

Las visitas regulares al médico pueden ayudar a su hijo a mantenerse saludable.



- ✓ Si su hijo es un miembro nuevo, llévelo a ver al proveedor de atención médica para su primera visita de atención médica y la **Evaluación para mantenerse saludable** dentro de los 3 meses posteriores a la inscripción y todos los años.
- ✓ Su proveedor de atención médica puede asesorarle sobre las expectativas en las diferentes etapas de crecimiento de su hijo.

Servicios médicos preventivos para niños y adolescentes (11-19 años)

Servicios médicos	Cuándo ir al proveedor de atención médica
Visitas preventivas Antecedentes médicos y familiares Examen físico y presión arterial Vista y audición Crecimiento, desarrollo y comportamiento, con la familia, la escuela y los grupos Actividad física Alimentación saludable Índice de masa corporal (medida para un peso saludable)	Se hacen cada año o según lo recomiende el proveedor de atención médica.
Prueba para detectar anemia Una cantidad deficiente de hierro puede provocar cansancio y dolores de cabeza.	El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga esta prueba si está en riesgo.
Chequeo dental/bucal Detecta caries y enfermedad de las encías.	Se hace cada 6 meses.
Prueba de detección de diabetes Prueba de HbA1c	El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga la prueba de detección si está en riesgo.
Enfermedades de transmisión sexual (ETS) Clamidia, gonorrea, sífilis, Virus de inmunodeficiencia humana (VIH) Virus del papiloma humano (VPH)	Todos los años a partir de los 15 años. El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga la prueba de detección si está en riesgo.
Prueba de detección de tuberculosis (TB) La tuberculosis puede provocar daños en los pulmones y el cerebro.	El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga la prueba de detección si está en riesgo.
Análisis de colesterol El colesterol alto puede dañar el corazón.	El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga esta prueba si está en riesgo.
Chequeo de riesgo de cáncer de piel	El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga la prueba de detección si está en riesgo.
Chequeo de depresión y ansiedad	Se hacen cada año a partir de los 11 años.
Chequeo de alcohol, consumo de drogas, tabaco, cannabis, vaporizadores, pastillas y humo de cigarrillo de otras personas	Se hacen cada año a partir de los 11 años.

Su hijo puede necesitar estos servicios médicos con más o menos frecuencia si su proveedor de atención médica lo recomienda.

? ¿De qué temas relacionados con la salud le gustaría hablar con su proveedor de atención médica?

- eventos de vida traumáticos y estresantes (abuso, negligencia, preocupaciones domésticas)
- asma
- índice de masa corporal (IMC)
- lactancia materna
- salud bucal
- diabetes
- salud de los ojos
- ejercicio, actividad física y deportes
- planificación familiar, anticoncepción
- alimentación y alimentos saludables
- alta presión de la sangre
- vacuna para el virus del papiloma humano (VPH)
- inquietudes respecto a la salud mental
- ser padres
- salud durante el embarazo
- seguridad
- tiempo de pantalla o videojuegos
- humo de cigarrillo de otras personas
- ETS y VIH
- dejar de fumar
- inquietudes respecto al peso

Experiencias adversas de la infancia y eventos estresantes relacionados con la vida: muchas familias tienen eventos de vida estresantes. Esto puede afectar la salud y el bienestar de su hijo. Hable con su proveedor de atención médica sobre estos eventos estresantes de vida.



Servicios para los Miembros

L.A. Care Covered™
1.855.270.2327 (TTY 711)
Medi-Cal
1.888.839.9909 (TTY 711)

1.800.605.2556
(TTY 1.800.735.2929)

1.888.285.7801
(TTY 1.888.757.6034)

Línea de Enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana para hacer preguntas relacionadas con la salud

1.800.249.3619 (TTY 711)

1.800.609.4166
(TTY 1.800.735.2929)

1.800.224.0336
(TTY 1.800.368.4424)

Sitio web

lacare.org

blueshieldca.com/promise

anthem.com/ca

Nombre de mi proveedor de atención médica: _____

Número de teléfono de mi proveedor de atención médica: _____

Preguntas que tengo para mi proveedor de atención médica:

Nombre de mi especialista: _____

Número de teléfono de mi especialista: _____

Preguntas que tengo para mi especialista:

Para pedir copias adicionales para los proveedores de atención médica, visite lacare.org/providers/provider-resources/tools-toolkits/health-education-tools.



