



Lo que Usted Necesita Saber...

Preparándose para la Universidad

Preparándose para la Universidad

Prepararse para vivir solo puede ser una experiencia maravillosa. Como alguien que tiene asma, usted deberá aprender a hacer ciertas cosas que antes eran realizadas por sus padres o que usted nunca imaginó tener que hacer. Sus padres pueden estar preocupados porque usted se vaya lejos a la universidad o a vivir solo pero los consejos a continuación le ayudarán tanto a usted como a ellos a sentirse más seguros y tranquilos al respecto.

Es importante que usted sea capaz de cuidar su asma. Esto requerirá una preparación cuidadosa de su parte, que no puede esperar hasta el día de su partida.

1. Conozca cuáles son sus provocantes del asma. Asegúrese de estar preparado para saber como eliminar o minimizar la presencia de desencadenantes en donde quiera que vaya a vivir. Esto podría significar limpiar más seguido y con mayor cuidado.
 - a. Averigüe con anticipación las opciones de vivienda disponibles y escoja aquella que le represente menos retos para controlar su asma.
 - b. Por ejemplo: Es éste un edificio en donde está prohibido fumar? Están permitidas las mascotas en este edificio?
2. Hable con sus padres respecto a las restricciones de su seguro médico y las pautas para obtener atención médica.
 - a. Algunos seguros médicos lo cubrirán siempre y cuando usted sea un estudiante de tiempo completo. Otros finalizan su cobertura en el momento en que usted ya no vive con sus padres.
 - b. Si usted no está cubierto por la póliza de sus padres, averigüe en su escuela o universidad, qué planes y servicios médicos ofrecen a los estudiantes.
 - c. Muchas escuelas ofrecen a sus estudiantes seguros a precios más accesibles pero al mismo tiempo que se limitan a la clínica del campus.
 - d. Pídale a su médico o proveedor de salud que lo refiera con un médico que se encuentre cerca de la escuela en donde usted estudiará.
3. Conozca el nombre de todos sus medicamentos y pídale a su proveedor de salud suficientes recetas para no quedarse sin medicamento durante la escuela.
4. Investigue cuál es el mejor lugar para obtener estos medicamentos mientras esté en la escuela.
 - a. Muchos campus universitarios tienen su propia clínica y farmacia.
 - b. Llame con anticipación y averigüe si podrán proporcionarle los medicamentos que le haya recetado su médico.
 - c. Asegúrese que tengan todos los medicamentos que usted necesitará.
 - d. Por cualquier emergencia, obtenga el nombre y número de teléfono de farmacias locales de ese área. Tenga estos números a mano.
5. Decida si quiere que sus padres o tutores tengan el derecho a hablar con su proveedor de salud de la escuela.
 - a. Si así lo decide, usted deberá firmar una hoja de autorización. Usted es legalmente un adulto a los 18 años y su información no podrá ser compartida con sus padres sin su consentimiento.
6. Regístrese en la Oficina para Estudiantes con Discapacidades.

La mayoría de campus poseen una oficina para alumnos con discapacidades. Es importante que como estudiante, usted se comunique por escrito con esta oficina y les haga saber que usted asistirá a esa escuela. Esta oficina abogará por usted en caso de enfermarse y faltar varios días a clases. Aún y cuando su asma esté bajo control, es importante comprender que usted estará en un nuevo entorno, trabajando o estudiando largas horas y que su cuerpo podría reaccionar de forma distinta a como lo ha hecho en el pasado. Este es un paso que usted debe tomar. Como adulto, es su responsabilidad registrarse en esta oficina, no la de sus padres o tutores.