

# PREPARANDO A SU HIJO PARA SU VISITA AL MÉDICO

Una guía para cuidadores y niños



SANFORD<sup>®</sup>  
HEALTH

*fit*<sup>™</sup>

¡ESCANEE AQUÍ PARA DESCARGAR  
UNA COPIA EN PDF DE ESTE LIBRO!



Un chequeo es una oportunidad para proteger a su hijo de enfermedades, controlar su crecimiento, detectar cualquier problema de desarrollo y controlar su salud mental. ¡No espere hasta que estén enfermos! Las visitas de niño sano son cuidados médicos preventivos esenciales. Aquí hay información para ayudarlo a explorar los controles de su hijo y prepararlo para su visita.



## Ayude a su hijo a sobrellevar la situación

Muchos niños se sienten nerviosos o tienen miedo de ir al médico. Aquí hay algunos consejos para ayudarlos a sentirse más cómodos:



### Aprenda lo que sucederá.

Lea un libro ilustrado sobre cómo ir al médico.



### Sea honesto

No haga promesas que no pueda cumplir. (“Esta vez no vas a recibir una inyección”).



### Familiarícese con las herramientas comunes.

Use un kit de médico de juguete para hacer una carrera de práctica.



### Ofrezca algo que su hijo pueda anhelar.

“Después de la cita, vayamos al patio de recreo”.



### Ayude a su hijo a sentirse tranquilo.

Anímelo a traer un animal de peluche.



