



UNA GUÍA DE NUESTROS SERVICIOS DE REAFIRMACIÓN
DE GÉNERO PARA PACIENTES

TRANSGÉNERO, GÉNERO QUEER, DE GÉNERO EXPANSIVO



Mensaje de la Directora Ejecutiva	→	2
Guía de acceso rápido	→	2
Servicios médicos	→	3
Hormonas de reafirmación de género - Cronograma	→	4
Salud comportamental y apoyo de pares	→	5
Servicios legales y navegación de seguros	→	6
Preguntas sobre cirugías	→	7
Preguntas para el cirujano	→	9
FAQs sobre servicios de reafirmación de género	→	10



Bianca + SaVanna + Connor

BIENVENIDO(A)



Estimado(a) amigo(a) de Whitman-Walker Health:

¡Muchos saludos de nuestra familia de atención médica innovadora y afirmativa! Bienvenido(a) a Whitman-Walker Health. Queremos que tenga la mejor experiencia posible como paciente.

Por este motivo, compartimos esta guía que tiene en cuenta las experiencias de nuestros pacientes transgénero, género queer y de género expansivo. La atención médica de reafirmación puede ser difícil de encontrar y a menudo se vuelve más difícil en la comunidad transgénero.

Nos comprometemos a brindar atención solidaria a los pacientes transgénero y cualquier persona del espectro de género. Empoderamos a todas las personas para que puedan vivir de manera saludable, amar abiertamente y lograr la igualdad y la inclusión. Esperamos que esta guía le ayude a acceder a la atención médica y los servicios de apoyo que usted necesita para prosperar.

Siempre a su servicio,
Naseema Shafi, Ella
Directora Ejecutiva, Whitman-Walker Health

BIENVENIDO(A) A LOS SERVICIOS DE ATENCIÓN DE REAFIRMACIÓN DE GÉNERO

Nuestro Departamento de Atención de Reafirmación de Género alberga a los Navegadores de Atención de Trans (TCN) y a la Dirección de Atención de Reafirmación de Género. A lo largo de esta guía, los TCN se mencionan como parte del servicio de apoyo para la cirugía de reafirmación de género. Puede comunicarse con el equipo enviando un correo electrónico a transhealth@whitman-walker.org o llamando al 202.745.6186. Nuestro equipo está compuesto por personas trans que trabajan para mejorar su acceso a la atención necesaria, así como el recorrido hacia el logro de sus objetivos. Para registrarse como paciente nuevo(a), envíe un mensaje de texto al 202.978.6123 o llame al 202.745.7000. Para brindar su opinión, visite whitmanwalker.feedtrail.com.

GUÍA DE ACCESO RÁPIDO

SERVICIOS MÉDICOS, COMPORTAMENTALES Y DE APOYO

Su proveedor médico coordinará su atención y sus remisiones para servicios como los indicados a continuación.

- ↳ Atención médica primaria
 - Si es menor de 18 años, estos servicios están disponibles con consentimiento de los padres.
- ↳ Terapia de hormonas de reafirmación de género
 - Si es menor de 18 años, estos servicios están disponibles con consentimiento de los padres.
- ↳ Cartas y remisiones para cirugías de reafirmación de género
- ↳ Atención comportamental: Terapia individual o grupal
- ↳ Atención comportamental: Psiquiatría

📞 Envíe un SMS al 202.978.6123
📞 Llame al 202.745.7000
✉ appointments@whitman-walker.org
para programar una cita con un proveedor médico para establecer una relación de cuidados.

SERVICIOS DE APOYO DE PARES

- ↳ Sesiones individuales
- ↳ Sesiones grupales

📞 202.939.7646
✉ peersupport@whitman-walker.org
nuestro coordinador lo(a) conectará a los servicios.

SERVICIOS LEGALES

- ↳ Actualizaciones de nombre y género en documentos de identidad
- ↳ Apelaciones de cobertura de seguros
- ↳ Reclamaciones de discriminación

📞 202.939.7630
✉ contact-legal@whitman-walker.org

BENEFICIOS PÚBLICOS Y SEGUROS

- ↳ Preguntas acerca de la cobertura y la navegación de seguros

📞 202.745.6151
✉ insurance@whitman-walker.org

SERVICIOS MÉDICOS



Si usted es un paciente médico, su médico o un miembro del equipo médico será su coordinador de atención en Whitman-Walker Health.

Nuestro objetivo es satisfacer las necesidades de atención médica generales de cada paciente a través de la atención primaria en un entorno seguro y respetuoso. Reconocemos las barreras singulares que las personas transgénero y de género expansivo enfrentan al buscar servicios médicos y buscamos proporcionar atención positiva a todos los pacientes.

Proporcionamos atención médica dignificante y culturalmente competente, incluidos exámenes de prevención y manejo de afecciones crónicas y urgentes. Tenemos muchos proveedores médicos con certificación de junta de diversas especialidades, entre ellos, expertos en enfermedades infecciosas especializados en VIH, hepatitis B y hepatitis C. Ofrecemos atención premiada y reconocida nacionalmente para la comunidad LGBTQ.

