

La visita de control del niño:

Por qué ir y qué esperar



Los controles periódicos son una forma importante de llevar un registro de la salud de su hijo y de su desarrollo físico, emocional y social. Estas visitas son importantes para TODOS los niños, incluidos los niños y jóvenes con necesidades de salud especiales que pudieran estar bajo el cuidado de especialistas. Sus conversaciones pueden ir desde compartir sus éxitos e hitos alcanzados hasta preocupaciones en general sobre desarrollo infantil y desafíos en las rutinas diarias. Piense en estas visitas como su posibilidad de aprender tanto como pueda sobre las mejores maneras de ayudar a su hijo a crecer. Al concentrarse en el crecimiento y el aprendizaje de su hijo, tanto usted como su profesional de atención médica se aseguran de que el niño se esté desarrollando según lo esperado. Su familia y el profesional de atención médica forman una sociedad basada en el respeto, la confianza, la comunicación honesta y la comprensión de la cultura y las tradiciones de su familia.

Cómo prepararse para la visita de control del niño

Para aprovechar al máximo su tiempo con el equipo de atención médica durante la visita, tome algunas medidas simples para prepararse. Por ejemplo:

- 1 Anote lo que haya observado respecto a la salud y el desarrollo de su hijo. Incluya todos los cambios en la conducta o en las rutinas familiares.
- 2 Haga una lista de preguntas. Tendrá tiempo para plantearlas durante la visita. Si tiene muchas preguntas, haga primero las más importantes y planifique otra ocasión para tener un debate más prolongado. El planificador de las visitas de control (vea el enlace a continuación) es una herramienta en línea que puede ayudarlo a identificar preguntas e inquietudes para plantear a su profesional de atención médica. Anime a su adolescente a hacer preguntas sobre su propia salud.
- 3 Reúna información que pueda ser útil para su profesional de atención médica. Comparta información de la escuela (como p. ej. el programa de educación individualizada) o de la guardería para ayudar al profesional de atención médica a saber más sobre su hijo.

Qué esperar durante la visita

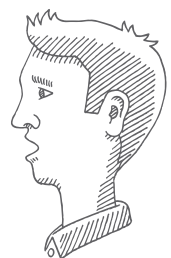
Una visita de control del niño es una posibilidad de obtener actualizaciones regulares sobre la salud y el desarrollo de su hijo. Su equipo de atención médica tomará medidas, llevará a cabo un examen de pies a cabeza, actualizará las vacunas y le ofrecerá la posibilidad de hablar con su profesional de atención médica. Su visita de control incluye 4 actividades específicas:

- 1 Determinar si su hijo tiene algún problema de salud.
- 2 Ofrecer formas de evitar que su hijo desarrolle problemas de salud.
- 3 Brindar apoyo a la salud y el bienestar de su hijo en general.
- 4 Hablar sobre la información de salud y ofrecer consejos.

Al concentrarse en cada actividad, su profesional de la atención médica le ofrece herramientas e información que puede usar para respaldar el desarrollo de su hijo.

¿De qué hablará usted?

- ⇒ El crecimiento y el desarrollo de su hijo
- ⇒ Los momentos que le dieron orgullo
- ⇒ La salud de su familia
- ⇒ Su vida cotidiana
- ⇒ Sus desafíos
- ⇒ El consejo de su profesional de atención médica



American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

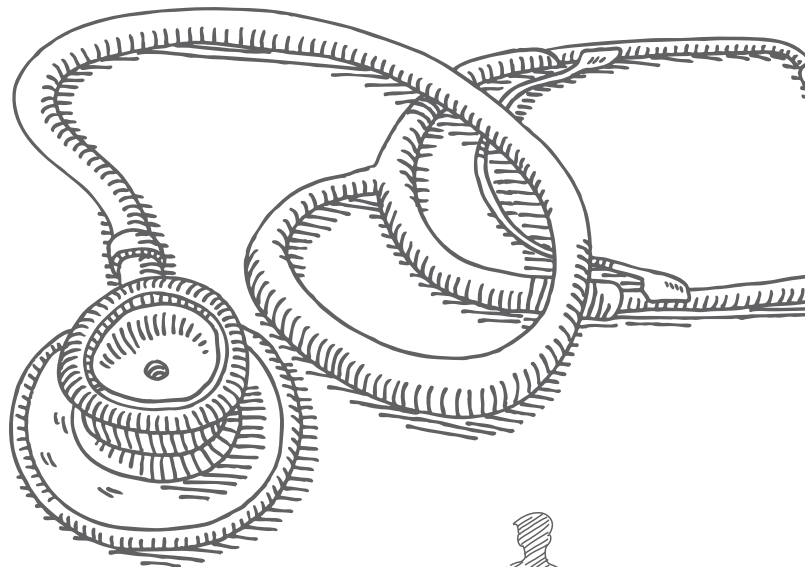


La visita de **control del niño**: Por qué ir y qué esperar

Qué ocurre después de terminada la visita

Dependiendo de la edad de su hijo, tendrá que asistir a visitas de control cada varias semanas, meses o una vez al año (consulte el enlace del programa para las visitas de control del niño de la AAP que se incluye a continuación). Para ayudarlo a elaborar un plan cuando llegue a casa, haga una lista de "cosas para hacer" durante la visita. Incluya en la lista tareas que pueda incorporar con facilidad en su vida, como "tener bocadillos saludables en la casa" o "apagar el televisor o la computadora una hora antes de la hora de acostarse". Incluya también tareas de las que tendrá que hacer un seguimiento, como "programar una cita con el especialista" o "hablar con las maestras sobre servicios de educación especial". Hable con su equipo de atención médica sobre cada tarea de su lista de "cosas para hacer" para así saber exactamente qué hacer y cuándo hacerlo.

