



UNA GUÍA DE NUESTROS SERVICIOS DE  
AFIRMACIÓN DE GÉNERO PARA PACIENTES

# TRANSGÉNERO, GÉNERO QUEER Y, DE GÉNERO EXPANSIVO



Mensaje del Director Ejecutivo → 2

Guía de acceso rápido → 2

Servicios médicos → 3

Línea de Tiempo de Cambios por Terapia  
Hormonal de Afirmación de Género → 4

Salud Mental y Apoyo de Pares → 5

Servicios legales y navegación de seguros → 6

Preguntas sobre cirugías → 7

Preguntas para el cirujano → 9

Preguntas frecuentes sobre servicios de → 10  
afirmación de género



**Bianca + SaVanna + Connor**

Whitman-Walker busca utilizar un lenguaje que no discrimine ni reproduzca esquemas binarios. Por esta razón, la letra "x" será utilizada a lo largo de este documento para dar neutralidad de género a aquellas palabras que aludan directamente a nuestros pacientes. La intención es que cada unx proyecte su propia identidad de género y se sienta incluidx en este documento.

# BIENVENIDX



## Estimadx amigx de Whitman-Walker Health:

¡Muchos saludos de nuestra familia de atención médica innovadora y afirmativa! Le damos la bienvenida 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 nuestrxs pacientes transgénero, género queer y de género expansivo. La atención médica afirmativa puede ser difícil de encontrar y a menudo se vuelve más difícil en la comunidad transgénero.

Nos comprometemos a brindar atención solidaria a lxs 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**  
Chief Executive Officer, Whitman-Walker Health.

## GUÍA DE ACCESO RÁPIDO

### SERVICIOS MÉDICOS, DE SALUD MENTAL Y DE APOYO

Su proveedor médico coordinará su atención y sus referidos 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.
- ↳ Hormonas de afirmación de género
  - Si es menor de 18 años, estos servicios están disponibles con consentimiento de los padres.
- ↳ Cartas y referidos para cirugías de afirmación de género
- ↳ Salud Mental: Terapia individual o grupal
- ↳ Salud Mental: Psiquiatría

☎ 202.745.7000  
✉ [appointments@whitman-walker.org](mailto:appointments@whitman-walker.org)  
Llámenos o escribanos para programar una cita con un proveedor médico para iniciar una relación de cuidados para usted.

### SERVICIOS ESTÉTICOS

- ↳ Botox, rellenos dérmicos, depilación láser, láser Génesis y tratamiento de venas tipo arañitas

*Nota: Whitman-Walker Health no acepta seguros para estos servicios y el paciente debe pagar de su bolsillo al momento de recibir el servicio.*

☎ 202.745.7000  
Llámenos para programar una consulta de estética.

### SERVICIOS DE APOYO DE PARES

- ↳ Sesiones individuales
- ↳ Sesiones grupales

☎ 202.939.7646  
✉ [peersupport@whitman-walker.org](mailto:peersupport@whitman-walker.org)  
Llámenos y nuestro coordinador le conectará con los servicios.

### SERVICIOS LEGALES

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

☎ 202.939.7630  
✉ [contact-legal@whitman-walker.org](mailto: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](mailto: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 todxs lxs 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 en 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 **Hormonas de afirmación de género**
- ▶ Administración y monitoreo de hormonas
- ▶ Consejería, Prevención y Exámenes de Enfermedades de Transmisión Sexual y VIH (PrEP and PEP)
- ▶ Atención médica especializada en VIH, hepatitis B y hepatitis C
- ▶ Exámenes y atención ginecológicos
- ▶ Evaluación, recomendaciones de referidos, coordinación de servicios y apoyo para quienes buscan cirugía de afirmación de género
- ▶ Servicios integrados con nuestros Departamentos de Servicios de Salud Mental, 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" llamándonos al

☎ **202.745.7000**, enviando su solicitud por email a [appointments@whitman-walker.org](mailto: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 afirmación 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 afirmación de género.



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



**Sherri**

# TERAPIA HORMONAL DE AFIRMACIÓN DE GÉNERO: LINEA DE TIEMPO



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

A continuación, proporcionamos un cronograma de los cambios que se producen cuando se recibe **testosterona**.

