



**CenCalHEALTH®**  
Local. Quality. Healthcare.

# Manténgase saludable para niños/as: de 3-12 años

Continuar con sus visitas regulares puede ayudar a que su hijo/a crezca y se desarrolle por medio de ponerle las vacunas programadas, seguir su crecimiento y desarrollo, y plantear cualquier inquietud.



M-PH-SHK312PFP-012415



Hable con el pediatra y dentista de su hijo/a para hacer cita para sus vacunas y pruebas de detección.



Para ver si califica para **transporte gratis** para ir a la cita de su hijo/a, llame, sin costo, al Departamento de Servicios para Miembros de CenCal Health al 1-877-814-1861 (a la línea TTY/TDD 1-833-556-2560 o 711), de lunes a viernes, 8 a.m. - 5 p.m. o a Ventura Transit Systems al (855) 659-4600.



Para acceder a nuestra **biblioteca de educación sobre la salud en línea** con información, ayudas, y recursos para el cuidado preventivo y estilos de vida saludables, visite [www.cencalhealth.org](http://www.cencalhealth.org) y haga clic en "Salud y Bienestar."



Para **hablar con un Educador de Salud** en CenCal Health, por favor llame al 1-800-421-2560 ext. 3126. Deje un mensaje de voz con su solicitud para apoyo o información, y le regresaremos la llamada lo más pronto posible. También puede solicitar materiales educativos por su cuenta en el Portal para Miembros en [qrco.de/CCHmemberportal](http://qrco.de/CCHmemberportal).

Para información específica sobre los servicios que le tocan a su hijo/a, vea las Guías Preventivas en [qrco.de/becN3m](http://qrco.de/becN3m) o abra la cámara de su teléfono celular y apúntelo a este código QR, y haga clic en el enlace.



**Su hijo/a ha pasado sus primeros años explorando y descubriendo su mundo.** Use el siguiente calendario de las vacunas y pruebas de detección como una guía para su hijo/a de 3 a 12 años de edad.

### Pruebas de detección que necesitará su hijo/a de 3-12 años de edad.

- **Examen físico:** En este examen, el proveedor de cuidado de salud revisará el crecimiento y desarrollo de su hijo/a para encontrar o evitar problemas.
- **Barniz de fluoruro:** Previene las caries y ayuda a mantener saludables los dientes y las encías de su hijo/a. Cuando ya tenga dientes, el barniz de fluoruro puede aplicarse cada 3–6 meses hasta los 5 años de edad.
- **Pruebas de la vista/audición:** Las pruebas de detección de la vista son una manera importante de encontrar cualquier problema de la vista que pueda tener su hijo/a. Las pruebas de detección de audición son un paso importante para ayudar a entender si su hijo/a es sordo/a o tiene problemas auditivos.
- **Pruebas de detección de ansiedad:** Es posible que el doctor de su hijo/a le haga una prueba de detección de ansiedad de los 8 a los 18 años y puede ayudar ofreciendo tratamiento y recursos para ayudar con la ansiedad.
- **Pruebas de detección de depresión/riesgo de suicidio:** Es posible que el doctor de su hijo/a le haga una prueba de detección de depresión todos los años de los 12-21 años de edad y puede ayudar ofreciendo tratamiento y recursos.
- **Pruebas de detección de dislipidemia:** Esta prueba de detección busca lípidos (grasa) en la sangre de su hijo/a que puede afectar la salud de su corazón. Para los 9-11 y 17-21 años de edad.
- **Pruebas de detección cardíacas:** Es posible que el doctor de su hijo/a le haga una prueba de detección de riesgo de paro cardíaco o muerte cardíaca de los 11-21 años de edad.

### 3 años de edad

Su hijo/a de 3 años se está convirtiendo en un individuo con autodeterminación. En este chequeo, el pediatra de su hijo/a le hará un examen físico completo y le preguntará a usted acerca de sus inquietudes. El pediatra también se enfocará en el desarrollo de la lectura y el lenguaje, la nutrición saludable, y mantenerse a salvo en el mundo exterior.

#### Vacunas:

¡Póngase al día con cualquier vacuna atrasada o que le haya faltado!

#### Pruebas de detección:

- Examen físico
- Barniz de fluoruro para cualquier diente nuevo
- Pruebas de la vista



### 4-6 años de edad

Crecer quiere decir más días de escuela y más tiempo jugando con sus amigos, que también significa más oportunidades para la propagación de los gérmenes y para enfermarse. Conforme su hijo/a tenga edad para entrar a la escuela y relacionarse con más niños, ayude a protegerlos de las enfermedades manteniéndose al día con sus vacunas.

#### Vacunas:

**VAR** (Varicela), **DTaP** (Difteria, Tétanos, y Tos ferina), **MMR** (Sarampión, Paperas, Rubéola), **IVP** (vacuna inactivada contra polio)

#### Pruebas de detección:

- Examen físico
- Barniz de fluoruro para cualquier diente nuevo
- Pruebas de la vista y audición



## 7-10 años de edad

Es posible que su hijo/a esté aprendiendo a ser más independiente en esta etapa. Conforme hagan amistades y se vuelvan más sociables, también es el momento de asegurarse que estén protegidos contra el cáncer. La vacuna contra el virus del papiloma humano (HPV, por sus siglas en inglés) previene el cáncer causado por varios tipos del HPV.

### Vacunas:

- **HPV** (Virus del papiloma humano), dos dosis separadas por 6-12 meses a partir de los 9 años
- Póngase al día con cualquier vacuna que le haya faltado, tal como **VAR** (Varicela), **Hep A** (Hepatitis A), **Hep B** (Hepatitis B), **MMR** (Sarampión, Paperas, Rubéola), **IVP** (vacuna inactivada contra polio), **DTaP** (Difteria, Tétanos, y Tos ferina)

### Pruebas de detección:

- Examen físico
- Pruebas de la vista y audición
- Pruebas de ansiedad

## 11-12 años de edad

Aunque su hijo/a de 11 o 12 años se está acercando a su adolescencia, todavía dependen de usted. Ayúdelos a mantenerse sanos dándoles a tiempo las vacunas recomendadas y las pruebas de detección.

### Vacunas:

- **HPV** (Virus del papiloma humano), dos dosis separadas por 6-12 meses antes de los 13 años, **MCV** (Meningocócica), **DTaP** (Difteria, Tétanos, y Tos ferina)

### Pruebas de detección:

- Examen físico
- Pruebas de la vista y audición
- Pruebas de ansiedad



2023—Estas guías están basadas en los calendarios de vacunación recomendados por los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) y las recomendaciones de la American Academy of Pediatrics (academia estadounidense de pediatría) para la atención médica preventiva pediátrica, aap.org.

A algunas personas les preocupa la seguridad de las vacunas. Si tiene preguntas o dudas sobre las vacunas, por favor hable con el pediatra de su hijo/a.

Si es temporada de la gripe (influenza), el pediatra de su hijo/a también recomendará una vacuna contra la gripe.

