas son algunas maneras de iniciar la conversación:

- **Elige el momento adecuado.** Trata de hablar cuando ambos estén tranquilos y sin distracciones. Puede ser después de una comida o durante un paseo.
- **Empieza de a poco.** No tienes que contarle todo de una sola vez. Incluso compartir un poco de información ayuda a generar confianza.

Puedes decir: "Hay algo que me preocupa, pero no estoy seguro de cómo decirlo. ¿Puedo contarte un poco para empezar?"

- **Usa frases en primera persona.**

Por ejemplo, puedes decir: "Me siento estresado por la escuela", en lugar de "No entiendes lo estresante que es la escuela".

- **Pide apoyo, no soluciones.**

Puedes decir: "Solo necesito que alguien me escuche" o "¿Puedes ayudarme a pensar cuáles son mis opciones?"

- **Practica con tu proveedor de atención médica.** Si no estás seguro de cómo empezar, pídele a tu proveedor que te ayude a encontrar las palabras adecuadas.
- **Recuerda:** Hablar con tu padre, madre o tutor legal no significa renunciar a tu confidencialidad; es una forma de encontrar apoyo para afrontar situaciones difíciles.

✨ **Consejo rápido:** Encuentra más recursos e información sobre tus derechos en materia de atención médica en la [Plataforma de Salud para Adolescentes de Washington](#).



DOH 141-276 July 2026 Spanish: Esta guía fue elaborada por proveedores de salud que trabajan con jóvenes, con la colaboración de los integrantes del Consejo Asesor Juvenil 2025-2026. Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a doh.information@doh.wa.gov.



UW LEAH
LEADERSHIP EDUCATION *in*
ADOLESCENT HEALTH