EFEECTO	INICIO PREVISTO	EFEECTO MÁXIMO PREVISTO	REVERSIBLE O PERMANENTE
▶ Aumento del vello corporal y crecimiento de vello facial	1-6 meses	1-2 años	Permanente
▶ Voz más gruesa	3-12 meses	1-2 años	Permanente
▶ Agrandamiento del clítoris (1-3 cm)	3-6 meses	1-2 años	Permanente
▶ Calvicie con patrón masculino ( <i>pérdida de cabello en las sienes y la corona; altamente dependiente de la edad y herencia</i> )	+ de 12 meses	Variable	Permanente
▶ Aumento de masa y fuerza musculares ( <i>depende de la cantidad de ejercicio</i> )	6-12 meses	2-5 años	Reversible
▶ Cese de los períodos menstruales	2-6 meses	N/A	Reversible
▶ Redistribución de la grasa corporal ( <i>disminución en las nalgas/caderas/muslos; aumento en el abdomen</i> )	3-6 meses	2-5 años	Reversible
▶ Piel oleosa/Acné ( <i>puede ser severo</i> )	1-6 meses	1-2 años	Reversible
▶ Atrofia vaginal ( <i>secado</i> )	3-6 meses	1-2 años	Reversible
▶ Aumento de la libido ( <i>deseo sexual</i> )	Variable	Variable	Reversible

A continuación, proporcionamos un cronograma de los cambios que se producen cuando se recibe **estrógeno**.

EFEECTO	INICIO PREVISTO	EFEECTO MÁXIMO PREVISTO	REVERSIBLE O PERMANENTE
▶ Agrandamiento de los 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
▶ Disminución 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 ( <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 MENTAL Y APOYO DE PARES

Nuestro personal de competentes proveedores de 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. Para la admisión en cualquiera de los servicios de Salud Mental y Apoyo de Pares es necesario pasar por una consulta inicial.

## Psicoterapia individual y grupal

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

## Grupo Espectro trans

Este grupo de psicoterapia 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. Para la admisión es necesario pasar por una consulta inicial.

## 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. A los jóvenes que buscan hormonas o cirugía de afirmación de género se les realizará una evaluación llevada a cabo por un proveedor de salud mental. Esta evaluación podría incluir un mínimo de 3 a 6 sesiones, así como la recomendación de continuar con terapia o un referido para psiquiatría. También proporcionamos atención de salud mental gratuita, y competente para trabajar en temas de trauma con jóvenes que han sido víctimas o testigos de un delito. La terapia considera diversas técnicas que incluyen arte, música y caja de arena. Para conocer más sobre Salud Mental para Jóvenes, llame al ☎ **202.207.2361**.

## Apoyo de Pares:

El Programa de Apoyo de Pares ofrece apoyo de voluntarios con experiencias de vida similares a la suya. Los Pares voluntarios no son profesionales licenciados en Salud Mental, pero han asistido a un entrenamiento obligatorio realizado por el equipo de Whitman-Walker y cuentan con las destrezas necesarias para proporcionar un entorno seguro y compasivo centrado en ayudarlo a sentirse con menos soledad, validar sus sentimientos y tomar pasos para alcanzar sus objetivos. No necesita ser paciente médico para beneficiarse con el Programa de 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](mailto:peersupport@whitman-walker.org). Para la admisión en el Programa es necesario pasar por una evaluación inicial.

## Apoyo de pares individual

El voluntario se reúne individualmente con pares en sesiones de 40 minutos, una vez a la semana, por 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 contamos con una lista de proveedores externos de salud mental que son competentes en temas trans. La cobertura de los seguros de salud 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, 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 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 los 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 anticipación para reservar un lugar:

☎ **202.939.7627** | ✉ [lhicks@whitman-walker.org](mailto:lhicks@whitman-walker.org) o  
☎ **202.939.7630** | ✉ [lsuarez@whitman-walker.org](mailto:lsuarez@whitman-walker.org) para hispano-hablantes. 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 apelar 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.

## Reclamos por discriminación

Si su empleador, proveedor de atención médica, escuela u otro proveedor de servicio disponible al público (incluidos hospitales, bares, restaurantes, tiendas, etc.) le 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](mailto: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 lxs 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 lxs 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 integrar las opciones que le permitan cubrir los costos de bolsillo. Los Navegadores asisten a todxs lxs pacientes a acceder a nuestra escala móvil de tarifas, y con la elegibilidad para Ryan White si la persona es VIH positív.

Los Navegadores también pueden ayudar a lxs pacientes con programas de asistencia para medicamentos ofrecidos por las empresas farmacéuticas. Los Navegadores ayudan a lxs 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**

# ¿PREGUNTAS SOBRE CIRUGÍAS?



Si está considerando la cirugía como parte de su proceso de afirmación de género, aquí encontrará algunas preguntas y respuestas que pueden resultarle útiles.

## ¿El seguro pagará por mi cirugía?

**Tal vez;** depende del tipo de seguro que tenga.

**DC Medicaid** tiene una política inclusiva, pero aún así algunas cirugías han sido denegadas. Si recibe una denegación, comuníquese con Servicios Legales de Whitman-Walker.

