

Folleto Comienzos brillantes

Guía sobre vacunas e hitos del desarrollo desde el nacimiento hasta los dos años y medio.



¿Qué hay adentro?

Información general

Información del bebé	3
Cobertura de atención médica	7
Consultas preventivas para niños	9

Semana del parto

En el hospital	11
La primera semana del bebé	13

Consultas preventivas para bebés

1 mes	16
2 meses	19
Evaluaciones de la audición	22
4 meses	25
6 meses	28
Exámenes bucales del bebé	31
9 meses	32
12 meses	35



Consultas preventivas para niños

15 meses	38
18 meses	41
2 años (24 meses)	44
2 años y medio (30 meses)	47

Recursos

Dentales	50
Transporte	51
Apéndice	53
Espacio para notas	56



Contenido adaptado de la Academia Americana de
Pediatria (HealthyChildren.org).

Información de su recién nacido

Nombre del bebé:

Fecha y hora de nacimiento del bebé:

Tipo de sangre del bebé (encierre en un círculo una opción)

☐ A positive (A+) ☐ B negative (B-) ☐ O positive (O+)

☐ A negative (A-) ☐ AB positive (AB+) ☐ O negative (O-)

☐ B positive (B+) ☐ AB negative (AB-)

Alergias del bebé (si las hay):

Marcas de nacimiento (si las hay):

Tenga en cuenta que esto puede cambiar con el tiempo.

Información del médico

Nombre del médico:

Domicilio del consultorio médico:

Número de teléfono del consultorio médico:

Línea telefónica de emergencia del consultorio médico:

¿Quiere prepararse para las emergencias?

Aprenda reanimación cardiopulmonar (Cardiopulmonary Resuscitation, CPR) para bebés en pocos minutos con la aplicación interactiva Infant CPR Anytime® de la American Heart Association (AHA).

Escanee el código QR para obtener más información.



Registre el crecimiento de su bebé

Utilice la tabla para llevar un registro de la estatura y el peso en cada visita.

Edad	Longitud/altura	Peso
Al nacer		
1 mes		
2 meses		
4 meses		
6 meses		
9 meses		
12 meses		
15 meses		
18 meses		
24 meses		
30 meses		

Realice un seguimiento de sus próximas visitas

Use la tabla para registrar la próxima visita de su hijo al médico.

Visita pediátrica de rutina	Fecha y hora de la cita:
Visita de 1 mes	
Visita de 2 meses	
Visita de 4 meses	
Visita de 6 meses	
Visita de 9 meses	
Visita de 12 meses	
Visita de 15 meses	
Visita de 18 meses	
Visita de 24 meses	
Visita de 30 meses	

Cobertura médica para el bebé



Es bueno saber que su nuevo bebé suele estar cubierto por su plan de salud durante el mes en que nace y el mes siguiente. Pero después de eso, tendrá que agregarlo a un plan propio.

Inscriba al bebé en Medi-Cal

Llame a su oficina local de Medi-Cal para inscribir a su bebé. Si usted tiene Medi-Cal, puede agregar a su bebé a su caso.

Condado de San Bernardino

Lame al: **877-410-8829**

Encuentre su oficina de distrito:

wp.sbcounty.gov/tad/find-an-office

Cree una cuenta en línea:

www.BenefitsCal.com



Condado de Riverside

Llame al: **877-410-8827**

Encuentre su oficina de distrito:

rivcodpss.org/office-locations/more-locations



Planes de Medi-Cal del condado de San Bernardino

Llame o escanee los siguientes códigos QR:

Inland Empire Health Plan - IEHP

800-440-4347

TTY/TDD (800) 718-4347

www.iehp.org/es/browse-plans/medi-cal



Kaiser Permanente

855-839-7613 (inglés)

800-788-0616 (español)

TTY/TDD 711

KP.org/medi-cal

Molina Healthcare

888-665-4621

TTY/TDD 800-479-3310

bit.ly/4oBCzfM



Para obtener información sobre el plan de salud de Medi-Cal, llame a Opciones de Atención Médica al **1-800-430-4263** o visite

www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov.

Los usuarios de TTY deben llamar al 1-800-430-7077.

Preguntas generales para realizar

El médico de su hijo(a) quiere responder primero a sus preguntas.

Estas revisiones son un buen momento para preguntar sobre cómo su hijo(a) está creciendo, comportándose y sintiéndose.

Preguntas generales

- ¿Mi bebé está al día con las vacunas?
- ¿Mi bebé tiene un peso saludable? ¿Cómo puedo asegurarme de que come lo suficiente?
- ¿Cómo puedo asegurarme de que mi bebé duerme de forma segura y suficiente?
- ¿Cómo puedo ayudar a mi bebé a aprender a hablar?
- ¿Qué libros puedo leerle a mi bebé?
- ¿Está bien que mi bebé pase tiempo frente a una pantalla? ¿Cuánto tiempo?
- ¿Cómo le limpio los dientes a mi bebé?
- ¿Qué hago si mi bebé se enferma?
- ¿Cómo puedo comunicarme con un médico o una enfermera cuando el consultorio está cerrado?