Nos complace ofrecer los siguientes tipos específicos de atención médica:

- ▶ Atención primaria, que incluye **Terapia de hormonas de reafirmación de género**
- ▶ Administración de hormonas inyectables y formación sobre cómo aplicarlas
- ▶ Pruebas de VIH/ITS (STI, por sus siglas en inglés), Asesoría y Prevención (PrEP y PEP)
- ▶ Atención médica especializada en VIH, hepatitis B y hepatitis C
- ▶ Exámenes y atención ginecológicos
- ▶ Evaluación, recomendaciones de remisiones, coordinación de servicios y apoyo para quienes buscan cirugía de reafirmación de género
- ▶ Servicios integrados con nuestros Departamentos de Servicios de Salud Comportamental, Adicciones, Dentales y Legales

Si tiene una situación médica urgente y no puede esperar una cita con su proveedor habitual, puede programar una cita para "enfermedad" enviándonos un mensaje de texto a

📞 **202.978.6123**, llamándonos al

📞 **202.745.7000**, enviando su solicitud por email a

✉ **appointments@whitman-walker.org**, o solicitando una cita en persona.

Haremos todo lo posible para programar su cita para lo antes posible. Si tiene una emergencia médica, llame al 911 o diríjase a la sala de emergencias más cercana.

Whitman-Walker presta servicios de reafirmación de género, incluidas hormonas, a menores de 13 años de edad o más. Los menores deben contar con el consentimiento de sus padres para recibir atención médica primaria y hormonas de reafirmación de género.



▲ Visítenos en nuestro hogar médico de última generación en 1525 14th Street, NW.



Sherri

HORMONAS DE REAFIRMACIÓN DE GÉNERO: CRONOGRAMA



Como parte del proceso de transición, algunos pacientes buscan la terapia de hormonas de reafirmación de género. Para ayudarle a entender los efectos, queremos compartir esta información con usted. Todas las personas son diferentes. La velocidad y la medida en que tienen lugar sus cambios dependen de muchos factores, incluidos su genética, la edad en que comienza a recibir hormonas y su estado de salud general.

A continuación, presentamos un posible cronograma de los cambios que se producen en algunas personas que reciben **testosterona**. Los cambios varían según la dosis y el método de administración.

EFEECTO	INICIO PREVISTO	EFEECTO MÁXIMO PREVISTO	REVERSIBLE o PERMANENTE
▶ Oleosidad de la piel/acné	1 a 6 meses	1 a 2 años	Reversible
▶ Aumento de la masa muscular/fuerza	1 a 6 meses	2 a 5 años	Reversible
▶ Redistribución de la grasa	2 a 6 meses	2 a 5 años	Reversible
▶ Cesación de Períodos Menstruales	Variable	***	Reversible
▶ Sequedad vaginal	3 a 6 meses	1 a 2 años	Reversible
▶ Crecimiento de pelo facial/corporal	6 a 12 meses	4 a 5 años	Permanente
▶ Caída de cabello del cuero cabelludo	6 a 12 meses	**	Permanente
▶ Agrandamiento/Crecimiento del Clítoris	3 a 6 meses	1-2 años	Permanente
▶ Engrosamiento de la voz	Desconocida	1 a 2 años	Permanente

** Prevención y tratamiento según lo recomendado para personas asignadas como siendo de sexo masculino al nacer

*** La menorragia requiere diagnóstico y tratamiento realizado por un ginecólogo

A continuación, presentamos un posible cronograma de los cambios que se producen en algunas personas que reciben **estrógeno**. Los cambios varían según la dosis y el método de administración.

EFEECTO	INICIO PREVISTO	EFEECTO MÁXIMO PREVISTO	REVERSIBLE o PERMANENTE
▶ Agrandamiento de senos	3-6 meses	2-3 años	Permanente
▶ Menor producción de esperma, menor fertilidad	Variable	Variable	Posiblemente permanente
▶ Volumen/tamaño testicular 25-50 por ciento menor	3-6 meses	2-3 años	Probablemente permanente
▶ Menor cantidad/crecimiento más lento del vello corporal y facial	6-12 meses	+ de 3 años	Reversible
▶ Suavizado de la piel/menor oleosidad	3-6 meses	Desconocida	Reversible
▶ Redistribución de la grasa corporal a un patrón más femenino	3-6 meses	2-5 años	Reversible
▶ Menores masa y fuerza musculares	3-6 meses	1-2 años	Reversible
▶ Aumento de la libido (<i>deseo sexual</i>)	1-3 meses	1-2 años	Reversible
▶ Menos erecciones espontáneas y/o matinales	1-3 meses	3-6 meses	Reversible
▶ Disfunción sexual masculina (<i>por ej., las erecciones no son tan firmes</i>)	Variable	Variable	Reversible
▶ Cese de caída de cabello con patrón masculino (<i>no vuelve a crecer el cabello perdido, pero deja de caerse</i>)	1-3 meses	1-2 años	Reversible

SALUD COMPORTAMENTAL Y APOYO DE PARES



Nuestro personal de competentes clínicos de la salud mental cuenta con conocimientos especializados y capacitación en los problemas que afectan a la comunidad transgénero. Brindamos terapia individual y grupal, así como apoyo de pares individual y grupal. Es necesaria una cita de selección inicial para la admisión a todos los servicios de salud comportamental y apoyo de pares.

Psicoterapia individual y grupal:

La terapia individual ofrece la oportunidad de recibir apoyo personal de un profesional de la salud mental. La terapia grupal reúne a personas con experiencias compartidas en un grupo facilitado por un clínico. No necesita ser un paciente médico primario existente para ser elegible para terapia grupal; sin embargo, debe ser un paciente médico primario para ser elegible para terapia individual. Para conocer más sobre la terapia individual o grupal, llame al Coordinador de Tratamiento de Salud Comportamental al ☎ **202.797.3539**. Es necesaria una cita de selección inicial para la admisión.