**Maryland Medicaid** debería cubrir los servicios de afirmación 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 los servicios de afirmación de género, pero por favor pídale a su compañía de seguro los “Beneficios de cobertura de su plan de salud” y busque la política respectiva acerca de los servicios de afirmación de género. La política 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 anticipar 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 cobertura, llame al **202.745.6151** y hable con uno de nuestros Navegadores de Beneficios y Servicios Públicos.

## ¿Necesitaré autorización previa de mi compañía de seguros?

**Sí,** en la mayoría de los casos.

Prácticamente todos los planes de seguro requieren una autorización previa también denominada “PA” o “pre-autorización”, antes de la cirugía. La autorización previa permite que las compañías de seguros confirmen que su cirugía es médicamente necesaria y garantiza el pago a los cirujanos. Para este proceso, las aseguradoras dependen de la documentación del consultorio de su cirujano, incluyendo 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 está dispuesto a enviar su reclamo posquirúrgico a Medicare. Si no está dispuesto o le pide 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 de su bolsillo el valor de la cirugía. Después de la cirugía, el cirujano podría estar dispuesto a proporcionar documentación para que usted presente un reclamo para reembolso a su proveedor de seguros. Pregunte a su plan de seguro sobre sus deducibles, copagos, tasas de reembolso y cómo manejan los reclamos de reembolso ya que podrían no reembolsarle el total sino solo una parte. Si le niegan el reclamo de reembolso, 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 afirmación de género médicamente necesarios. Esta lista cambia constantemente a medida que cambian los médicos y la reglas de cobertura.

Usted y su cirujano trabajarán juntos en gestionar el reclamo del seguro, y uno de ustedes enviará toda la documentación de respaldo a la compañía de seguros. Whitman-Walker no se ocupa de reclamos de seguro por cirugías, pero nuestro equipo de Servicios Legales puede ayudar si su reclamo es denegado.

# ¿PREGUNTAS SOBRE CIRUGÍAS?



## ¿Cómo comienzo mi proceso de cirugía?

**Tómese el tiempo necesario.**

Considere sus objetivos a largo plazo, sus resultados ideales y revise sus opciones. Existen diferentes técnicas para diferentes cirugías. Recomendamos que investigue un poco para estar más informadx cuando se reúna con su cirujano. Existe mucha información en internet respecto a los distintos cirujanos y sus resultados quirúrgico que usted puede revisar.

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, usted tendrá que esperar hasta su consulta para ver fotos de antes y después 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 Servicios Trans le brindará los nombres de los cirujanos locales. Le instamos a que pida recomendaciones a sus amigos y redes, busque en internet quiénes aceptan su seguro, y siéntase libre para pedir más información al consultorio del cirujano. ¡Usted puede hacerlo!

## ¿Cuánto tiempo puede llevar este proceso?

**Planee dedicarle varios meses.**

Completar el proceso para 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 cirujanos en el área que aceptan Medicaid programan una primera 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 primera consulta.

## ¿Qué más necesito tener en cuenta?

**Piense acerca de los pasos que debe tomar para estar listx física, mental y financieramente para la cirugía.**

Algunos procedimientos requieren estar preparados físicamente. La mayoría de los cirujanos con los que trabaja Whitman-Walker confían más en sus resultados si:

- ▶ Su Índice de Masa Corporal (IMC) está por debajo de 30 para una vaginoplastia o una faloplastia
- ▶ Se ha realizado depilación permanente para la vaginoplastia y, a veces, para la faloplastia
- ▶ En caso de tener afecciones crónicas (como VIH, diabetes, hepatitis u otras), éstas están bien controladas.
- ▶ Sus resultados de laboratorio previos a la cirugía 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 médico 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 y seguimiento lejos de su comunidad local, amigos y/o familiares. Esto podría tener impacto en su planificación.
- ▶ ¡Su seguro podría no cubrirlo todo! Ahorre dinero, dentro de lo posible, para cualquier costo adicional o imprevisto. No tema pedirle al cirujano estimaciones de gastos que deberá pagar de su 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 Nuestros Servicios para Pacientes Transgénero de Whitman-Walker. ¡Asegúrese de tener toda la información que necesita para sentirse preparadx para lo que viene!!