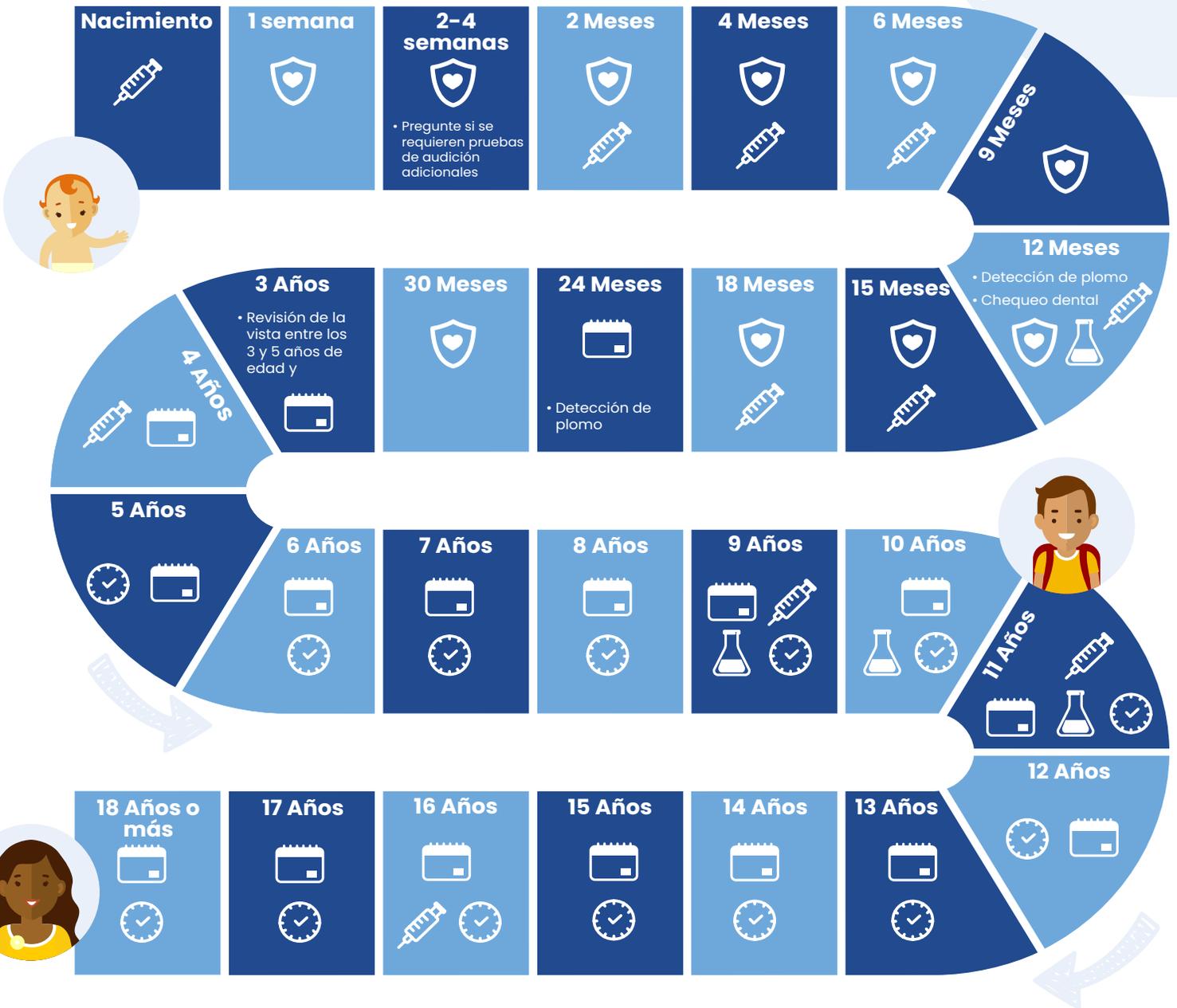
## Preguntas para hacer

1. ¿Es el crecimiento y desarrollo de mi hijo apropiado para su edad?
2. ¿Qué etapas debería alcanzar mi hijo en lo sucesivo?
3. ¿Es normal que mi hijo \_\_\_\_\_?
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

# Hoja de ruta de visita de niño sano y vacunación

Las visitas de niño sano son muy importantes. Estas visitas periódicas ayudan a los proveedores de atención médica a apoyar el desarrollo físico, emocional y social de su hijo. Use esta hoja de ruta para mantener la salud de su hijo en el buen camino.

**¡Hola cuidadores!**  
**¡Mantenga esto visible para que pueda consultarlo!**



Vacunas Anuales	visita de chequeo.	Laboratorio
Vacunas	Evaluación del desarrollo	

Encuentre proveedores y programe citas en [www.sanfordhealth.org/doctors](http://www.sanfordhealth.org/doctors)

