CONOZCA SUS DERECHOS

Cómo prepararse para su audiencia del Seguro Social

1 Revise su expediente del Seguro Social

El Seguro Social debe enviarle un CD o un correo electrónico con un archivo protegido con contraseña que contenga todos los registros médicos y relacionados con la discapacidad que consten en su expediente. Si no ha recibido los archivos para la fecha fijada para su audiencia, llame a la Oficina de Adjudicación de Discapacidad y solicítelos: 1-800-772-1213

2 Solicite los registros médicos actualizados

Es posible que la Oficina de Operaciones de Audiencias (OHO, en inglés) del Seguro Social no tenga sus registros médicos recientes, especialmente en lo que respecta al tratamiento que recibió después de solicitar su audiencia. Por lo tanto, debe solicitarlos a cualquier médico, terapeuta, trabajador social u hospital que haya visitado recientemente. Esto incluye cualquier visita a la sala de emergencias. Si no ha recibido ningún tratamiento médico reciente antes de la fecha de su audiencia, explique al juez del Seguro Social el motivo y pídale que ordene que le realicen un examen médico del Seguro Social (también llamado "examen médico consultivo").

3 Entregue los registros médicos a la OHO al menos 5 días hábiles antes de la audiencia

Haga una copia de todos los registros para usted y luego envíelos o entréguelos en persona a la OHO. La OHO debe recibir todos los registros al menos 5 días hábiles antes de la audiencia. Si no puede obtener los registros a tiempo, deberá notificar al juez al menos 5 días antes de la audiencia para explicar que intentó obtener los registros importantes pero no lo consiguió. Puede pedirle ayuda al juez para obtener los registros antes o durante la audiencia, pero el juez puede denegar su solicitud.

4 Prepárese para hablar sobre sus afecciones físicas o mentales

El juez le preguntará sobre su estado físico y mental. Debe estar preparado para hablar sobre la frecuencia y la gravedad con que le afectan sus problemas de salud. ¿Los síntomas se presentan cada hora, a diario o semanalmente? ¿Qué tan intenso es el dolor físico o mental que experimenta? ¿Cómo afectan estos problemas de salud a su capacidad para trabajar?

Deberá dar ejemplos específicos. Por ejemplo, ¿es probable que falte al trabajo debido a síntomas o citas médicas? Si padece depresión, podría explicar cómo le dificulta concentrarse, interactuar con los demás o cuidarse a sí mismo.

Es probable que el juez le pregunte sobre las actividades que puede realizar, como por ejemplo si puede ir de compras al supermercado, usar el transporte público o cuidar de mascotas. Si usted es capaz de hacer estas cosas, ¿necesita ayuda, le lleva más tiempo que a otras personas, o estas actividades empeoran tus síntomas? Por ejemplo, si lava su propia ropa o cocina sus propias comidas, ¿cuánto tiempo le lleva y cómo se siente después? ¿Experimenta más síntomas después de terminar ciertas tareas? Este es el tipo de cosas que querrá decirle al juez.

5 Prepárese para explicar por qué podría no estar tomando la medicación que le recetó su médico o cualquier antecedente o consumo actual de sustancias.

Si le recetan un medicamento pero no lo toma, ¿por qué no lo toma? ¿Experimenta efectos secundarios graves? ¿Los medicamentos le ayudan con sus problemas o los empeoran? Todos estos son aspectos importantes que debe compartir con el juez, especialmente si le preguntan si no está siguiendo un régimen de medicación.

El juez podría preguntarle sobre el consumo de sustancias, por ejemplo, si tiene antecedentes de consumo o si actualmente consume drogas sin receta o alcohol. En su respuesta, debe estar preparado para proporcionar el contexto necesario para que el juez tenga una visión completa de la situación. Por ejemplo, ¿ha tenido algún período de sobriedad? Si es así, ¿cómo fueron sus síntomas físicos o mentales durante ese tiempo?

Según las normas del Seguro Social, si su discapacidad mejorara hasta el punto de poder trabajar si dejara de consumir alcohol o drogas, entonces no se considera que tenga una discapacidad. Sin embargo, si su discapacidad continuaría incluso si dejara de consumir sustancias, o si es demasiado difícil determinarlo porque su discapacidad y el consumo de sustancias están interrelacionados, entonces aún podría considerarse que tiene una discapacidad.

Actualizado en septiembre de 2026