Este práctico folleto tiene espacio para notas.
Llévelo consigo a sus consultas médicas.

Beneficios de las consultas preventivas para niños

1. **Prevención:** Las vacunas ayudan a evitar que su hijo(a) se enferme. Pregunte al médico de su hijo(a) sobre la alimentación saludable y cómo mantener la seguridad en casa.
2. **Seguimiento del crecimiento y el desarrollo:** Compruebe cuánto ha crecido su hijo(a) desde la última visita. Hable con el médico de su hijo(a) sobre los hitos del desarrollo, el aprendizaje y las destrezas sociales.
3. **Planteamiento de inquietudes:** Haga una lista de los temas que desea tratar con el médico de su hijo(a). Esto puede incluir el comportamiento, el sueño, la alimentación o la relación con otros miembros de la familia. Seleccione entre tres y cinco de sus preguntas principales. Compártalas al inicio de la consulta.
4. **Enfoque de equipo:** Las consultas regulares les ayudan a usted, al niño y al médico a generar confianza y trabajar juntos.

El condado de San Bernardino y los planes de salud locales **NO** comparten su información personal con los agentes de inmigración.

Cada mes, por ley, el Departamento de Servicios Médicos de California envía información básica de Medi-Cal (como su nombre, domicilio y fecha de nacimiento) al gobierno federal. Esta es una parte normal del funcionamiento de Medi-Cal.

Semana del parto

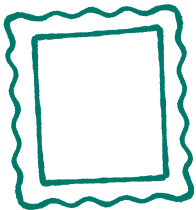
En el hospital

Edad	Recién nacido (al nacimiento, durante la hospitalización)
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico - Revisión de peso, talla y tamaño de la cabeza - Revisión de la fuerza muscular - Revisión de las caderas - Pruebas de sangre para recién nacidos Evaluaciones - Audición - Bilirrubina - Enfermedades cardíacas Vacunas - Virus respiratorio sincitial (Respiratory Syncytial Virus, RSV): si no se recibió la vacuna prenatal - Hepatitis B (virus de la hepatitis B [Hepatitis B Virus, HepB]): primera dosis

Escriba la fecha y la hora de su cita:



Coloque el sello después de la consulta del bebé.



En el Hospital

Hitos del desarrollo (al nacer)

- Mira a los ojos de sus padres
- Se calma cuando se le carga
- Llora o pone caras y movimientos de descontento para mostrar incomodidad
- Se mueve o se calma con la voz de los padres
- Mantiene las manos apretadas en puño
- Agarra objetos automáticamente
- Mueve los brazos y las piernas rápidamente (reflejo de Moro/sobresalto) al oír un sonido fuerte

Utilice este espacio para preguntas o notas:

Semana del parto

Primera semana

Edad	Primera semana (primera consulta después del nacimiento)
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico - Revisión de peso, talla y tamaño de la cabeza - Revisión de la fuerza muscular - Revisión de las caderas - Exámenes de sangre del recién nacido (si no se hicieron en el hospital) Evaluaciones - Audición Vacunas - HepB: primera dosis, si no se administró en el hospital

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

Recordatorio:

- Traiga los documentos del hospital

Piense en lo siguiente:

- ¿Hay algún apoyo o necesidad que su familia pueda requerir?
- ¿Hay algún problema al alimentar, tranquilizar o interactuar con su bebé?

Primera semana

Hitos del desarrollo (semana uno)

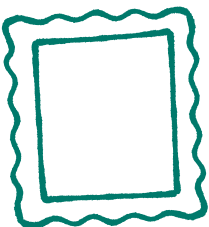
- Se tranquiliza con su voz
- Levanta la cabeza brevemente cuando está boca abajo
- Mantiene las manos apretadas en puño
- Mueve los brazos y las piernas rápidamente (reflejo de Moro/sobresalto) en respuesta a un sonido fuerte

Utilice este espacio para preguntas o notas:

Primera semana



Coloque el sello después de la consulta del bebé.



Espacio para notas:



Consultas preventivas para bebés

Consulta de 1 mes

Edad	Un mes
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico - Revisión de peso, talla y tamaño de la cabeza - Revisión de la fuerza muscular - Revisión de las caderas - Pruebas de sangre para recién nacidos Evaluaciones - Audición Vacunas - RSV: si no se recibió la vacuna prenatal - HepB: segunda dosis
Su médico puede preguntarle	- Si su familia necesita ayuda para cuidar a su bebé - Si tiene suficiente comida, una vivienda permanente y se siente seguro(a) - Si usted o quien dio a luz siente ansiedad o tristeza - Si usted o quien dio a luz necesita ayuda para manejar sus sentimientos. - Cómo su bebé interactúa con usted o cómo se comporta - Dónde duerme su bebé en la noche

Consulta de 1 mes

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

Hitos del desarrollo (al mes)

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Le sigue con los ojos• Se consuela al llevarse la mano a la boca• Se inquieta cuando está aburrido• Se calma cuando se le carga o se le habla• Mira objetos por poco tiempo | <ul style="list-style-type: none">• Se calma al oír su voz• Lloro cuando tiene hambre o está cansado• Mueve los brazos y las piernas juntos• Abre ligeramente los dedos cuando descansa |
|---|--|