# ¡Hora de su chequeo!



**¡SÍ!** Los chequeos son una parte importante para mantenerse saludable. Tu doctor quiere ver cómo estás creciendo y asegurarse de que tu cuerpo, mente y sentimientos sean fuertes y saludables.

¿Todavía estás un poco nervioso? Estos divertidos juegos te ayudarán a saber qué sucederá en un chequeo.

- Une la herramienta de cada médico con el lugar donde se usa.
- Ayuda a Cole a encontrar su osito de peluche para llevarlo al consultorio del doctor.

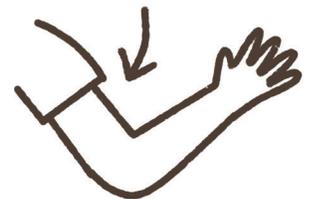
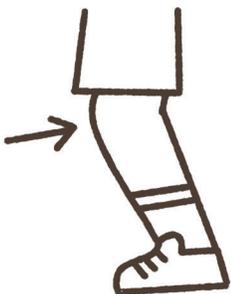
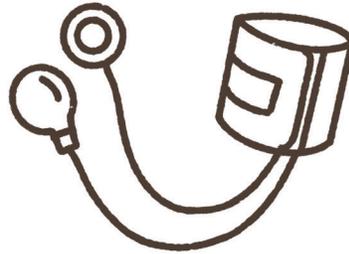
## CHISTE

**¿Por qué la galleta fue al doctor?**  
¡Porque le crujía todo!



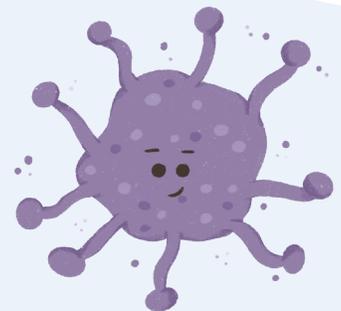
# Kit de herramientas de tu doctor

Tu doctor utilizará muchas herramientas en tu chequeo. Relaciona cada herramienta con el lugar donde será utilizada. Coloréalas cuando hayas terminado.



