

Cómo aprovechar al máximo los chequeos de salud de su hijo
De 6 a 10 años



Excelentes sitios web para visitar

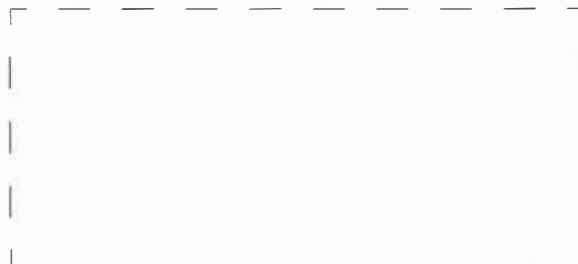
www.healthychildren.org

www.kidshealth.org

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)

Un mundo de familia, amigos y actividades

Su hijo en edad escolar tiene nuevos intereses y hace muchas más cosas. Su hijo todavía depende de usted para que lo ayude a crecer sano.

Los chequeos **anuales** contribuyen a la salud del cerebro y el cuerpo de su hijo. Estos chequeos también son útiles para usted, para que obtenga lo necesario como madre, padre o 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, si son necesarias
- Chequeos de la audición y la vista
- 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.

El médico o enfermero puede firmar los formularios para la escuela, el campamento, deportes u otras cosas.

¿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: conversando juntos, leyendo e intentando hacer cosas nuevas cada día
- Ayudar a su hijo a comprender y controlar sus sentimientos
- Llevarse bien con los demás en la casa y la escuela
- Rutinas diarias: comer, dormir, tiempo frente a una pantalla, escuela y actividad física
- Tiempo para la familia: salir, comer juntos, hacer tareas y divertirse
- Seguridad: en la casa, en la comunidad, junto al agua, al aire libre, etc.
- El cuidado de usted misma: el bienestar de los padres
- Todo otro asunto importante para usted