Preguntas para su médico:

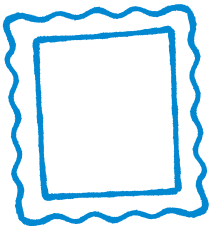
- ¿Está bien dejar que mi bebé duerma periodos más largos en la noche?
- ¿Cuánto tiempo debe pasar mi bebé boca abajo?
- Preguntas sobre las heces de su bebé o el número de pañales mojados
- Preguntas sobre la alimentación de mi bebé
- Consulte la página 9 para ver más preguntas

Consulta de 1 mes

Utilice este espacio para preguntas o notas:



Coloque el sello después de la consulta del bebé.



Consulta de los 2 meses

Edad	Dos meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	• Examen físico • Revisión de peso, talla y tamaño de la cabeza • Revisión de la fuerza muscular • Revisión de las caderas Evaluaciones • Audición Vacunas • HepB: segunda dosis, si no se administró en el primer mes • Rotavirus: primera dosis • Difteria, tétanos y tos ferina (Diphtheria, tetanus, acellular pertussis, DTaP): primera dosis • Haemophilus influenza tipo B (Haemophilus influenza type B, Hib): primera dosis • Vacuna neumocócica conjugada (Pneumococcal Conjugate Vaccine, PCV): primera dosis • Vacuna inactivada de poliomielitis (Inactivated Poliovirus Vaccine, IPV): primera dosis
Su médico puede preguntarle	• Si su bebé toma algo más que leche materna o fórmula para bebés enriquecida con hierro, podría desarrollar anemia • Sobre las prácticas seguras para dormir • Sobre otras cuestiones de seguridad, como abrigarlo demasiado o el uso del asiento de auto

Consulta de los 2 meses

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

Hitos del desarrollo (a los dos meses)

- Se calma cuando se le carga o se le habla
- Le mira a la cara
- Parece feliz de verle
- Sonríe cuando usted le habla o sonríe
- Hace otros sonidos además de llorar
- Reacciona a los sonidos fuertes
- Le observa mientras usted se mueve
- Mira los juguetes durante varios segundos
- Mantiene la cabeza levantada cuando está boca abajo
- Mueve los brazos y las piernas
- Abre las manos brevemente

Preguntas para su médico:

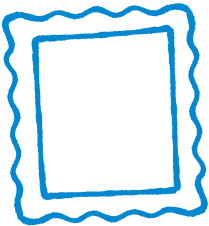
- ¿Cuánto tiempo debe pasar mi bebé boca abajo?
- ¿Qué juguetes pueden ayudar a mi bebé a aprender y crecer?
- Consulte la página 9 para ver más preguntas

Consulta de los 2 meses

Utilice este espacio para preguntas o notas:



Coloque el sello después de la consulta del bebé.

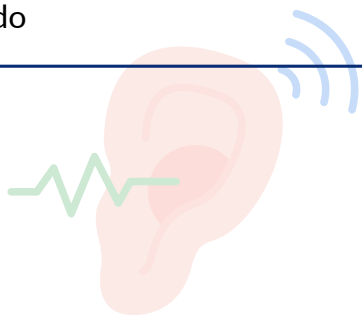


Evaluaciones de la audición

Su bebé tiene una prueba de audición cuando cumple dos meses. No se le realizará otra hasta que tenga 15 meses. Durante este tiempo, un bebé puede empeorar lentamente o de repente.

Utilice esta lista de verificación para comprobar cómo oye su bebé. Si su bebé no cumple dos de los requisitos para su edad, llame a su médico.

Edad	Escucha y comprensión
Del nacimiento a los 3 meses	☐ Se sobresalta con ruidos fuertes y repentinos a menos de 3 pies de distancia ☐ Se tranquiliza con una voz familiar y amistosa ☐ Se despierta cuando le habla o hace ruido cerca
De 3 a 6 meses	☐ Mira hacia el lugar del que provienen los sonidos. ☐ Se asusta con las voces enojadas ☐ Sonríe cuando alguien le habla ☐ Le gusta jugar con juguetes u objetos que hacen ruido