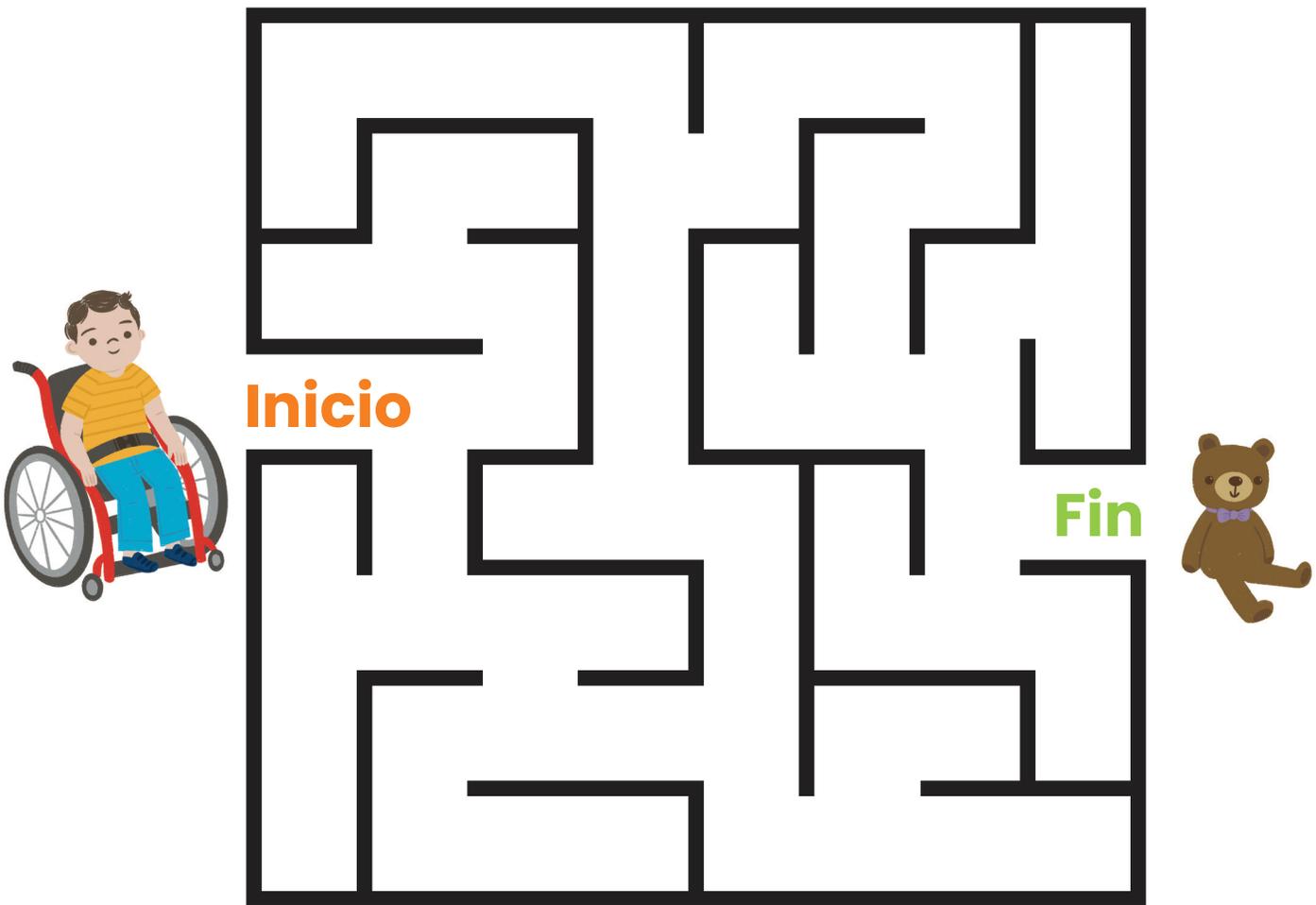
## CHISTE

**¿Has escuchado el de los gérmenes?**  
Olvídalo, no quiero esparcirlo.



# ¡Alcanza tu peluche!

Cole también se está haciendo un chequeo. Está un poco preocupado. Su osito de peluche siempre le hace sentir mejor, ¡pero no está! Ayuda a Cole a través del laberinto para encontrarlo.



