

VISITAS DE NIÑO SANO

Los primeros 30 meses de su bebé

Recursos de San Francisco Health Plan

Línea de Asesoría de Enfermeras
1(877) 977-3397

Telesalud 24/7 con Teladoc®
1(800) 835-2362

Servicio al Cliente de SFHP
1(415) 547-7800

sfhp.org



**San Francisco
Health Plan**

El nombre de mi bebé

Nombre y número del proveedor

Nombre del consultorio/dirección



Foto de su bebé aquí

El desarrollo de su hijo en los primeros 30 meses

La forma en que su bebé juega, aprende, habla, actúa y se mueve es una señal importante de cómo está creciendo. Use esta tabla para comprobar algunos signos de que su bebé está creciendo como se esperaba y qué esperar a continuación (también conocido como Hitos del desarrollo).

Hable con su PCP* si tiene alguna pregunta o inquietud.

*Un proveedor de atención primaria es el médico, enfermero profesional o asistente médico que está a cargo de su atención médica.

Nacimiento

- Puede notar su voz
- Gira la cabeza hacia el pecho o el biberón

1 MES

- Comienza a sonreír
- Sostiene la cabeza hacia arriba cuando está boca abajo

2 MESES

- Gira la cabeza hacia los sonidos
- Mueve los brazos y las piernas

4 MESES

- Produce sonidos cuando usted habla con él o ella
- Se lleva las manos a la boca

6 MONTHS

- Ríe y da chillidos
- Rueda del estómago a la espalda
- Se pone cosas en la boca para explorar

Cómo prepararse para una visita de niño sano

Una visita de niño sano es cuando un proveedor de atención primaria (PCP) verifica el crecimiento y desarrollo de su bebé. Esta es también una visita en la que su hijo recibirá vacunas para mantenerlo saludable.



Escriba 3–5 preguntas para hacerle a su PCP

Este es un buen momento para preguntar a su PCP cualquier pregunta sobre la salud de su hijo. Algunos ejemplos:

- ¿Está mi hijo al día con todas las vacunas?
- ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a comer saludable?
- ¿Cómo puedo asegurarme de que mi hijo esté haciendo suficiente actividad física?

Si tiene preguntas, hágaselas a su PCP.

Puede obtener visitas de niño sano sin costo, imás una tarjeta de regalo de \$50!

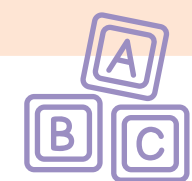
Puede obtener una tarjeta de regalo si va 6 veces o más a Visitas del niño sano en los primeros 15 meses de vida de su hijo. Después de 6 visitas, automáticamente recibe la tarjeta de regalo en el correo.



Visite sfhp.org/es/rewards para obtener más información.

15 MESES

- Aplauda cuando está emocionado
- Señala para pedir algo o para obtener ayuda



· Utiliza los dedos para alimentarse con alimentos

1 AÑO 12 MESES

- Juega a juegos con usted
- Puede saludar con “adiós” o entiende el “no”



· Agarra alimentos pequeños, como cereales, con el pulgar y el primer dedo



9 MONTHS

- Juega peek-a-boo
- Golpea dos cosas
- Se sienta solo



18 MESES

- Mira con usted algunas páginas de un libro
- Juega con juguetes de una manera fácil, como empujar un coche de juguete

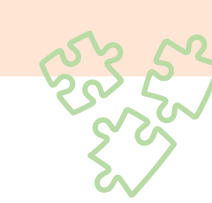


· Camina sin aferrarse a una persona o cosa



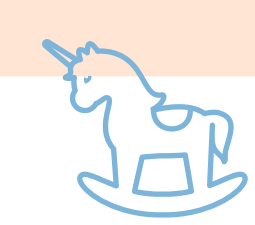
2 AÑOS 24 MESES

- Dice al menos dos palabras juntas, como “más leche”
- Intenta utilizar interruptores, mandos o botones de un juguete
- Come con una cuchara



30 MESES

- Juega junto a otros niños y algunas veces juega con ellos
- Menciona cosas en un libro cuando señala y pregunta: “¿Qué es esto?”



· Se quita algo de ropa solo, como pantalones holgados o una chaqueta abierta

Lleve un registro de sus visitas de niño sano



Es importante que su hijo se haga exámenes de rutina y reciba vacunas. Las vacunas mantienen a su bebé sano y previenen enfermedades. Hable con su PCP acerca del número de dosis para cada vacuna.



Un proveedor de atención primaria es el médico, enfermero profesional o asistente médico que está a cargo de su atención médica.