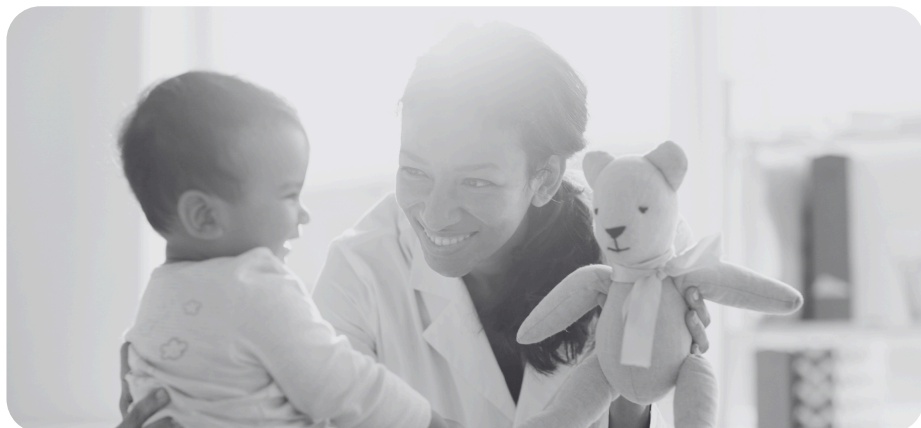
Evaluaciones de la audición

Edad	Escucha y comprensión
De 6 a 9 meses	☐ Voltea y le mira cuando le habla en voz baja ☐ Se despidе con la mano cuando le dice “adiós” ☐ Se detiene un momento cuando le dice “no, no” ☐ Mira objetos o imágenes cuando alguien habla de ellos
De 9 a 12 meses	☐ Señala o mira objetos o personas conocidas cuando se le pide ☐ Se ve triste cuando le regañan ☐ Sigue indicaciones (“Abre la boca”, “Dame la pelota”) ☐ Baila y haz sonidos al ritmo de la música
De 12 a 18 meses	☐ Señala partes del cuerpo (cabello, ojos, nariz, boca) cuando se le pide ☐ Le trae objetos cuando se lo pide ☐ Oye y reconoce los sonidos que provienen de otra habitación o del exterior

Evaluaciones de la audición

Edad	Escucha y comprensión
De 18 a 24 meses	☐ Entiende preguntas simples de sí o no ☐ Entiende frases sencillas con palabras como “en” (por ejemplo, “en la taza”) ☐ Le gusta que le lean y señala las imágenes cuando se le pide
De 24 a 30 meses	☐ Entiende palabras como “ya no” o “ahora no” ☐ Puede tomar objetos por tamaño (grandes o pequeños) ☐ Sigue instrucciones sencillas, como “Toma tus zapatos y calcetines”

Usted conoce a su hijo(a) mejor que nadie. Si cree que su hijo(a) podría no estar oyendo bien, pídale a su médico que le haga una prueba de audición.



Consulta de los 4 meses

Edad	Cuatro meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico - Revisión de peso, talla y tamaño de la cabeza Evaluaciones - Anemia Vacunas - RSV, si no se recibió - Rotavirus: segunda dosis - DTaP: segunda dosis - Hib: segunda dosis - PCV: segunda dosis - IPV (polio): segunda dosis
Su médico puede preguntarle	- Si su bebé está tomando algo más que leche materna o fórmula para bebés enriquecida con hierro, podría desarrollar anemia - Cómo se siente usted o quien dio a luz - Si usted o quien dio a luz siente ansiedad o tristeza - Cómo está creciendo su hijo(a) y alcanzando hitos del desarrollo

Consulta de los 4 meses

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

Hitos del desarrollo (a los cuatro meses)

- Sonríe para llamar su atención
- Se ríe
- Le mira, se mueve o hace sonidos para llamar su atención
- Hace los sonidos "oooo" o "aahhh"
- Gira la cabeza hacia el sonido de la voz de sus padres
- Abre la boca al ver el pecho o el biberón, si tiene hambre
- Observa las manos con interés
- Mantiene la cabeza firme sin ayuda
- Sostiene un juguete cuando se le coloca en la mano
- Usa el brazo para balancear juguetes
- Se lleva la mano a la boca
- Se empuja hacia arriba sobre los codos o antebrazos cuando está boca abajo
- Hace sonidos con la boca como si estuviera haciendo burbujas

Consulta de los 4 meses

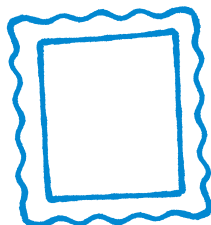
Preguntas que puede hacerle a su médico:

- ¿Cómo puedo saber cuándo mi bebé está listo para comer alimentos sólidos?
- ¿Qué es el entrenamiento de sueño? ¿Debería hacerlo?
- ¿Cuándo debería hacer mi casa segura para niños?
- Consulte la página 9 para ver más preguntas

Utilice este espacio para preguntas o notas:



Coloque el sello después
de la consulta del bebé.



Consulta de los 6 meses

Edad	Seis meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico - Revisión de peso, talla y tamaño de la cabeza - Evaluación bucal Evaluaciones - Plomo: se puede empezar a partir de los seis meses de edad - Tuberculosis Vacunas - Rotavirus: tercera dosis según sea necesario - DTaP: tercera dosis - Hib: tercera dosis - PCV: tercera dosis - IPV (polio): tercera dosis - HepB: tercera dosis - Influenza: los niños de seis meses deben recibir la vacuna contra la gripe estacional - COVID-19: hable con su médico sobre la dosis
Su médico puede	- Pedirle aplicar barniz de flúor después de que le salga el primer diente a su bebé. A la mayoría de los bebés les empiezan a salir los dientes alrededor de los seis meses de edad - Preguntarle cómo está creciendo su hijo(a) y alcanzando hitos del desarrollo