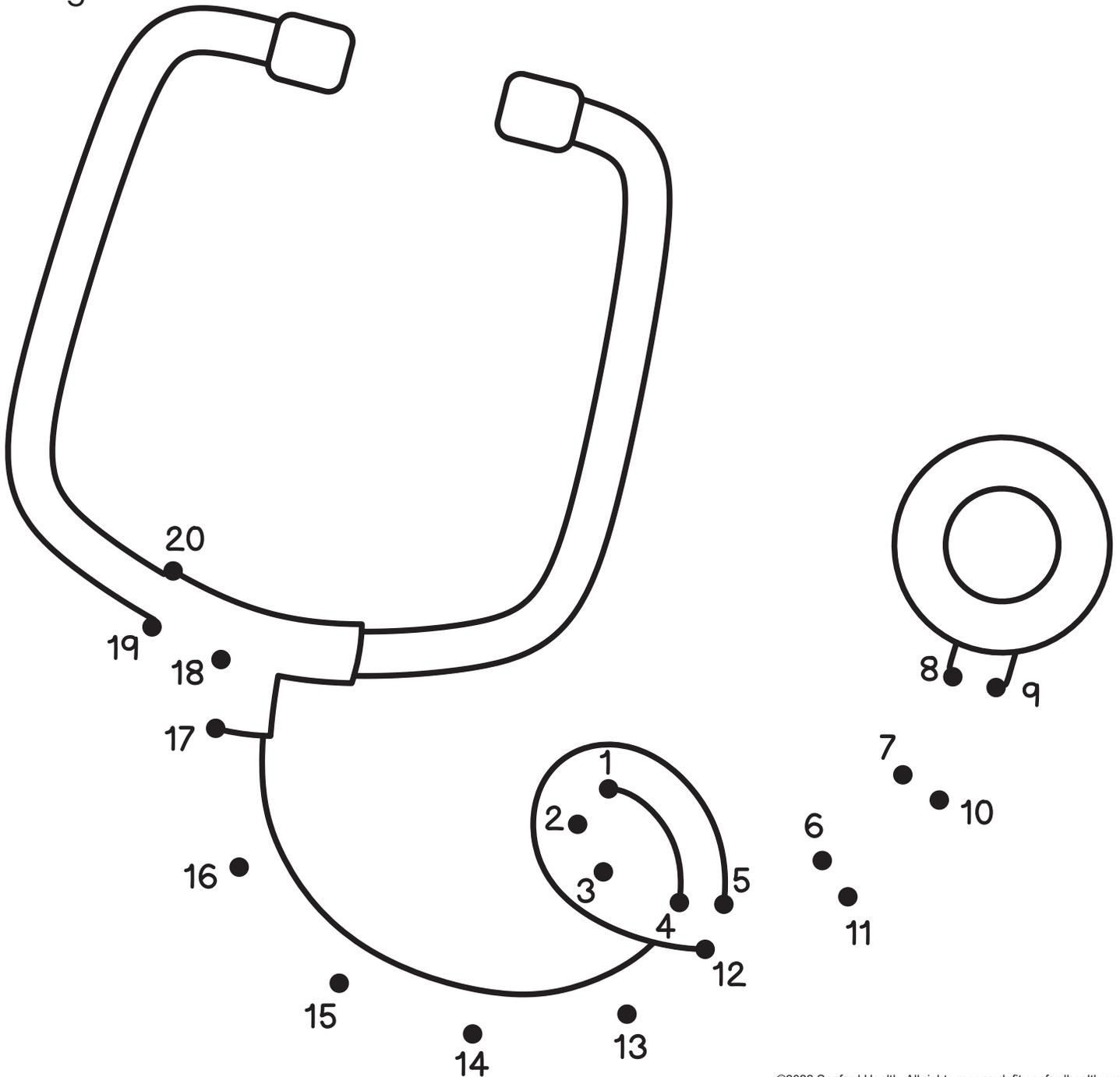
## CHISTE

¿Por qué la almohada fue al médico?  
¡Se sentía un poco rellena!



