

1. Intentá llegar al menos **10 o 15 minutos antes** de la hora prevista;
2. Elegí que tu niño/niña lleve **ropa y zapatos prácticos**, ya que se requiere examen físico y será más fácil para sacar y poner;
3. Podés llevar un **acompañante al médico**, si te sentís cómodo/a haciéndolo;
4. Tomá notas en una hoja de papel de los **puntos principales que querés discutir con el médico**. Exponé tus dudas, sin restricciones, nunca transmitas información que no sea cierta;
5. **Asegurate de comprender lo que se haya indicado en la receta**. Apagá tu celular; la cita es un momento para focalizarse en la conversación con el médico/a;
6. **Cuidado con los “diagnósticos” tomados de Internet u otros medios**. Acudí al médico dispuesto/a a que él o ella, como especialista, te ayude con el problema que tengas sobre la situación de tu niño/niña;
7. **Informá al médico sobre enfermedades preexistentes, medicamentos de uso continuo y posibles alergias que tu hijo/hija pueda tener**;
8. **Llevá con vos las pruebas más recientes, como análisis de sangre, radiografías o tomografías computarizadas** que puedan ayudar al médico a controlar el estado de salud del paciente.

Preguntas para el médico especialista^{3,4}



Algunas preguntas básicas pueden ayudar al paciente y a sus padres a salir del consultorio con una idea bastante buena acerca de su problema de salud y tratamiento.

Recibir un diagnóstico de un trastorno del crecimiento no es fácil, pero, para muchos niños/as, también es el primer paso hacia el tratamiento.

Al sopesar **los pros y los contras** de dar este paso, es útil tener la **mayor cantidad de información posible**. Aquí hay algunas preguntas relacionadas con el tratamiento que tal vez quieras hacerle al endocrinólogo/a pediátrico:

Acerca del crecimiento de mi hijo/hija, ¿los factores genéticos influyen en su estatura? ¿La actividad física contribuye a esto?

¿Hasta qué edad crecerá mi hijo/hija? ¿Es diferente si es niña o niño?

¿Qué pruebas hay que hacer para confirmar si mi hijo/hija tiene problemas de crecimiento?

¿Él/ella tiene problemas?, ¿Cuál es el diagnóstico? ¿Hay una causa para esta afección?, ¿Qué puede interferir?

¿Mi hijo/hija necesitará tratamiento y en qué consistirá el tratamiento?

¿Cuáles son las opciones de tratamiento?

¿Cuáles son sus posibilidades de curación?

¿Cómo se hace el tratamiento en el caso de mi hijo/hija?

¿Cuántas veces al día y por cuánto tiempo debo hacerle este tratamiento?, ¿Causa efectos secundarios?, ¿Cuáles son?

¿El tratamiento cambiará mi rutina diaria?

¿Cuándo empezaré a ver los resultados de los tratamientos?

¿Hay algún problema de seguridad que deba tener en cuenta antes de comenzar los tratamientos disponibles?

Si iniciamos el tratamiento, ¿habrá atención específica disponible para mi hijo/hija?

¿Qué impacto tendrá esta afección en la vida de mi hijo/hija?

¿Cuánto crecimiento se puede esperar?

¿Dónde y cómo puedo acceder a los tratamientos disponibles?

¿Cuál es la relación entre el tratamiento y los ejercicios físicos? ¿Se pueden hacer juntos?

¿Qué alternativas pueden contribuir para el crecimiento?

¿Qué puedo hacer para ayudar a tratar la afección de mi hijo/hija?

Referencias: 1. Saúde. Prefeitura da Cidade de São Paulo. Disponible en: <https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/saude/> 2. Vita C. Faça uma checklist para a hora da consulta. Clínica Vita. 2012. Disponible en: <https://vitaclinica.com.br/blog-da-vita/faca-uma-checklist-para-a-hora-da-consultas/> 3. Tirando Dúvidas sobre Uso de GH. SBEM. 2011. Disponible en: <https://www.endocrino.org.br/tirando-duvidas-sobre-uso-de-gh/4> Talking to a growth specialist. More Than Height: Answering your questions about child growth. Novo Nordisk; 2020. Disponible en: <https://morethanheight.com/en/talk-to-your-doctor/visiting-a-growth-specialist/>