## Manténgase informadx acerca de la atención de afirmación de género a través de estos sitios web:

- ▶ **Asociación Profesional Mundial para la Salud del Transgénero (WPATH)**  
[www.wpath.org](http://www.wpath.org)
- ▶ **Centro de Excelencia para la Salud del Transgénero de la UCSF** - Directrices para la atención primaria y de afirmación de género de personas transgénero y no binarias.  
[www.transhealth.ucsf.edu/protocols](http://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](http://www.transequality.org/issues/health-hiv)
- ▶ Muchos cirujanos tienen sitios web con más información sobre procedimientos específicos, testimonios 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. Para poder hacer esto, usted debe tener una cuenta de Yahoo.

# PREGUNTAS PARA EL CIRUJANO



Si está considerando cirugía o tiene interés en una consulta quirúrgica, hemos recopilado preguntas que usted puede querer hacer:

- ▶ ¿Necesitaré un examen pre-operatorio de mi proveedor médico antes de mi cirugía?
- ▶ Si es así, es MUY IMPORTANTE que el cirujano le entregue al proveedor médico lo siguiente:
  - ↳ Diagnóstico quirúrgico.
  - ↳ Nombre y código CPT del procedimiento planeado.
  - ↳ Qué exámenes son necesarios o requeridos como parte del examen pre-operatorio (EKG, radiografía de tórax, análisis de laboratorio, etc.)
  - ↳ La fecha de la cirugía y el tipo de anestesia que será usada.
  - ↳ Número de fax para enviar los resultados de los exámenes y número de teléfono para llamar si surgen dudas.
- ▶ ¿Me puede contar sobre su experiencia con este tipo de cirugía?
- ▶ ¿Cómo se realizará la cirugía?
- ▶ ¿Realiza usted esta cirugía regularmente?
- ▶ ¿Cuál es la tasa de éxito, y qué tan seguido sus pacientes experimentan algún problema?
- ▶ ¿Cuáles son los riesgos, beneficios, y posibles complicaciones de esta cirugía?
- ▶ ¿Esto ha sido pre-autorizado por mi seguro de salud?
- ▶ ¿Qué otras cartas, registros médicos, resultados de laboratorio, o documentos usted necesita de mí?
- ▶ Si es necesario – ¿Dónde debiera hacerme los exámenes de laboratorio (sangre)?
- ▶ ¿Necesitaré medicamentos – antibióticos, remedios para el dolor?
- ▶ ¿Existen opciones para el manejo del dolor no narcóticas?
- ▶ (Si usted fuma) ¿Cuántas semanas antes de la cirugía debo dejar de fumar?
- ▶ ¿Tendré que parar de tomar aquellos medicamentos (incluyendo hormonas) que estoy actualmente tomando antes de la cirugía?
- ▶ ¿Cuándo debiera dejar de tomarlos y cuándo debería reanudarlos?
- ▶ ¿Debo tomar alguno de mis medicamentos el día de la cirugía?
- ▶ ¿Cuándo debo dejar de comer y beber líquidos?
- ▶ ¿Qué puedo esperar de mi recuperación, en términos de tratamiento, medicación, dieta?
- ▶ ¿Necesitaré tener a alguien que me asista en mi casa después de la cirugía?  
¿Por cuánto tiempo?
- ▶ (Si está trabajando) ¿Cuánto tiempo debiera estar sin trabajar?
- ▶ ¿Cuándo podré retomar mis actividades regulares (manejar, cargar peso, hacer ejercicio, etc.)?
- ▶ ¿Cómo puedo contactarlo si tengo más preguntas?



Achim

# PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LOS SERVICIOS DE AFIRMACIÓN DE GÉNERO



## ¿Cómo será mi primera visita para acceder a servicios de afirmación 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 proceso de afirmación de género — durante o después de su segunda visita médica.

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

Asistir a terapia de salud mental no es un requisito absoluto para recibir hormonas. Muchos pacientes de Whitman-Walker no necesitan o no solicitan estos servicios. Es importante tener en cuenta que antecedentes previos de este tipo de problemas o consumo de sustancias no significa que necesariamente usted será referidx a estos servicios. Sin embargo, su equipo médico evaluará su estabilidad actual y si existe algún riesgo de recaída. Basado en esta evaluación, su médico podría considerar que usted requiere una consulta con salud mental. Juntos, usted y su médico hablarán acerca de la razón para esa una consulta y cualquier inquietud específica acerca de las hormonas. Estas inquietudes serán compartidas con el Especialista en Salud Mental, para que la consulta garantice un servicio coordinado y que 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 referidos Whitman-Walker?

Whitman-Walker ofrece referidos para los siguientes procedimientos relacionados con la disforia de género: cirugías de reconstrucción de senos, incluyendo aumento mamario y mastectomía/masculinización de pecho; procedimientos de feminización facial, incluyendo rasurado traqueal, rinoplastia, lifting mandibular y caída de frente; histerectomía; faloplastia; metoidioplastia; vaginoplastia; orquiectomía. Whitman-Walker no ofrece referidos para contorneado corporal.

