



Departamento de Salud de Minnesota  
(Minnesota Department of Health)  
Departamento de Servicios Humanos  
de Minnesota (Minnesota Department of  
Human Services)



Para obtener esta información en formatos accesibles o asistencia con mayor acceso igualitario a servicios humanos, escriba a [dhs.childteencheckups@state.mn.us](mailto:dhs.childteencheckups@state.mn.us), llame al 651-431-5655 o use su servicio preferido de retransmisión. ADA1 (2-18)

### Excelentes sitios web para visitar

[www.helpmegrowMN.org](http://www.helpmegrowMN.org)  
[www.healthychildren.org](http://www.healthychildren.org)  
[www.cdc.gov/actearly](http://www.cdc.gov/actearly)  
[www.zerotothree.org](http://www.zerotothree.org)

### Obtenga ayuda para encontrar una clínica o para pedir una cita:

Llame al personal de Chequeos de Salud para Niños y Adolescentes de su plan de salud, su condado local o su tribu para:

- Consultar sobre seguro médico o Asistencia Médica (MA)
- Obtener ayuda para encontrar una clínica, un médico o un dentista
- Obtener un traslado a la clínica
- Obtener un intérprete para el chequeo

## Cómo aprovechar al máximo los chequeos de salud de su hijo

# Del nacimiento a los 5 meses



**Child and Teen Checkups**

# ¡Bienvenido al mundo!

Criar a un nuevo bebé es una etapa de descubrimientos y asombro ¡y con menos tiempo para dormir!

Muchas cosas cambian durante los primeros meses de vida, tanto para el bebé como para usted.

Los chequeos **cada 1 o 2 meses** contribuyen a la salud del cerebro y el cuerpo del bebé, y también ayudan a la madre, el padre o la persona a cargo del cuidado.

## ¿Qué puede esperar en cada chequeo?

- Una oportunidad para hacer sus preguntas
- Información confiable sobre alimentos saludables, el hábito de dormir, el comportamiento y la seguridad
- Un control de la manera en que su bebé crece, aprende, se desarrolla y se siente



- Una ocasión para hablar de la crianza de los hijos y de su propio bienestar
- Un examen de pies a cabeza
- Vacunas
- Seguimiento sobre la evaluación del recién nacido
- Chequeos de la audición y la vista
- Remisiones o ayuda para atender necesidades familiares, como:
  - Alimentos, vivienda y servicios públicos
  - Recursos monetarios o de trabajo
  - Cuidado de menores
  - Ayuda con relaciones sanas, por salud mental o consumo de sustancias

## ¿Qué sigue después?

Llame hoy mismo a la clínica de su hijo y pida una cita para un Chequeo de Salud para Niños y Adolescentes (un examen de bienestar infantil)

A esta edad, su seguro cubre un chequeo cada 2 meses como mínimo.

Su médico o enfermero puede firmar los formularios para la atención de su hijo u otras cosas que usted necesite.

## ¿Qué desea obtener de esta visita?

Piense en lo que desea hablar con el médico o enfermero de su hijo:

- La manera en que el bebé aprende: al hablar, leer, cantar, abrazarlo y jugar con usted. ¡Usted es la primera maestra el bebé!
- La manera en que el bebé le dice lo que necesita, ¡antes de que comience a hablar!
- Cómo calma usted al bebé
- Cómo cuida al bebé cuando está enfermo
- Seguridad: en la casa, junto al agua, al aire libre, etc.
- Cómo cuida de usted misma: el bienestar de los padres, la adaptación a la vida con un bebé
- Todo otro asunto importante para usted