Espectro trans

Este grupo de psicoterapia en curso ofrece un foro confidencial para debate, psicoeducación y apoyo social para personas queer y trans-identificadas que sufren debido a conflictos/ambigüedad asociados a la identidad de género y la orientación sexual.

Salud Mental para Jóvenes:

Los servicios de Salud Mental para Jóvenes brindan terapia individual y grupal para jóvenes transgénero y de género expansivo de 13 a 24 años de edad. Se les realizará a los jóvenes que buscan hormonas o cirugía de reafirmación de género una evaluación de salud mental llevada a cabo por un proveedor de servicios de salud mental. Esta evaluación podría incluir un mínimo de 3-6 a sesiones, así como la recomendación de continuar con la terapia en curso o una remisión para psiquiatría. También proporcionamos atención de salud mental gratuita, centrada en traumas, a jóvenes que han sido víctimas o testigos de un delito. La terapia incluye una variedad de técnicas que incluyen arte, música y caja de arena. Para conocer más sobre la Salud Mental de los Jóvenes, llame al ☎ **202.207.2361**.

Apoyo de Pares:

El Apoyo de Pares ofrece apoyo de Pares Asesores voluntarios y Pares con experiencias de vida compartidas. Los Pares Asesores no son profesionales de la salud mental con licencia, pero han asistido a capacitación obligatoria administrada por personal de Whitman-Walker y cuentan con las destrezas necesarias para proporcionar un entorno seguro y compasivo centrado en ayudarlo a sentirse menos solo, validar sus sentimientos y tomar pasos para alcanzar sus objetivos. No necesita ser un paciente médico para aprovechar el Apoyo de Pares individual o grupal. Todos los servicios de Apoyo de Pares son sin cargo. Para conocer más sobre nuestro Programa de Apoyo de Pares, llame al ☎ **202.939.7646** o envíe un email a ✉ peersupport@whitman-walker.org. Es necesaria una cita de selección inicial para la admisión.

Apoyo de pares individual

Los asesores de pares se reúnen con los pares para sesiones de 50 minutos, una vez a la semana durante 10 semanas.

Grupo de apoyo de pares trans

Estos grupos son para personas de todo el espectro de género y en cualquier etapa del proceso de transición. El grupo se centra en promover el apoyo social y el bienestar para adultos transgénero, de género no conforme y género queer. Los asuntos pueden incluir (entre otros) navegar la transición, 'salir del clóset', problemas familiares y en el lugar de trabajo, relaciones, citas románticas, etc.

Nota: También conservamos una lista de proveedores de salud mental favorables a los LGBTQ en la comunidad. La cobertura de seguro puede variar.



Grayson

SERVICIOS LEGALES

SERVICIOS LEGALES

Llame al ☎ **202.939.7630** para obtener más información.

Como un importante componente de nuestra atención integrada, Whitman-Walker se complace en tener un equipo de abogados experimentados que brindan asistencia legal a sus clientes, personas que viven con VIH y miembros de nuestras comunidades LGBTQ. Es nuestro objetivo ayudarle a mantenerse saludable, o volverse saludable, al ayudarle a obtener un buen seguro médico que esté a su alcance; protegerse contra la discriminación si usted es una persona LGBTQ o vive con VIH; reivindicar sus derechos en el lugar de trabajo; obtener beneficios de discapacidad u otros beneficios a los que tenga derecho si usted tiene ingresos bajos o está demasiado enfermo(a) para trabajar; protegerse a sí mismo y a su pareja y otros familiares en caso de una emergencia médica o muerte; planificar para la atención prolongada que podría necesitar al envejecer; proteger su privacidad médica; obtener estado inmigratorio legal si usted es de otro país, y actualizar su nombre y marcador de género en documentos de identidad y registros legales para clientes transgénero y de género expansivo. Nuestros servicios son sin cargo o están disponibles por un cargo módico, dependiendo de sus ingresos.

Actualizaciones de nombre y género en documentos de identidad

Nuestro equipo legal trabaja con cientos de clientes cada año para obtener órdenes judiciales de cambio de nombre, y actualizar los marcadores de género en documentos de identificación estatales y federales, incluidos los registros de Seguro Social, pasaportes, licencias de conducir, certificado de nacimiento y registros de inmigración. También ayudamos a actualizar registros escolares y militares.

El personal y abogados voluntarios ofrecen servicios de cambio de nombre mensualmente en nuestra Clínica de Cambio de Nombre y Género.

Los clientes interesados deben llamar o enviar un email con antelación para reservar un lugar: ☎ **202.939.7627** | ✉ lhicks@whitman-walker.org o ☎ **202.939.7630** | ✉ lsuarez@whitman-walker.org para hispano-parlantes. TransLAW brinda asistencia financiera para pagar el costo de actualización de diversos documentos.

Apelaciones de cobertura de seguros

Si su plan de seguro de salud le niega la cobertura de atención médica relacionada con la transición, tal como hormonas o cirugía, nuestro equipo legal puede ayudarle a disputar la denegación. Podemos ayudarle a apelar la denegación de planes de mercado, Medicaid, Medicare, planes para empleados federales y estatales y cobertura privada específica de empleadores. La mayoría de las denegaciones de cobertura deben ser apeladas en un plazo determinado; por lo tanto, llámenos tan pronto como reciba el aviso de denegación.