# Encuentra la herramienta que falta

¡A tu médico le falta una herramienta de su kit! La usa para escuchar tu corazón y pulmones. ¿Qué podría ser? Une los puntos y colorea la imagen.



# Encuentra las diferencias

Mira cada imagen del consultorio del doctor. ¿Puedes identificar las cinco diferencias?  
Enciérralas en un círculo.



# Lista de verificación de mi chequeo

Lleva esta lista a tu chequeo para que puedas saber qué esperar durante tu visita.

Mi nombre es \_\_\_\_\_ .

Tengo \_\_\_\_\_ años de edad.

Revisa mi presión arterial

Controla mi peso

Revisa mis ojos

Controla mi altura

Revisa mis oídos

Toma mi temperatura

Revisa mi boca

Escucha mi corazón

¿Necesito una vacuna?

**SÍ**

**NO**

 ¡Lo hice! ¡Me hice un chequeo!

## CHISTE

**¿Por qué la banana fue al médico?**

¡Porque se sentía pálida!



# Lista de verificación de chequeo de mi juguete

¡Simula que eres el doctor! Recorta las herramientas del doctor en las siguientes páginas y hazle un chequeo a tu juguete.

Dr. \_\_\_\_\_



Nombre del paciente: \_\_\_\_\_



## MIRA

Usa el **OTOSCOPIO** para revisar los ojos y oídos del juguete.



## ESCUCHA

Usa el **ESTETOSCOPIO** para escuchar los latidos del corazón del juguete.



## REVISA

Usa el **TERMÓMETRO** para tomar la temperatura del juguete.



## VACUNA

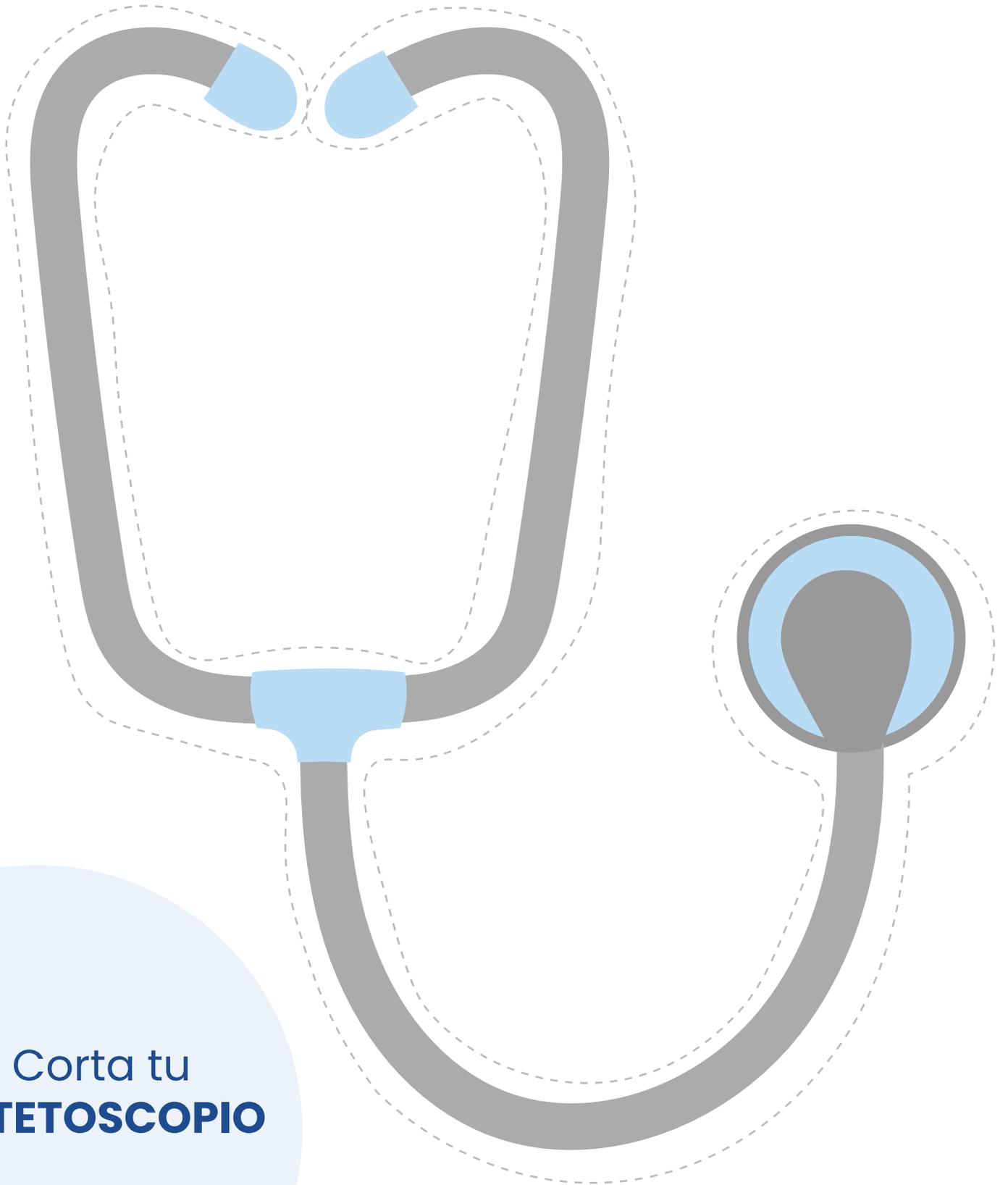
Usa la **JERINGA** para vacunar al juguete.