Consulta de los 6 meses

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

Hitos del desarrollo (a los seis meses)

- Reconoce a personas que le son conocidas
- Le gusta mirarse en el espejo
- Se ríe
- Se turna para hacer sonidos con usted
- Hace ruidos chirriantes
- Se lleva las cosas a la boca para explorarlas
- Se estira para agarrar un juguete
- Se da vuelta de boca abajo a boca arriba
- Se empuja hacia arriba con los brazos rectos cuando está boca abajo
- Se apoya en las manos para sostenerse cuando está sentado

Preguntas que puede hacerle a su médico:

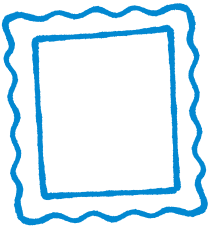
- ¿Dónde puedo obtener ayuda con la comida o la vivienda?
- ¿Dónde puedo obtener ayuda con artículos para bebé, como una cuna, un asiento de auto, fórmula para bebés o pañales?
- ¿Cuál es una buena rutina diaria para la alimentación, las siestas y el sueño?
- ¿Cómo puedo ayudar a mi bebé a dormir y comer bien?
- ¿Qué puedo hacer para ayudar a mi bebé a sentirse mejor cuando le salen los dientes?
- Consulte la página 9 para ver más preguntas

Consulta de los 6 meses

Utilice este espacio para preguntas o notas:

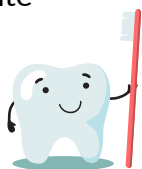


Coloque el sello después de la consulta del bebé.



Examen bucal de su bebé

Lleve a su bebé al dentista cuando le salga el primer diente o cuando cumpla un año, lo que ocurra primero. Utilice esta página para llevar un registro de las visitas al dentista.



Fecha y hora de la cita	¿Con quién?	¿Dónde?	Marque cuando se realice



La cobertura dental es parte del programa Medi-Cal. Para obtener más información, visite www.dental.dhcs.ca.gov o llame al Programa Dental de Medi-Cal al **1-800-322-6384**, de lunes a viernes, de 8am a 5pm.

Consulta de los 9 meses

Edad	Nueve meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	• Examen físico • Revisión de peso, talla y tamaño de la cabeza • Evaluación bucal Evaluaciones • Plomo, si aún no se ha realizado • Desarrollo: su médico le hará preguntas sobre cómo está creciendo y comportándose su bebé. Es posible que le observe mientras juega con su bebé. Los resultados mostrarán si su bebé está creciendo a un ritmo normal Vacunas • Dosis necesarias, si no se administraron en visitas anteriores • Gripe: una o dos dosis en la temporada de gripe • COVID-19: consulte con su médico sobre la dosis
Su médico puede	• Pedirle aplicar barniz de flúor después de que le salga el primer diente a subebé. A la mayoría de los bebés les empiezan a salir los dientes alrededor de los seis meses de edad • Preguntarle cómo está creciendo su hijo(a) y alcanzando hitos del desarrollo

Consulta de los 9 meses

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

Hitos del desarrollo (a los nueve meses)

- Es tímido, se aferra a usted o es temeroso con extraños
- Muestra expresiones faciales (felicidad, tristeza, enojo y sorpresa)
- Voltea cuando le llama por su nombre
- Reacciona cuando usted se aleja
- Sonríe o se ríe cuando juega a "¿dónde está el bebé?"
- Hace muchos sonidos diferentes
- Levanta los brazos para que le cargue
- Se coloca en posición sentada
- Mueve cosas de una mano a la otra
- Usa los dedos para acercar la comida hacia su cuerpo
- Se sienta sin ayuda

Preguntas que puede hacerle a su médico:

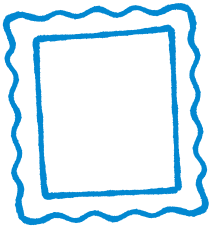
- ¿Está bien que mi bebé pase tiempo frente a una pantalla a esta edad
- ¿Qué alimentos sólidos debo empezar a darle a mi bebé
- ¿Cuánta leche debe tomar mi bebé al día?
- ¿Cómo puedo mantener a mi bebé seguro en casa y en el auto?
- Consulte la página 9 para ver más preguntas

Consulta de los 9 meses

Utilice este espacio para preguntas o notas:



Coloque el sello después de la consulta del bebé.



¡Feliz cumpleaños, bebé!