La visita de control no es la única ocasión en la que puede hablar con su equipo de atención médica. Si surgieran preguntas después de terminada la visita, llame al consultorio y plantéelas al equipo para que se las respondan. O si hiciera el seguimiento de una tarea de la que se habló durante la visita de control del niño, llame a la oficina para poner al día al equipo. Mantenga actualizado al equipo de atención médica; eso ayudará a aprovechar al máximo su siguiente visita de control.



Nota especial para los padres de adolescentes

La visita de control pediátrico tiene un significado especial para los adolescentes. Es una posibilidad para que empiecen a hacerse responsables de su propia salud y su bienestar. Al asegurarse de que los adolescentes sigan los mismos pasos y asistan periódicamente a estas visitas anuales, está preparándoles el terreno para la vida independiente. Típicamente, los adolescentes pueden esperar tener tiempo a solas con su profesional de atención médica. Los adolescentes deben prepararse para las visitas para poder mantener conversaciones con su equipo de atención médica y, posteriormente, hacer un seguimiento de las tareas para promover su bienestar en general. A medida que los adolescentes practican estas destrezas, aprenden a promover su propia salud para toda la vida. Además, usted seguirá apoyándolos a través del fomento de hábitos saludables en casa, como el consumo de alimentos nutritivos, el buen sueño por las noches y la atención del bienestar emocional.



American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



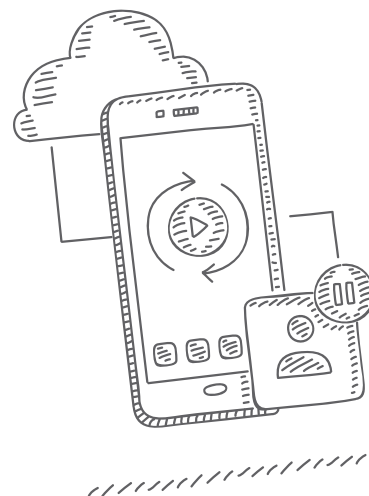
La visita de **control del niño**: Por qué ir y qué esperar

Recursos

De [HealthyChildren.org/es](https://www.healthychildren.org/es)

- El programa para las visitas de control del niño sano de la AAP: <https://www.healthychildren.org/spanish/family-life/health-management/paginas/well-child-care-a-check-up-for-success.aspx>
- Calendarios de vacunación recomendados: <https://www.healthychildren.org/spanish/safety-prevention/immunizations/Paginas/Recommended-Immunization-Schedules.aspx>
- Los hitos del desarrollo son importantes: 10 logros que podemos esperar a los 5 años: <https://www.healthychildren.org/spanish/family-life/health-management/Paginas/Milestones-Matter.aspx>
- Antes del regreso a la escuela no olvide hacer una cita con el médico: <https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/gradeschool/school/paginas/Back-to-School-Back-to-the-Doctor.aspx>
- Próxima parada, la edad adulta: consejos para los padres: <https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/teen/Paginas/Next-Stop-Adulthood-Tips-For-Parents.aspx>

Well-Visit Planner: <https://www.wellvisitplanner.org/>



Comuníquese con nosotros por correo electrónico o por teléfono: brightfutures@aap.org | 630/626-6783

El contenido de esta hoja de consejos fue adaptado de *Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents*, 4.ª edición. Última actualización: Abril de 2019

Descargado de: <http://brightfutures.aap.org>

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



La información incluida en esta hoja informativa no debe reemplazar la atención médica ni el consejo de su pediatra. Puede que haya variaciones en el tratamiento que le recomiende su pediatra basándose en los hechos y circunstancias individuales. Los sitios web, las marcas, los productos y los fabricantes se mencionan solo a efectos informativos y de identificación y su mención no implica el respaldo de la American Academy of Pediatrics (AAP). La AAP no se responsabiliza por el contenido de los recursos externos. Al momento de la publicación, la información estaba vigente. La AAP no revisa ni respalda ninguna modificación realizada en este formulario y en ningún caso será la AAP responsable de dichos cambios.

Translation of *The Well-Child Visit: Why Go and What to Expect*

© 2019 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados.

HRSA

Este programa cuenta con el respaldo de la Health Resources and Services Administration (HRSA) del U.S. Department of Health and Human Services, HHS (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.) como parte de un subsidio de 5 millones de dólares y un 10 % financiado con recursos no gubernamentales. Los contenidos pertenecen a los autores y no necesariamente representan la visión oficial ni el respaldo de la HRSA, de los HHS ni del gobierno de los EE. UU. Para obtener más información, visite www.hrsa.gov.