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

Una vez que tuvo su cita con su proveedor médico para examinar los análisis de laboratorio recientes y conversar sobre un referido para cirugía, se le pondrá en contacto con un Navegador de Servicios Trans. A través de una llamada telefónica, el Navegador de Servicios Trans coordinará y le explicará el proceso de referido, escuchará sus preguntas, programará visitas con un Especialista en Salud Mental para recabar información para su carta de apoyo, y le mantendrá actualizadx sobre el proceso hasta que llegue el momento de programar una consulta con el cirujano. Usted no será referidx 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 de cuánta información un Especialista en Salud Mental podría necesitar para escribir las cartas.

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

Para cirugías arriba de la cintura, se reunirá con un Especialista en Salud Mental por un mínimo de dos sesiones. Para cirugías abajo de la cintura, se reunirá por un mínimo de cuatro sesiones, lo que incluye tres sesiones con un Especialista en Salud Mental 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 cirugías de afirmación de género.

# PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LOS SERVICIOS DE AFIRMACIÓN DE GÉNERO



## ¿Cuántas cartas necesito para la cirugía?

Cualquier cirugía arriba de la cintura, o arriba de los genitales, requerirá una carta de un profesional clínico de Salud Mental y una carta de su proveedor médico. Cualquier cirugía abajo de la cintura requerirá una carta firmada conjuntamente por dos profesionales clínicos de Salud Mental independientes y una carta de su proveedor médico.

## ¿Qué sucede si mi cirugía es denegada?

Si su cirugía es denegada, nuestro Navegador de Servicios Trans hablará con usted sobre apelar la denegación con nuestro equipo de Servicios Legales. El Navegador de Servicios Trans necesitará su consentimiento para contactarle con ese departamento. Una vez contactadx con Servicios Legales, usted podrá entender mejor su situación con respecto a la denegación de la cirugía, la forma en que se apelará con el apoyo de Whitman-Walker, y se le informará 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 referidos, e instamos a todxs a que busquen información sobre cirujanos en el área. Para las personas con planes DC Medicaid, tenemos una lista más restringida de cirujanos en sistemas hospitalarios locales. No tenemos una red de referidos formal con ningún sistema hospitalario o cirujano de práctica privada en especial.

## Tengo menos de 18 años de edad. ¿Puedo obtener atención de afirmación de género 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 médico 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 listx para comenzar a recibir hormonas, será referidx para una evaluación de salud mental. Esta evaluación podría incluir un mínimo de 3-6 a sesiones, así como la recomendación de continuar con terapia, o un referido para psiquiatría. También proporcionamos terapia individual y grupal, y atención de salud mental gratuita, y competente para trabajar en temas de trauma con 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 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 Salud Mental para Jóvenes, llame al **202.207.2361**.

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

Vea nuestra lista de grupos de apoyo de Afirmación 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](http://whitman-walker.org).

Para obtener más información, o si tiene preguntas sobre algo en esta guía, comuníquese con el **202.797.4457** or [transhealth@whitman-walker.org](mailto:transhealth@whitman-walker.org).



**Valerie + Olivia + Evie**

# DIRECCIONES DE WHITMAN-WALKER



Visite [www.whitman-walker.org](http://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



**WeWork Manhattan Laundry**  
1342 Florida Ave., NW  
Washington, DC 20009

Servicios Legales y Servicios de Navegación de Beneficios Públicos y Seguros están disponibles en esta dirección.



Estación de Metro U Street-Cardozo  
Accesible con metro bus

## LÍNEA PARA CITAS

¿Necesita una cita? Llame al **202.745.7000**  
envíe un email a [appointments@whitman-walker.org](mailto:appointments@whitman-walker.org)

Le 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 WHH).

## 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](http://www.whitman-walker.org), nuestra página de Facebook ([www.facebook.com/whitmanwalker](http://www.facebook.com/whitmanwalker)), o Twitter (@whitmanwalker). Si el gobierno federal empieza 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](http://www.whitman-walker.org)

**SERVICIOS MÉDICOS Y DENTALES | FARMACIA | SERVICIOS DE AFIRMACIÓN DE GÉNERO**  
**SERVICIOS LEGALES | PRUEBAS DE VIH/ITS | SERVICIOS PARA JÓVENES**  
**SERVICIOS DE SALUD MENTAL Y PARA ADICCIONES | INVESTIGACIÓN**

**CONÉCTATE CON NOSOTROS**



@whitmanwalker