

Cómo aprovechar al máximo los chequeos de salud de su hijo

De 3 a 5 años



Excelentes sitios web para visitar

www.helpmegrowMN.org
www.healthychildren.org
www.cdc.gov/actearly

Obtenga ayuda para encontrar una clínica o para pedir una cita:

Llame al personal de Chequeos de Salud para Niños y Adolescentes de su plan de salud, su condado local o su tribu para:

- Consultar sobre seguro médico o Asistencia Médica (MA)
- Obtener ayuda para encontrar una clínica, un médico o un dentista
- Obtener un traslado a la clínica
- Obtener un intérprete para el chequeo



Departamento de Salud de Minnesota
(Minnesota Department of Health)
Departamento de Servicios Humanos
de Minnesota (Minnesota Department of
Human Services)



Para obtener esta información en formatos accesibles o asistencia con mayor acceso igualitario a servicios humanos, escriba a dhs.childteencheckups@state.mn.us, llame al 651-431-5655 o use su servicio preferido de retransmisión. ADA1 (2-18)



Explorar y aprender

Los preescolares sienten curiosidad por todo lo que ven y oyen. La fantasía y el juego son parte de su aprendizaje y crecimiento.

Los chequeos **cada año** contribuyen a la salud del cerebro y el cuerpo de su hijo y lo ayudan a prepararse para la escuela.

Estas visitas también ayudan a la madre, el padre o la persona a cargo del cuidado.

¿Qué puede esperar en cada chequeo?

- Una oportunidad para hacer sus preguntas
- Información confiable sobre alimentos saludables, el hábito de dormir, el comportamiento y la seguridad
- Un control de la manera en que su hijo crece, aprende, se desarrolla y se siente
- Chequeos de la estatura, el peso y la presión sanguínea
- Un examen de pies a cabeza



- Vacunas y un análisis de sangre si fuera necesario
- Chequeos de la audición y la vista
- Tratamiento con barniz de flúor para tener dientes sanos
- Una remisión a un dentista
- Remisiones o ayuda para atender necesidades familiares, como:
 - Alimentos, vivienda y servicios públicos
 - Recursos monetarios o de trabajo
 - Cuidado de menores
 - Ayuda con relaciones sanas, por salud mental o consumo de sustancias

¿Qué sigue después?

Llame hoy mismo a la clínica de su hijo y pida una cita para un Chequeo de Salud para Niños y Adolescentes (un examen de bienestar infantil)

A esta edad, su seguro cubre un chequeo cada año como mínimo.

Su médico o enfermero puede firmar los formularios para la atención de su hijo u otras cosas que usted necesite.

¿Qué desea obtener de esta visita?

Piense en lo que desea hablar con el médico o enfermero de su hijo:

- La manera en que su hijo aprende: al hablar, leer, jugar con otros y prepararse para la escuela
- Ayudar a su hijo a comprender y controlar sus sentimientos
- Llevarse bien con los demás
- Rutinas del preescolar: uso del baño, dormir y comer
- Tiempo para la familia: salir, comer juntos y divertirse
- Seguridad: en la casa, junto al agua, al aire libre, etc.
- El cuidado de usted misma: el bienestar de los padres
- Todo otro asunto importante para usted