Fuentes de información dentro de estas pautas sobre atención médica preventiva: la Academia Estadounidense de Pediatría, la Academia Estadounidense de Odontopediatría, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, el Grupo Especial de Servicios Preventivos de los Estados Unidos, el Departamento de Salud Pública de California y el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles.

LA0221 SP 07/20

Cómo mantener saludables a sus niños o hijos *adolescentes*

Servicios médicos para niños y adolescentes



L.A. Care
HEALTH PLAN

Para todo L.A.



Utilice esta guía para ayudarle a:



Saber qué servicios médicos puede ofrecer el proveedor de atención médica a su hijo



Conocer qué servicios son adecuados para su hijo



Llevar un registro de los servicios que reciba su hijo



Desarrollado por L.A. Care Health Plan con la colaboración de Blue Shield of California Promise Health Plan y Anthem Blue Cross. Juntos, brindamos servicios de atención médica administrada de Medi-Cal en el Condado de Los Ángeles.



¡Mantenga saludables a sus niños o hijos adolescentes!

Si su hijo es un miembro nuevo, llévalo a ver al proveedor de atención médica para su primera visita y la **Evaluación para mantenerse saludable** dentro de los 3 meses posteriores a la inscripción y todos los años. Estos servicios son gratuitos para usted.

- ✓ Para mantener saludable a su hijo, lo primero que debe hacer es recibir los servicios médicos apropiados en el momento correcto.
- ✓ Estos servicios ayudan a detectar problemas temprano, cuando tal vez son más fáciles de tratar.
- ✓ Lleve a su hijo al proveedor de atención médica todos los años para una visita preventiva.

Servicios médicos preventivos para bebés y niños (0-10 años)

Lleve a su hijo a cada visita para obtener los servicios de salud adecuados en el momento adecuado.

Servicios médicos	Cuándo ir al proveedor de atención médica
Visitas preventivas Antecedentes médicos y familiares Examen físico y presión arterial Vista y audición Crecimiento, desarrollo y comportamiento, con la familia y los grupos Actividad física Alimentación saludable Índice de masa corporal (IMC) (medida para un peso saludable)	<input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 2-3 días después del nacimiento <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 1 mes <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 2 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 4 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 6 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 9 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 12 meses (1 año) <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 15 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 18 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 24 meses (2 años) <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 30 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] Cada año en lo sucesivo
Prueba de detección del autismo Exámenes para detectar problemas de comunicación	<input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 18 meses <input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 24 meses
Prueba para detectar anemia Una cantidad deficiente de hierro puede provocar cansancio y dolores de cabeza.	<input type="checkbox"/> [DD/MM/AA] 12 meses
Salud bucal Chequeos de salud bucal y dental	Lleve a su bebé al dentista cuando le aparezca el primer diente y, a más tardar, a los 12 meses. Lleve a su hijo pequeño al dentista cada 6 meses. Las leyes de California exigen que los niños se realicen un chequeo dental antes del 31 de mayo de su primer año escolar.
Barniz de fluoruro Se aplica cepillando los dientes para prevenir las caries.	En el consultorio médico o en el consultorio del dentista, se puede usar barniz de flúor tan pronto como salgan los dientes. Se aplica cepillando los dientes 4 veces al año hasta los 5 años.
Prueba de detección de plomo El envenenamiento con plomo puede provocar daños en el cerebro y problemas de aprendizaje.	Haga la prueba de detección a los 12 y 24 meses. Si su hijo no se ha hecho una prueba de detección, entonces su hijo debe hacerse las pruebas de detección una vez antes de los 6 años.
Prueba de detección de tuberculosis (TB) La tuberculosis puede provocar daños en los pulmones y el cerebro.	El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga la prueba de detección si está en riesgo.
Análisis de colesterol El colesterol alto puede dañar el corazón.	El proveedor de atención médica puede recomendar que se haga la prueba de detección si está en riesgo.