Consulta de los 12 meses



Age	12 meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico - Evaluación bucal Evaluaciones - Plomo, si aún no se ha realizado - Tuberculosis - Anemia Vacunas - Dosis necesarias, si no se administraron en visitas anteriores - Hib: tercera o cuarta dosis - PCV: cuarta dosis - Sarampión, paperas y rubéola (Measles, Mumps, Rubella, MMR): primera dosis - Varicela: primera dosis - Hepatitis A (HepA): serie de dos dosis - Gripe: una o dos dosis en la temporada de gripe - COVID-19: consulte con su médico sobre la dosis
Su médico puede	- Observar si su bebé sigue instrucciones sencillas - Comprobar si su bebé puede tomar objetos pequeños o mantenerse de pie sin ayuda - Hablar sobre la salud dental y las revisiones

Consulta de los 12 meses



Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

Hitos del desarrollo (a los 12 meses)

- Dice “adiós” con la mano
- Juega con usted, como a las palmadas
- Llama a uno de los padres “mamá” o “papá” o con otro nombre especial
- Entiende “no” (hace una breve pausa o se detiene cuando usted lo dice)
- Pone algo en un recipiente, como un bloque en una taza
- Busca cosas que usted esconde, como un juguete debajo de una cobija
- Se levanta para ponerse de pie
- Camina agarrándose de los muebles
- Bebe de una taza sin tapa, mientras usted la sostiene
- Levanta cosas entre el pulgar y el índice, como pequeños trozos de comida

Preguntas que puede hacerle a su médico:

- ¿Dónde puedo obtener ayuda con la comida, la vivienda u otras necesidades familiares?
- ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo(a) a comportarse bien y seguir las reglas?
- ¿Cómo puedo alimentar a mi hijo(a) con comidas saludables todos los días?
- ¿Cómo puedo mantener a mi hijo(a) seguro en el agua?
- Consulte la página 9 para ver más preguntas

Consulta de los 12 meses



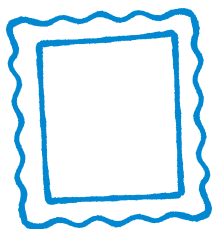
¿Sabía que...?

Aproximadamente a los 12 meses de edad, muchos niños pueden empezar clases de natación si están sanos y se sienten cómodos en el agua. Las lecciones con los padres ayudan a los niños a sentirse a salvo y facilitan la práctica de las habilidades en el hogar.

Utilice este espacio para preguntas o notas:



Coloque el sello después de la consulta del bebé.



Consultas preventivas para niños

Consulta de los 15 meses (1 año y 3 meses)

Edad	15 meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	• Examen físico Evaluaciones • Presión arterial • Audición • Vista • Anemia • Plomo, si aún no se ha realizado Vacunas • Dosis necesarias, si no se administraron en visitas anteriores • DTaP: cuarta dosis • Hib: tercera o cuarta dosis, según la serie • HepA: serie de dos dosis • Gripe: uno o dos dosis en la temporada de gripe • COVID-19: consulte con su médico sobre la dosis
Su médico puede	• Observar a su hijo(a) gatear, seguir instrucciones sencillas o hablar • Observar cómo su hijo(a) usa las crayolas

Consulta de los 15 meses

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

¿Sabía que...?

Dejar que su hijo(a) pequeño tome decisiones sobre algunas cosas puede ayudar a evitar peleas sobre otras. Cuando pueda, deje que su hijo(a) elija entre dos opciones que a usted le parezcan bien.

Por ejemplo, permita que elija entre dos de sus libros favoritos para leerle a la hora de dormir.

Preguntas que puede hacerle a su médico:

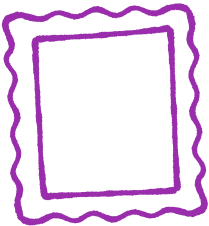
- ¿Cuáles son los mejores alimentos ricos en hierro para mi hijo(a)?
- ¿Cómo puedo mantener los dientes de mi hijo(a) sanos?
- ¿Cómo debo manejar las siestas, la hora de dormir o ayudar a mi hijo(a) a calmarse por sí mismo(a) durante la noche?
- ¿Cómo puedo manejar los berrinches, los comportamientos o establecer reglas?
- Cualquier preocupación que pueda tener sobre el habla, la audición o la vista de su hijo(a)
- Consulte la página 9 para ver más preguntas

Consulta de los 15 meses

Utilice este espacio para preguntas o notas:



Coloque el sello después de la consulta del bebé.



Consulta de los 18 meses

(1 año y 6 meses)

Edad	18 meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico Evaluaciones - Presión arterial - Audición - Vista - Anemia - Plomo, si aún no se ha realizado Vacunas - Dosis necesarias, si no se administraron en visitas anteriores - HepA: serie de dos dosis - Gripe: uno o dos dosis en la temporada de gripe - COVID-19: consulte con su médico sobre la dosis
Su médico puede	- Pedirle una evaluación de autismo. - Preguntarle sobre el comportamiento y el crecimiento de su hijo(a) - Conversar sobre la alimentación saludable - Conversar sobre la normalidad de que su hijo(a) aprenda lo que le gusta y lo que no le gusta

Consulta de los 18 meses

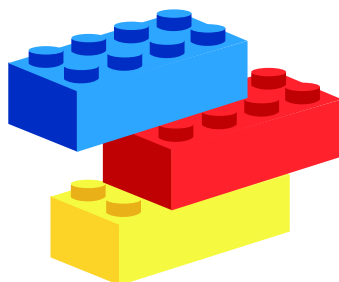
Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

¿Sabía que...?

Decir “no” es la forma en que su hijo(a) pequeño aprende que es una persona independiente. Es una parte normal del crecimiento, no es que esté tratando de ser difícil. Es una forma normal de que su hijo(a) aprenda quién es.