Reclamaciones de discriminación

Si su empleador, proveedor de atención médica, escuela u otro proveedor de servicio disponible al público (incluidos hospitales, bares, restaurantes, tiendas, etc.) lo trata de manera distinta a los demás debido a su identidad de género, podemos evaluar su caso y, cuando corresponda, ayudarle a presentar una demanda por discriminación a las autoridades locales o federales correspondientes.

Para comunicarse con Servicios Legales, llame al ☎ **202.939.7630** o envíe un email a ✉ contact-legal@whitman-walker.org.

NAVEGACIÓN DE BENEFICIOS PÚBLICOS Y SEGUROS

Llame al ☎ **202.745.6151** para obtener más información.

El programa de Navegación de Beneficios Públicos y Seguros de Whitman-Walker asiste a los pacientes en obtener y conservar un seguro de salud y acceder a otros programas de asistencia para reducir los costos de bolsillo asociados a la atención médica. Los navegadores utilizan su experiencia para buscar opciones de seguro para todos los pacientes, incluyendo opciones de seguro basadas en el empleo, COBRA, planes individuales y de empresas pequeñas disponible a través del intercambio de seguros de salud, programas públicos de seguro (Medicaid, Medicare, DC Healthcare Alliance) y programas para envolver estas opciones para cubrir los costos de bolsillo. Los Navegadores asisten a todos los pacientes a acceder a nuestra escala móvil de tarifas, y con la elegibilidad para Ryan White si el paciente es VIH positivo.

Los Navegadores también pueden ayudar a los pacientes con programas de asistencia para medicamentos ofrecidos por las empresas farmacéuticas. Los Navegadores ayudan a los pacientes a renovar y recertificar la cobertura y responden a preguntas sobre cómo utilizar su plan de seguro para acceder a servicios de prevención.



Leandrea

PROCESO DE LAS CARTAS DE APOYO PARA CIRUGÍAS DE REAFIRMACIÓN DE GÉNERO

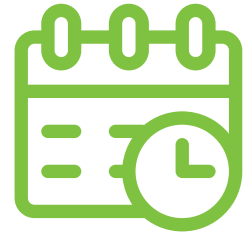


PASOS PREVIOS

Debe ser paciente médico(a) de Whitman-Walker Health, y debe llamar a su compañía de seguros para obtener información sobre la cobertura para cirugías de reafirmación de género.

- 1. programe una cita con su proveedor médico.**

Su proveedor médico se reunirá con usted para conversar sobre su salud general, el tratamiento de enfermedades crónicas, el consumo de tabaco, el consumo de sustancias, sus antecedentes hormonales, etc. Una vez que su proveedor médico considere que usted está preparado(a) físicamente para la cirugía, usted recibirá la autorización médica y estará listo(a) para los próximos pasos.



- 2. se le remitirá a un navegador de atención de trans**

Su Navegador de Atención de Trans lo(a) conectará con el servicio de Salud Comportamental y coordinará los próximos pasos del proceso.



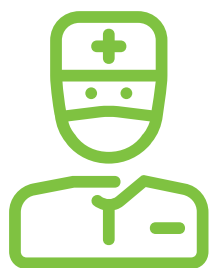
- 3. evaluación de salud del comportamiento**

Según el tipo de cirugía que solicite, necesitará un mínimo de 2 a 4 citas (y más si así se indica). Una vez finalizada la evaluación, el profesional clínico le expedirá la carta para cirugía.



- 4. con la ayuda de su navegador de atención de trans, se le programará una consulta con un cirujano.**

Su Navegador de Atención de Trans le enviará las cartas de apoyo al cirujano.



Si tiene dudas sobre el proceso de las cartas de apoyo para cirugías de reafirmación de género, programe una cita con su proveedor médico llamando al **202.745.7000** o escribiendo a **appointments@whitman-walker.org**.

¿PREGUNTAS SOBRE CIRUGÍAS?



Si está considerando la cirugía como parte de su travesía, aquí encontrará algunas preguntas y respuestas para ayudarle a navegar el proceso.

¿El seguro pagará por mi cirugía?

Tal vez; depende del tipo de seguro que tenga.

DC Medicaid tiene una política inclusiva, pero aún se ven denegaciones para cirugías. Si recibe una denegación, comuníquese con Servicios Legales de Whitman-Walker.

Maryland Medicaid debería cubrir la atención de reafirmación de género, pero puede haber limitaciones. Si recibe una denegación, comuníquese con Servicios Legales de Whitman-Walker.

Planes del Gobierno Federal y Estatal—y seguros comerciales fuera de DC y Maryland—suelen tener exclusiones de cobertura discriminatorias que pueden disputarse legalmente. Si recibe una denegación para una cirugía o tiene preguntas antes de la cirugía, comuníquese con Servicios Legales de Whitman-Walker.

Los **Planes de Seguro Comerciales** son planes contratados en el mercado u obtenidos a través de un empleador privado. Estos planes deberían cubrir la mayor parte de la atención de reafirmación de género, pero por favor pídale a su asegurada los “Beneficios de la cobertura” y busque la política respectiva acerca de la atención de reafirmación de género. Debería contener una lista de procedimientos cubiertos y cualquier exclusión o limitación. No se desanime si la cirugía que necesita está excluida—o si se la considera “cosmética”. Sin embargo; si está excluida, puede prever que su proveedor de seguro le negará la cobertura de su cirugía. Si le niegan la cirugía, comuníquese con Servicios Legales de Whitman-Walker.

Si tiene preguntas sobre la cobertura, llame al **202.745.6151** y hable con uno de nuestros Navegadores de Beneficios y Servicios Públicos.