*¡Dile a tu juguete que respire profundamente si se siente nervioso!*

**¡Cuidadores! Utilicen este kit para educar y preparar a sus hijos para su próxima visita de niño sano.**

¿Sabía usted? ¡Puede descubrir cómo se siente su hijo acerca de una próxima cita a través del juego! Los niños a menudo representan sus propios pensamientos o preocupaciones durante el juego médico simulado.

# Mis herramientas de médico

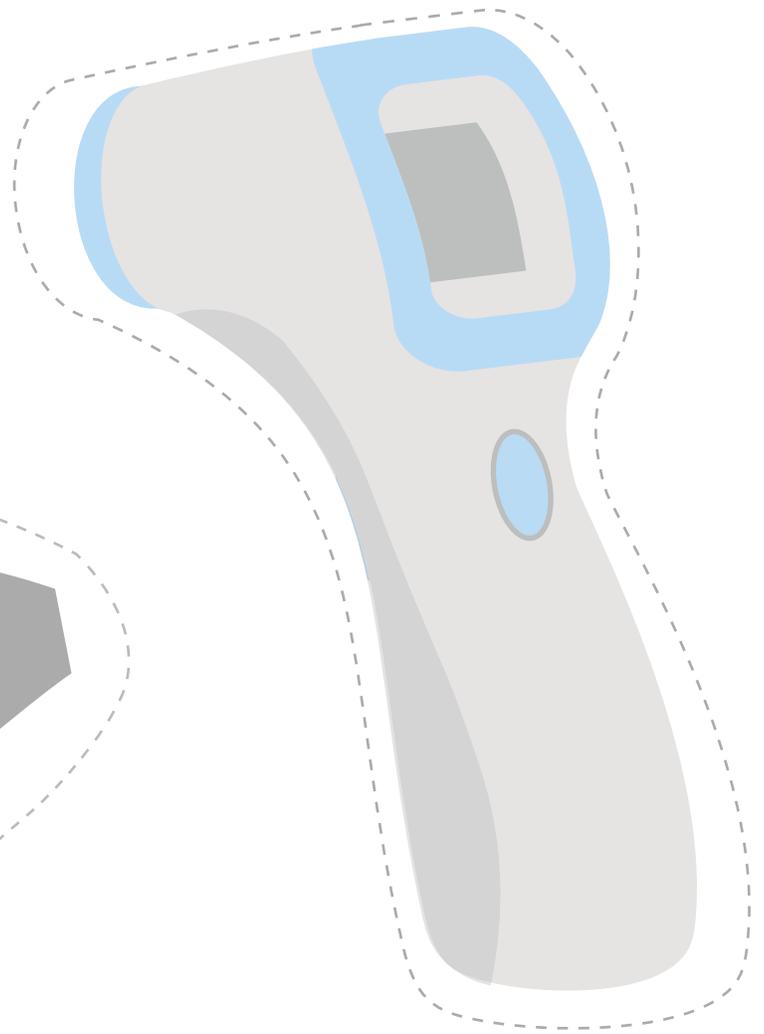
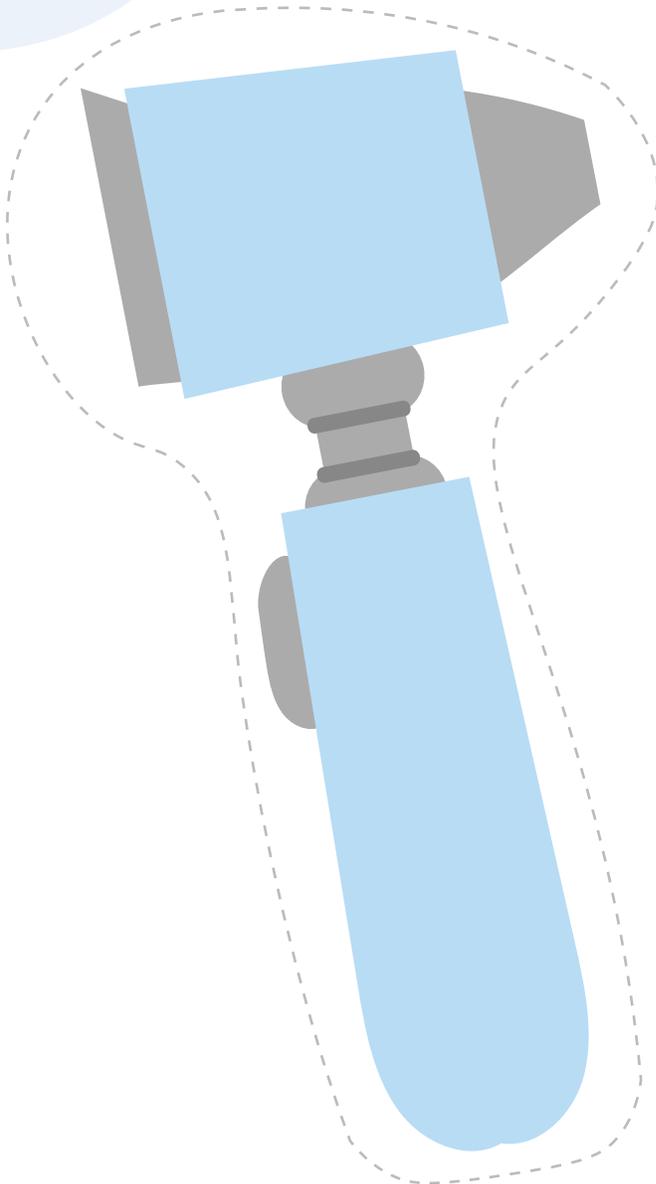