Preguntas que puede hacerle a su médico:

- ¿Cómo puedo darle a mi hijo(a) una dieta saludable con muchos alimentos diferentes?
- ¿Cuáles son las mejores maneras de ayudar a mi hijo(a) a aprender palabras nuevas y hablar más?
- ¿Cómo puedo mantener mi hogar seguro para mi hijo(a)?
- ¿Cuál es el número del centro de control de intoxicación?

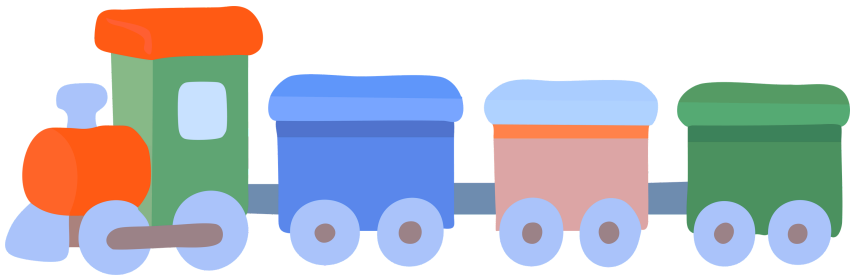
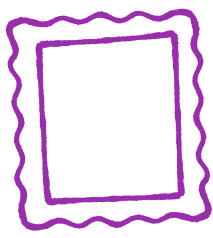


Consulta de los 18 meses

Utilice este espacio para preguntas o notas:



Coloque el sello después de la consulta del bebé.



Consulta de los 24 meses (2 años)

Edad	24 meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	• Examen físico Evaluaciones • Presión arterial • Audición • Vista • Anemia • Colesterol Vacunas • Cualquier vacuna que no se haya administrado o se haya retrasado • Gripe: uno o dos dosis en la temporada de gripe • COVID-19: consulte con su médico sobre la dosis A los dos años, la mayoría de los niños pequeños ya han recibido todas las vacunas recomendadas para la primera infancia.
Su médico puede	• Preguntarle sobre los hitos sociales y emocionales de su hijo(a) • Comprobar cómo utiliza las palabras su hijo(a) y cómo piensa y aprende • Pedirle una evaluación de autismo

Consulta de los 24 meses

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

¿Sabía que...?

Su hijo(a) de dos años todavía está aprendiendo a seguir las reglas. En lugar de castigarlo, ofrézcale opciones, redirija su atención y elogie su buen comportamiento.

Preguntas que puede hacerle a su médico:

- ¿Cuándo y cómo debo comenzar a enseñarle a mi hijo(a) a ir al baño?
- ¿Cuándo es seguro comenzar clases de natación y cómo puedo mantener a mi hijo(a) seguro en el agua?
- ¿Qué tipo de asiento de auto debe usar mi hijo(a)?
- ¿Cuándo es el momento de cambiar a un asiento de auto orientado hacia adelante?

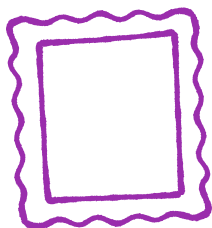


Consulta de los 24 meses

Utilice este espacio para preguntas o notas:



**Coloque el sello
después de la
consulta del bebé.**



Consulta de los 30 meses (2 años y medio)

Edad	30 meses
Qué esperar en la cita médica de su hijo(a)	- Examen físico Evaluaciones - Anemia - Colesterol Vacunas - Cualquier vacuna que no se haya administrado o se haya retrasado - Gripe: uno o dos dosis en la temporada de gripe - COVID-19: consulte con su médico sobre la dosis A los dos años, la mayoría de los niños pequeños ya han recibido todas las vacunas recomendadas para la primera infancia.
Su médico puede	Evaluar lo siguiente en su hijo(a): - Coordinación - Uso de palabras - Socialización - Uso de crayola - Habla y preguntas que hace

Consulta de los 30 meses

Escriba la fecha y la hora de su cita: _____

¿Sabía que...?

A los niños pequeños les va mejor con una rutina diaria. Las comidas diarias ayudan a los niños a hablar y aprender a usar las manos. Una rutina para la hora de acostarse ayuda a los pequeños a calmarse para dormir.



Preguntas que puede hacerle a su médico:

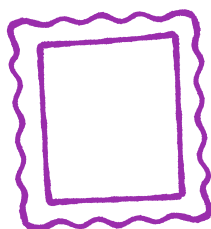
- ¿Necesito ajustar la rutina diaria o las actividades de mi hijo(a)?
- ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo(a) a aprender a hablar?
- ¿Cuánto tiempo es adecuado que pase frente a una pantalla?

Consulta de los 30 meses

Utilice este espacio para preguntas o notas:



**Coloque el sello después
de la consulta del bebé.**



Recursos comunitarios

¿Necesitan servicios dentales?