¿Necesitaré autorización previa de mi aseguradora?

Sí, en la mayoría de los casos.

Prácticamente todos los planes de seguro requieren una autorización previa también denominada “PA” o “precertificación”, antes de la cirugía. La autorización previa permite que las aseguradoras confirmen que su cirugía es médicamente necesaria y garantiza el pago a los cirujanos. Para este proceso, las aseguradoras dependen de documentación del consultorio de su cirujano, la que incluye cartas de apoyo de Whitman-Walker y las notas de su cirujano.

Las políticas de Medicare funcionan de manera diferente dependiendo de la región y el tipo de cobertura de Medicare. Converse con su cirujano acerca de si están dispuestos a enviar su reclamación posquirúrgica a Medicare. Si no están dispuestos o le piden que firme una garantía de pago, comuníquese con Servicios Legales de Whitman-Walker.

¿Qué sucede si mi cirujano no acepta mi seguro o ningún otro seguro?

Usted debe pagar de su bolsillo.

Algunos cirujanos de práctica privada no aceptan ningún seguro o tal vez no aceptan su seguro. En dichos casos, se le pedirá que pague por la cirugía de su bolsillo. Después de la cirugía, el cirujano podría estar dispuesto a proporcionar documentación para que usted presente una reclamación para reembolso a su proveedor de seguros. Pregunte a su plan de seguro sobre sus deducibles, copagos, tasas de reembolso y cómo manejan las reclamaciones de reintegro ya que podrían no reembolsarle el total. Si le niegan su reclamación de reintegro, comuníquese con Servicios Legales de Whitman-Walker.

¿Puede Whitman-Walker enviarme al ‘mejor’ cirujano y ocuparse de los papeles del seguro?

No, pero podemos sugerir cirujanos y compartir información acerca de los seguros.

Hacemos todo lo posible para identificar a cirujanos que aceptan una amplia variedad de planes de seguro y están calificados para realizar los procedimientos de reafirmación de género médicamente necesarios. Esta lista cambia constantemente a medida que cambian los médicos y las reglas de cobertura.

Usted y su cirujano trabajarán juntos en gestionar la reclamación del seguro, y uno de ustedes enviará toda la documentación de respaldo a la aseguradora. Whitman-Walker no se ocupa de reclamaciones de seguro por cirugías, pero nuestro equipo de Servicios Legales puede ayudar si su reclamación es denegada.

¿PREGUNTAS SOBRE CIRUGÍAS?



¿Cómo comienzo mi proceso de cirugía?

Tómese el tiempo necesario.

Considere sus objetivos a largo plazo, sus resultados ideales y repase sus opciones. Existen diferentes técnicas para diferentes cirugías. Recomendamos que investigue un poco para estar más informado(a) cuando se reúna con su cirujano. Muchos recursos en línea mencionan cirujanos y resultados quirúrgicos específicos.

No todos los cirujanos logran los mismos resultados. Puede encontrar fotos de antes y después en salas de chat, grupos de Facebook, grupos de Yahoo y cuentas de Tumblr. Para algunos cirujanos, tendrá que esperar hasta su consulta para ver fotos de antes y después de las fotos de su trabajo. Si hay algo específico que desea ver en su resultado, pregunte al respecto. Tal vez su cirujano no recomiende la técnica que le interesa a usted.

Posiblemente tenga varias opciones de cirujano. Piense qué es importante para usted. Algunas personas tienen en cuenta lo siguiente: lugar, años de práctica, afiliación hospitalaria, cobertura de seguro, técnicas y reputación general en la comunidad. Su Navegador de Atención de Trans le brindará los nombres de asociados de remisión locales. Le instamos a que pida recomendaciones a sus amigos y redes, busque en internet quiénes aceptan su seguro, y se sienta libre para pedir más información al consultorio de un cirujano. ¡Usted puede hacerlo!

¿Cuánto puede llevar este proceso?

Planee dedicarle varios meses.

Completar el proceso de navegación de cirugía en Whitman-Walker puede llevar más de tres meses. Una vez listas, sus cartas de apoyo son **válidas por un año**. Tenga eso en cuenta al planear su cirugía, así como la posible lista de espera en el consultorio de su cirujano. La mayoría de los asociados de remisión en el área que aceptan Medicaid programan una consulta en el plazo de 2 a 8 semanas, dependiendo de la demanda y el procedimiento. La mayoría programará su cirugía después de recibir autorización. La autorización depende de su seguro, el procedimiento y la capacidad del equipo quirúrgico para completar el papeleo. En promedio, un equipo completa la autorización en el plazo de 4 a 8 semanas después de la consulta.

¿Qué más necesito tener en cuenta?

Piense acerca de los pasos que debe tomar para estar listo(a) física, mental y financieramente para la cirugía.

Algunos procedimientos requieren preparación o prontitud físicos. La mayoría de los cirujanos con los que trabaja Whitman-Walker confían más en sus resultados cuando:

- ▶ Su Índice de Masa Corporal (IMC) está por debajo de 30 para una vaginoplastia o una faloplastia
- ▶ Se ha realizado depilación para la vaginoplastia y, a veces, para la faloplastia
- ▶ Está manejando bien el VIH y/u otras afecciones crónicas
- ▶ Sus resultados de laboratorio prequirúrgicos son los deseados para un resultado quirúrgico positivo (por ejemplo, un cirujano puede negarse a operar si usted tiene resultado positivo en una prueba de detección de sustancias ilícitas)

Su proveedor de atención primaria puede ayudarle con estos objetivos y ofrecerle recursos de apoyo.