Corta tu  
**ESTETOSCOPIO**



# Mis herramientas de médico

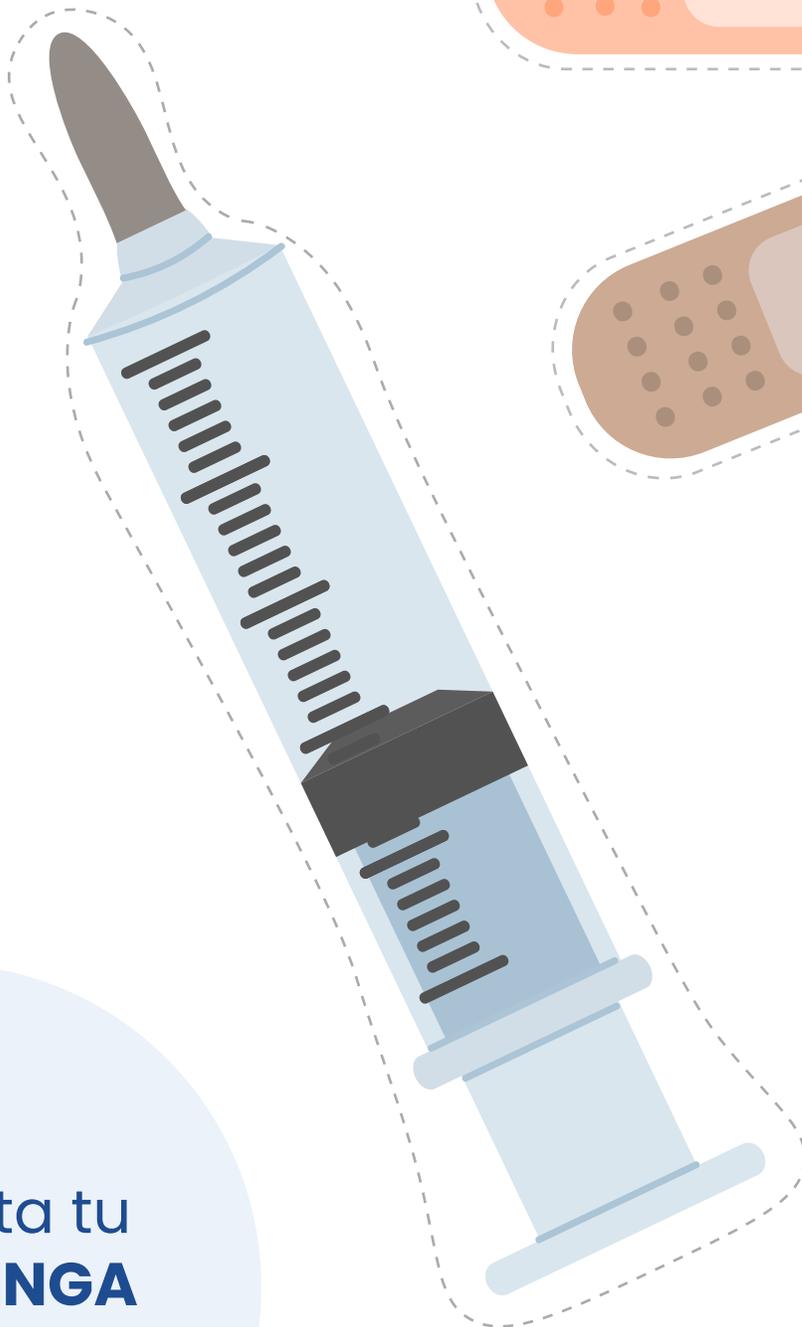
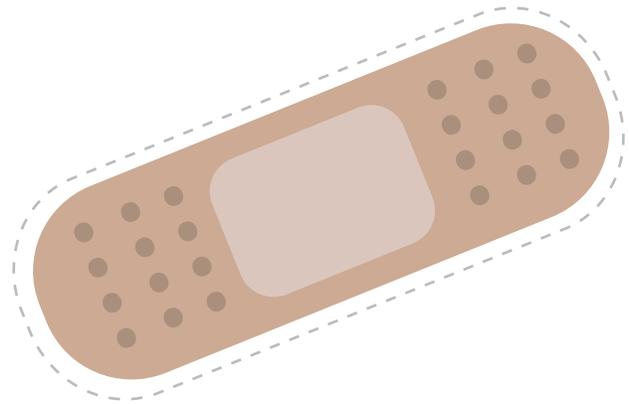
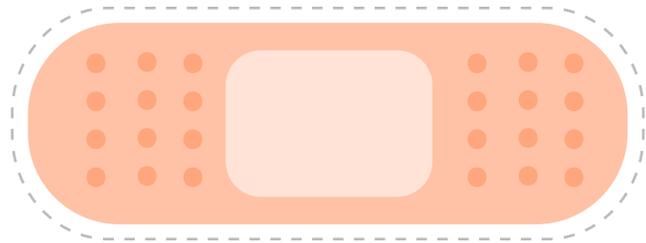
Corta tu  
**OTOSCOPIO**



Corta tu  
**TERMÓMETRO**



# Mis herramientas de médico



Corta tu  
**JERINGA**