Recién nacidos

☐ Programar visita de niño sano
☐ HepB

Fecha

3–5 días

☐ Visita de niño sano
☐ HepB (si no se administra en el hospital o visita de recién nacidos)

Fecha

1 mes

☐ Visita de niño sano
☐ HepB

Fecha

2 meses

☐ Visita de niño sano
☐ HepB
☐ RV**

☐ DTaP
☐ Hib**
☐ PCV
☐ IPV

Fecha

4 meses

☐ Visita de niño sano
☐ RV**
☐ DTaP

☐ Hib**
☐ PCV
☐ IPV

Fecha

6 meses

☐ Visita de niño sano
☐ HepB
☐ RV**
☐ DTaP
☐ Hib**

☐ PCV
☐ IPV
☐ COVID-19**
☐ Gripe**

Fecha

9 meses

☐ Visita de niño sano
☐ Evaluación del desarrollo

Fecha

12 meses/1 año

☐ Visita de niño sano
☐ Prueba de detección de plomo en sangre
☐ (ACE) Evaluación de experiencias adversas de la infancia

☐ HepB
☐ Hib**
☐ DTaP
☐ PCV
☐ IPV
☐ COVID-19**

☐ MMR
☐ VAR
☐ HepA
☐ Gripe**

Fecha

15 meses

☐ Visita de niño sano
☐ Gripe, si no se administra antes**
☐ COVID-19**
☐ Cualquier vacuna faltante

Fecha

18 meses

☐ Visita de niño sano
☐ Evaluación del desarrollo
☐ Evaluación de detección del trastorno del espectro autista (ASD) (si hay indicios)
☐ HepA (2.ª dosis)
☐ Cualquier vacuna faltante

Fecha

24 meses/2 años

☐ Visita de niño sano
☐ Prueba de detección de plomo en sangre
☐ Prueba de detección de ASD (si hay indicios)
☐ Prueba de detección de ACE
☐ Cualquier vacuna faltante

Fecha

30 meses

☐ Visita de niño sano
☐ Evaluación del desarrollo
☐ Cualquier vacuna faltante

Fecha

**Hable con su PCP acerca de la cantidad de dosis que su hijo debe recibir.

Recursos

Lista de control de los hitos

Hitos del desarrollo de los CDC

Programa de vacunación para niños de 6 años o menos de los CDC

Medi-Cal para niños y adolescentes

Vacunas para proteger a su hijo

Si su hijo se salta una vacuna, no tiene que volver a empezar. Llame a su PCP de inmediato para programar una visita para “ponerse al día” o para hacer preguntas. Estas vacunas ayudan a reducir el riesgo de enfermedades graves de su hijo:

La vacuna para la hepatitis B (HepB) las enfermedades hepáticas relacionadas con el virus de la hepatitis B y el cáncer. *3–4 dosis*

La vacuna para el rotavirus (RV) previene la diarrea grave (heces blandas y acuosas). *2–3 dosis*

La vacuna para la difteria (DTaP) previene problemas respiratorios, espasmos musculares y tos ferina. *4 dosis*

La vacuna para la influenza hemofílica tipo B (Hib) previene la meningitis (infección cerebral), la neumonía (infección pulmonar) y la infección sanguínea. *3–4 dosis*

La vacuna contra el neumococo (PCV) previene la neumonía (infección pulmonar) y la meningitis (infección cerebral). *4 dosis*

La vacuna para la poliomielitis (IPV) previene la parálisis muscular y las discapacidades. *3 dosis*

La vacuna para el **COVID-19** previene la enfermedad del coronavirus. *2–3 dosis*
La vacuna anual contra la **influenza (gripe)** protege contra enfermedades graves causadas por la gripe (un virus respiratorio). *1–2 dosis*

La vacuna para el sarampión (MMR) previene la neumonía (infección pulmonar), la sordera y el daño cerebral.

La vacuna para la varicela (VAR) previene ampollas, infecciones de piel, daño a los nervios y la pérdida de la vista.

La vacuna para el hepatitis A (HepA) previene la fiebre, el cansancio y la diarrea (heces blandas y acuosas). *2 dosis*



El Comité Asesor sobre Prácticas de Vacunación (Advisory Committee on Immunization Practices, ACIP) de los CDC recomienda las vacunas para su hijo. El ACIP está compuesto por expertos médicos y de salud pública. Todas las vacunas recomendadas por el ACIP están cubiertas por SFHP Medi-Cal. Consulte su Manual del miembro de SFHP para obtener más información.