Es posible que su hijo necesite estos servicios de salud con más o menos frecuencia si su proveedor de atención médica lo recomienda.



Póngale a su hijo pequeño o adolescente las vacunas apropiadas en el momento correcto

- ✓ Las vacunas ayudan a mantener saludables a los niños pequeños y adolescentes porque los protegen de problemas de salud graves.
- ✓ Las vacunas son rápidas y pueden prevenir años de enfermedad.

Estas vacunas	Ayudan a prevenir	Cantidad de vacunas	Edad Nacimiento	1 mes	2 meses	4 meses	6 meses	9 meses	12 meses	15 meses	18 meses	19 a 23 meses	2-3 años	4-6 años	7-10 años	11-12 años	13-15 años	16-18 años
★ HepB Hepatitis B	Enfermedad hepática, cáncer de hígado	3	<input type="checkbox"/> HepB	<input type="checkbox"/> HepB					<input type="checkbox"/> HepB									
RV Rotavirus	Diarrea, deshidratación severa	2 or 3			<input type="checkbox"/> RV	<input type="checkbox"/> RV	<input type="checkbox"/> RV											
★ DTaP/Tdap Difteria/tétanos/tos ferina	Problemas respiratorios, espasmos musculares, tos ferina	5 DTaP 1 Tdap			<input type="checkbox"/> DTaP	<input type="checkbox"/> DTaP	<input type="checkbox"/> DTaP				<input type="checkbox"/> DTaP			<input type="checkbox"/> DTaP			<input type="checkbox"/> Tdap	
Hib Haemophilus Influenzae	Meningitis (infección cerebral), neumonía, septicemia	3 o 4			<input type="checkbox"/> Hib	<input type="checkbox"/> Hib	<input type="checkbox"/> Hib		<input type="checkbox"/> Hib									
PCV Infección neumocócica	Neumonía, meningitis	4			<input type="checkbox"/> PCV	<input type="checkbox"/> PCV	<input type="checkbox"/> PCV		<input type="checkbox"/> PCV									
★ IPV Vacuna antipoliomielítica inactivada	Parálisis muscular, discapacidades, deformidades	4			<input type="checkbox"/> IPV	<input type="checkbox"/> IPV			<input type="checkbox"/> IPV					<input type="checkbox"/> IPV				
Gripe Influenza	Neumonía, bronquitis (inflamación de los pulmones), otitis y sinusitis	Cada año											Vacune a su hijo contra la gripe todos los años					
★ MMR Sarampión, paperas y rubéola	Neumonía, sordera, daño cerebral	2							<input type="checkbox"/> MMR								<input type="checkbox"/> MMR	
★ VAR Varicela	Ampollas, infecciones cutáneas, daño nervioso, pérdida de la visión (vista)	2							<input type="checkbox"/> VAR								<input type="checkbox"/> VAR	
HepA Hepatitis A	Fiebre, diarrea, cansancio	2							<input type="checkbox"/> HEP A			<input type="checkbox"/> HEP A						
HPV Virus del papiloma humano	Cáncer cervical, verrugas genitales	2 o 3															<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> HPV	
MCV4 Antimeningocócica (meningitis)	Meningitis, daño cerebral, pérdida de la audición, dificultades de aprendizaje	2															<input type="checkbox"/> MCV4	<input type="checkbox"/> MCV4
MenB Antimeningocócica B (meningitis)	Meningitis, daño cerebral, pérdida de la audición, dificultades de aprendizaje	2 o 3																<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> MenB

Esté al día con las vacunas de su hijo. Los casilleros de color de la tabla indican el rango de edad en el que se recomiendan estas vacunas. El proveedor de atención médica de su hijo puede sugerir diferentes edades que las indicadas arriba.

★ **Vacunas para la escuela** En California, se exige que todos los niños se pongan estas vacunas antes de asistir a los grados K-12 de la escuela. Comuníquese con su proveedor de atención médica si tiene preguntas.