- ▶ Dependiendo de la ubicación del consultorio de su cirujano, usted puede necesitar considerar el costo de viaje y alojamiento para períodos de recuperación lejos de su comunidad local, amigos y/o familiares. Esto podría tener impacto en su programación.
- ▶ ¡Su seguro podría no cubrirlo todo! Separe fondos, dentro de lo posible, para cualquier costo adicional o imprevisto. No tema pedirle al cirujano estimaciones de gastos de bolsillo y confirmar tarifas con su proveedor de seguro.
- ▶ Lleve a la consulta con su cirujano las "Preguntas para hacerle a mi cirujano" de la Guía de Recursos para Transgéneros de Whitman-Walker. ¡Asegúrese de tener toda la información que necesita para sentirse bien con avanzar!

Manténgase informado(a) acerca de la atención de reafirmación de género a través de estos sitios web:

- ▶ **Asociación Profesional Mundial para la Salud del Transgénero (WPATH)**
www.wpath.org
- ▶ **Centro de Excelencia para la Salud del Transgénero de la UCSF** - Directrices para la atención primaria y de reafirmación de género de personas transgénero y no binarias.
www.transhealth.ucsf.edu/protocols
- ▶ **Centro Nacional para la Igualdad del Transgénero (NCTE)** - para recursos sobre la discriminación en la atención médica y para conocer sus derechos relacionados con la salud.
www.transequality.org/issues/health-hiv
- ▶ Muchos cirujanos tienen sitios web con más información sobre procedimientos específicos, testimoniales y atención pre y post quirúrgica.
- ▶ Realice búsquedas con palabras como "FTM, MTF, trans y queer, no binario" en Facebook para encontrar grupos comunitarios. Considere agregar a la búsqueda la ciudad importante más cercana.
- ▶ Busque grupos de Yahoo con las palabras clave anteriores. Muchos grupos también son específicos sobre cirugías y suelen incluir fotos. Usted debe tener una cuenta de Yahoo.

PREGUNTAS PARA EL CIRUJANO



Por si está considerando una cirugía o está interesado(a) en una consulta quirúrgica, le ofrecemos una lista de preguntas que hacer:

- ▶ ¿Necesitaré un Examen Prequirúrgico realizado por mi proveedor de atención primaria antes de mi cirugía?
- ▶ De ser así, es muy importante que usted, como mi cirujano, le proporcione lo siguiente a mi proveedor de atención primaria:
 - ↳ *Mi diagnóstico quirúrgico.*
 - ↳ *El nombre y código CPT de mi procedimiento previsto.*
 - ↳ *Qué pruebas usted o el centro quirúrgico necesitan o exigen como parte del examen prequirúrgico (EKG, radiografía de tórax, qué análisis de laboratorio, etc.).*
 - ↳ *La fecha de mi cirugía y el tipo de anestesia previsto.*
 - ↳ *Un número de fax para enviar los resultados de mis exámenes y un número de teléfono para llamar si surgen dudas.*
- ▶ ¿Podría contarme sobre su experiencia con este tipo de cirugía?
- ▶ ¿Cómo se realizará la cirugía?
- ▶ ¿Realiza este tipo de cirugía habitualmente?
- ▶ ¿Cuál es su tasa de éxito y con qué frecuencia sus pacientes presentan algún problema?
- ▶ ¿Cuáles son los riesgos, beneficios y posibles complicaciones de esta cirugía?
- ▶ ¿Ha sido esto preautorizado por mi seguro?
- ▶ ¿Qué otros registros médicos, cartas, resultados de laboratorio o documentos necesita de mí?
- ▶ De ser necesario, ¿dónde debo hacerme los análisis (de sangre) de laboratorio?
- ▶ ¿Necesitaré medicamentos? ¿Antibióticos, analgésicos?
- ▶ ¿Existen opciones no narcóticas para el manejo del dolor?
- ▶ (Si usted fuma) ¿Cuántas semanas antes de la cirugía debo dejar de fumar?
- ▶ ¿Necesitaré dejar de tomar medicamentos (incluyendo hormonas) que tomo actualmente antes de la cirugía?
- ▶ ¿Cuándo debo dejar de tomar estos medicamentos y cuándo puedo reanudar la administración?
- ▶ ¿Debo tomar alguno de mis medicamentos el día de la cirugía?
- ▶ ¿Cuándo debo dejar de comer y beber?
- ▶ ¿Qué puedo esperar con respecto a mi recuperación en lo que se refiere a tratamiento, medicación y dieta?
- ▶ ¿Necesitaré la asistencia de otra persona en mi casa después de la cirugía?
¿Por cuánto tiempo?
- ▶ (Si usted está empleado actualmente) ¿Cuánto tiempo de licencia debo tomar en el trabajo?
- ▶ ¿Cuándo podré volver a mis actividades habituales (conducir, levantar pesos, hacer ejercicio, etc.)?
- ▶ ¿Cómo puedo comunicarme con usted si tengo más preguntas?



Achim

FAQs SOBRE LOS SERVICIOS DE REAFIRMACIÓN DE GÉNERO



¿Cómo será mi primera visita de atención de reafirmación de género en Whitman-Walker?