Para encontrar un dentista para usted y su bebé:

Visite smilecalifornia.org

Llame al 1-800-322-6384 | TTY 1-800-735-2922



El Departamento de Salud Pública del condado de San Bernardino ofrece servicios dentales en los centros de salud de Ontario, San Bernardino y Hesperia. Para programar una cita dental en un centro de salud del condado de San Bernardino, llame al 1-800-722-4777 o visite smilesbc.org



¿Tiene preguntas sobre las vacunas?

Las vacunas protegen a su bebé de enfermedades graves que aún existen, aunque no las veamos con frecuencia. Vacune a su hijo(a) para que tenga una vida llena de salud.

Obtenga más información sobre las vacunas recomendadas para su bebé en

HealthyChildren.org o escanee el código QR.



También puede encontrar más información en el Departamento de Salud Pública de California, en la División de Vacunación.

Escanee el código QR o visite

cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/family.aspx

¿Necesita transporte?

¡Puede obtener transporte de ida y vuelta (viajes) cubierto por su plan de salud de Medi-Cal sin costo para usted!

- Incluye viajes a cualquier cita médica, dental, de salud mental o por trastornos por consumo de sustancias y para recoger medicamentos.

Esto puede incluir:

- Viajes en auto, taxi, autobús o tren
- Pases de autobús y vales de taxi
- Reembolso de dinero por conducir su propio auto



¡Llame a su plan de salud de Medi-Cal para que le trasladen!

Plan de salud de Medi-Cal	Información de contacto
	Llame al Departamento de Servicios de Transporte de IEHP al 800-440-IEHP (4347) de lunes a viernes, de 7am - 7pm, sábados y domingos, de 8am a 5pm. TTY (800) 718-4347
	Llame al centro de llamadas de American Logistics al (844) 292-2688 o visite molina.americanlogistics.com
	Llame a la línea telefónica para miembros de Kaiser Permanente al (800) 464-4000 o visite homecare-scal.kaiserpermanente.org/transportation-services

¿Necesita ayuda adicional?

Para obtener más información y apoyo con la vivienda, alimentos, transporte o para conectarse con otros servicios proporcionados por el Departamento de Salud Pública (Department of Public Health, DPH) del condado de San Bernardino, visite dph.sbcounty.gov/resources.



Si tiene alguna pregunta, comuníquese con el DPH al (800) 782-4264 o (909) 387-4859 (TDD).



*De pequeñas manos a
grandes aventuras...*



Apéndice

Nombre de la vacuna	Dosis recomendada	Por qué es importante
Hepatitis B (HepB)	Tres dosis	Ayuda a proteger a su hijo de un virus que ataca el hígado
Rotavirus	Dos dosis*	Evita que su bebé se enferme con un virus que causa vómitos y diarrea
Virus sincitial respiratorio (RSV)	Se recomienda una dosis si no se administra a la madre durante el embarazo*	Ayuda a proteger a los bebés de un virus que causa infecciones pulmonares y respiratorias que pueden provocar hospitalizaciones
Difteria, tétanos y tos ferina (DTaP)	Cuatro dosis en el primer año de vida del bebé	Protege a su hijo de tres enfermedades peligrosas que causan tos asfixiante (tos convulsa), problemas respiratorios y espasmos musculares dolorosos

*La dosis puede variar según la serie y las recomendaciones de su médico.

Nombre de la vacuna	Dosis recomendada	Por qué es importante
Haemophilus influenzae tipo b (HIB)	De tres a cuatro dosis*	Protege a su hijo de un germen que puede causar meningitis y otras infecciones graves
Vacuna antineumocócica (PCV)	Cuatro dosis	Ayuda a prevenir infecciones de oído, neumonía e infecciones de la sangre o el cerebro causadas por la bacteria neumocócica
Poliomielitis inactivada (IPV)	Tres dosis en el primer año de vida del bebé	Protege a su hijo de un virus que puede causar parálisis o problemas para mover los músculos
Vacuna contra la influenza (gripe)	Una o dos dosis durante la temporada de gripe* (de octubre a febrero)	Ayuda a evitar que su hijo se enferme con el virus de la gripe

*La dosis puede variar según la serie y las recomendaciones de su médico.

Nombre de la vacuna	Dosis recomendada	Por qué es importante
Sarampión, paperas y rubéola (MMR)	Una dosis antes del primer año de vida del bebé	Mantiene a su hijo a salvo de tres enfermedades graves que pueden causar erupciones cutáneas, fiebre, hinchazón o problemas graves más adelante en la vida
Varicela	Una dosis antes del primer año de vida del bebé	Previene las erupciones cutáneas con picazón y la fiebre, y protege de infecciones graves de la piel o neumonía
Hepatitis A (HepA)	Serie de dos dosis	Mantiene a su hijo a salvo de un germen que se propaga a través de los alimentos o el agua y le causa dolor de estómago y cansancio
COVID-19	Una o más dosis* Hable con su médico para obtener recomendaciones	Ayuda al cuerpo a combatir el coronavirus que causa fiebre, tos y dificultad para respirar

*La dosis puede variar según la serie y las recomendaciones de su médico.

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal blue lines across its entire width, set against a plain white background. There are no margins, text, or other markings present.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