En su primera cita médica, se le pedirá que complete un historial básico con su médico o un miembro de su equipo médico. También se le pedirá que se realice análisis de laboratorio para comenzar el proceso de establecerse como paciente del centro de salud. Nuestro equipo médico le presentará algunos de los servicios de apoyo de Whitman-Walker. Puede prever que comenzará formalmente a conversar sobre hormonas y procesos quirúrgicos — dos cosas que entusiasman a muchas personas en su atención de reafirmación — durante o después de su segunda visita médica.

¿Debo estar recibiendo atención de salud mental para recibir hormonas?

La terapia de salud mental no es un requisito absoluto para recibir hormonas. Muchos pacientes de Whitman-Walker no necesitan o no solicitan servicios de salud mental. Es importante tener en cuenta que antecedentes de problemas de salud mental o consumo de sustancias no siempre hace que sea necesaria una remisión a un Especialista en Salud Comportamental. Sin embargo, su médico o el miembro de su equipo médico evaluarán si existe algún riesgo de recaída y la estabilidad actual de su salud mental. Con base en esta evaluación, su médico podrá considerar que se requiere una evaluación de salud mental. Juntos, usted y su médico hablarán acerca de por qué cree que se requiere una evaluación y cualquier inquietud específica acerca de las hormonas. Estas inquietudes serán compartidas con el proveedor de salud mental, con quien usted se reunirá, para que la evaluación garantice la mejor atención coordinada y resuelva las inquietudes con la mayor eficiencia posible. Nuestro objetivo es brindarle atención integral y, a su vez, lograr resultados médicos positivos.

¿Para qué cirugías ofrece remisiones Whitman-Walker?

Habitualmente, Whitman-Walker brinda apoyo a personas que acceden a las siguientes cirugías de reafirmación de género: cirugías de reconstrucción de senos, procedimientos de feminización facial, histerectomía, faloplastia, metoidioplastia, vaginoplastia y orquiectomía. Si está intentando que su seguro cubra un procedimiento que no se menciona aquí, hable con su proveedor médico sobre la remisión a la Navegación de Atención para Trans.

¿Cuál es el proceso para obtener mi remisión y cartas en Whitman-Walker?

Una vez que tuvo su cita médica para examinar análisis clínicos de laboratorio recientes y conversar sobre una remisión quirúrgica con su proveedor médico, se lo(a) pondrá en contacto con un Navegador de Atención de Trans. A través de una llamada telefónica, el Navegador de Atención de Trans coordinará y le explicará el proceso de remisión, escuchará sus preguntas, programará visitas con un Especialista de Salud del Comportamiento para recabar información para su carta de apoyo, y lo(a) mantendrá actualizado sobre el proceso hasta que llegue el momento de programar una consulta con el cirujano. No lo(a) remitimos a un cirujano a no ser que su papeleo de respaldo esté listo, ya que es señal de que todo está en orden para la cobertura de seguro y para que el cirujano pueda avanzar. Si pagará de su bolsillo, puede realizar este proceso a su propio ritmo y probablemente no necesite cartas de apoyo de Whitman-Walker. Si su cirujano pagado de su bolsillo aún quiere cartas de Whitman-Walker, su proceso será similar. Este proceso puede llevar un par de meses para completarse, dependiendo de su estado médico de salud y cuánta información un Especialista de Salud del Comportamiento podría necesitar.

¿Cuántas sesiones de salud mental tendré que programar antes de obtener mis cartas?

Para cirugías arriba de la cintura, se reunirá con un proveedor de salud mental por un mínimo de dos sesiones. Para cirugías abajo de la cintura, se reunirá con un proveedor de salud mental por un mínimo de cuatro sesiones, lo que incluye tres sesiones con un Especialista de Salud Comportamental y una sesión con un proveedor de salud mental con nivel de doctorado. Estas sesiones incluirán examinar su historial de salud mental, explorar su experiencia de Disforia de Género, y trabajar en un plan de preparación y recuperación exhaustivo para la cirugía. Por favor, tenga en cuenta que es muy importante que asista a estas citas. Si deja de presentarse a dos citas y no llama dentro de las 24 horas para cancelar, tendrá que esperar tres meses para programar una nueva cita. Si reprograma su cita más de dos veces, también tendrá que esperar tres meses para reprogramar. Se han establecido estas restricciones para lograr una mayor disponibilidad clínica de nuestros proveedores de salud mental para poder atender al alto volumen de pacientes que desean realizarse la cirugía de reafirmación de género.

FAQs SOBRE LOS SERVICIOS DE REAFIRMACIÓN DE GÉNERO

¿Cuántas cartas necesito para la cirugía?

En el caso de la mayoría de las personas que acceden a la cirugía mediante su seguro, cualquier cirugía arriba de la cintura (o arriba de los genitales) requerirá una carta de un Profesional Clínico de Salud Comportamental y una carta de su proveedor médico. Cualquier cirugía abajo de la cintura requerirá dos cartas de Salud Comportamental independientes y una carta de su proveedor médico.

¿Qué sucede si mi cirugía es denegada?

Si su cirugía es denegada, nuestro Navegador de Atención de Trans hablará con usted sobre apelar la denegación con nuestro equipo de Servicios Legales. El Navegador de Atención de Trans necesitará su consentimiento para contactarlo(a) con ese departamento. A partir de allí, aprenderá sobre su situación con respecto a la denegación de la cirugía, el aspecto que tendrá la apelación con el apoyo de Whitman-Walker, y esperará noticias acerca de si su caso es asignado a un abogado. No todas las denegaciones requieren apoyo legal constante. A veces, nuestros abogados logran llegar a un acuerdo con los cirujanos para que simplemente vuelvan a presentar la autorización anterior.

¿Qué cirujanos me recomiendan?

Mantenemos una lista de cirujanos a los que comúnmente realizamos remisiones, e instamos a todos a que busquen información sobre cirujanos del área. Para las personas con planes DC Medicaid, tenemos una lista más restringida de asociados cercanos en sistemas hospitalarios locales. No tenemos una red de remisiones formal con ningún sistema hospitalario o cirujano de práctica privada en especial, y realmente queremos que obtenga lo que necesita de nuestra relación con un cirujano.

Tengo menos de 18 años de edad. ¿Puedo obtener atención de reafirmación en Whitman-Walker? ¿Necesito decírselo a mis padres?

Whitman-Walker atiende a jóvenes de 13 a 24 años de edad. Para comenzar a recibir hormonas, el primer paso es visitar a su proveedor de atención primaria de Whitman-Walker. Para programar esta cita, necesitará el consentimiento de sus padres. Después de discutir su historial médico, y una vez que su proveedor médico sienta que usted está médicamente listo(a) para comenzar a recibir hormonas, será remitido(a) para una evaluación de salud mental realizada por un proveedor de salud mental. Esta evaluación podría incluir un mínimo de 3-6 a sesiones, así como la recomendación de continuar con la terapia en curso o una remisión para psiquiatría. También proporcionamos terapia individual y grupal, y atención de salud mental gratuita, centrada en traumas, a jóvenes que han sido víctimas o testigos de un delito. Los jóvenes no necesitan el consentimiento de los padres para recibir servicios de salud mental. Sin embargo, usted y su proveedor de salud mental conversarán acerca de cómo sus padres o cuidadores pueden participar en la atención que reciba. La terapia incluye una variedad de técnicas que incluyen arte, música y caja de arena. Para conocer más sobre los Servicios de Reafirmación de Género para Jóvenes, llame al 202.797.4457.

¿Tienen una lista de grupos de apoyo en el área?

Vea nuestra lista de grupos de Apoyo de Reafirmación de Género en el área de DC, Maryland y Virginia en la sección de "Guías, formularios y preguntas frecuentes" de nuestro sitio web en whitman-walker.org.

Para obtener más información, o si tiene preguntas sobre algún tema de esta guía, llame al 202.797.4457 o escriba a transhealth@whitman-walker.org.



Valerie + Olivia + Evie

DIRECCIONES DE WHITMAN-WALKER

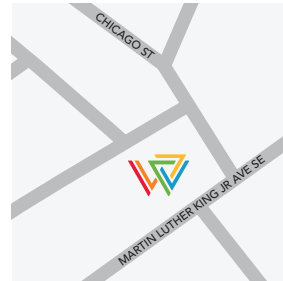
Visite www.whitman-walker.org para obtener la información más reciente sobre horarios de atención y direcciones.



Whitman-Walker al 1525
1525 14th St., NW
Washington, DC 20005



Estaciones de Metro
U Street-Cardozo y McPherson Square
Accesible con metro bus

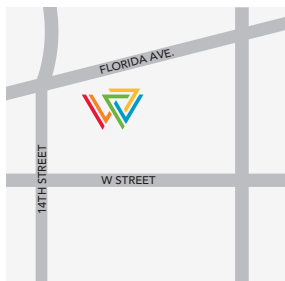


Max Robinson Center

2301 Martin Luther King Jr. Ave., SE
Washington, DC 20020



Estación de Metro Anacostia
Accesible con metro bus



Whitman-Walker en LIZ
1377 R St. NW, Suite 200
Washington, DC 20009

Se ofrecen Servicios Legales y Servicios de Navegación de Beneficios Públicos y Seguros de manera remota y en persona, con cita previa.



Estación de Metro U Street-Cardozo
Accesible con metro bus

LÍNEA PARA CITAS

¿Necesita una cita? Envíe un SMS [202.978.6123](tel:202.978.6123) |
Llame [202.745.7000](tel:202.745.7000) | o envíe un email a
appointments@whitman-walker.org

Lo(a) contactaremos por teléfono o mensaje de texto para recordarle su cita tanto tres días como un día antes de la misma. Recuerde anotar la fecha y hora de su cita. Se le recordará su cita por email tres días antes de la misma si usted elige recibir mensajes a través de nuestro portal seguro en Internet (my WWH).

POLÍTICA DE CIERRE

En caso de nieve u otras emergencias, Whitman-Walker cerrará cuando cierren las oficinas del gobierno federal. Para información sobre cierres debido al clima o debido a emergencias, consulte nuestro sitio en www.whitman-walker.org, nuestra página de Facebook (www.facebook.com/whitmanwalker), o Twitter (@whitmanwalker). Si en el gobierno federal empiezan a trabajar con dos horas de atraso, Whitman-Walker abrirá a las 10:30 am, y toda cita programada para antes de que abra el centro médico será cancelada. Si tiene preguntas, por favor llame a nuestra línea para citas.



WHITMAN-WALKER HEALTH
www.whitman-walker.org

SERVICIOS MÉDICOS Y DENTALES | FARMACIA | SERVICIOS DE REAFIRMACIÓN DE GÉNERO
SERVICIOS LEGALES | PRUEBAS DE VIH/ITS | SERVICIOS PARA JÓVENES
SERVICIOS DE SALUD MENTAL Y TRATAMIENTO DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS | INVESTIGACIÓN | POLÍTICA

CONÉCTATE CON NOSOTROS



@whitmanwalker