

Visitas de bienestar



CONTRA COSTA
HEALTH

¿Qué es una visita de bienestar?

Es importante llevar a su hijo al proveedor de salud cuando se encuentre enfermo o cuando necesite realizarse un examen para participar en un deporte. Sin embargo, también se recomienda realizar visitas rutinarias de bienestar.

Las visitas de bienestar, bienestar para bebés o bienestar infantil son visitas rutinarias con el proveedor de salud de su hijo para realizar lo siguiente:

- Examen físico
- Evaluación de salud mental
- Actualización de vacunas
- Monitoreo del crecimiento y desarrollo
- Detección de problemas antes de que se vuelvan graves
- Provisión de información sobre problemas de salud y seguridad
- Información sobre nutrición y aptitud física
- Información sobre cómo manejar emergencias y enfermedades



El proveedor de salud de su hijo también puede brindar orientación sobre otros problemas como los siguientes:

- Problemas de comportamiento
- Problemas de aprendizaje
- Problemas emocionales
- Problemas familiares
- Problemas de socialización
- Preocupaciones sobre la pubertad y los años de adolescencia



¿Cuándo deben programarse las visitas de bienestar?

El proveedor de salud de su hijo le dará un calendario de edades en las que se recomienda una visita de bienestar. La Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics) recomienda visitas de bienestar a las siguientes edades:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Antes de que el recién nacido sea dado de alta del hospital, o entre las 48 y 72 horas de vida | <input type="checkbox"/> 9 meses |
| <input type="checkbox"/> De 3 a 5 días | <input type="checkbox"/> 12 meses |
| <input type="checkbox"/> De 2 a 4 semanas | <input type="checkbox"/> 15 meses |
| <input type="checkbox"/> 2 meses | <input type="checkbox"/> 18 meses |
| <input type="checkbox"/> 4 meses | <input type="checkbox"/> 24 meses |
| <input type="checkbox"/> 6 meses | <input type="checkbox"/> 30 meses |
| | <input type="checkbox"/> Cada año, de los 3 a los 21 años |

Recursos para niños y adolescentes

Queremos tus comentarios. ¡Participe en nuestra encuesta breve!



Aquí en el condado de Contra Costa

Si tiene preguntas sobre la salud de su hijo, una vacuna o una prueba preventiva, puede llamar a la línea de asesoramiento de enfermería del Plan de Salud de Contra Costa (Contra Costa Health Plan, CCHP) al **877-661-6230** (TTY: 711) para obtener más información. Este es un número gratuito que se encuentra disponible para los miembros de CCHP las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluidos los días festivos.

Los siguientes servicios se encuentran disponibles en el condado para ayudarle a manejar el cuidado de su hijo.

Medi-Cal Dental



El programa Medi-Cal Dental cubre muchos servicios dentales, como chequeos, limpiezas y tratamientos.



Visite smilecalifornia.org, use el código QR o llame al **800-322-6384** para ver los dentistas u obtener más información.

Educación en salud

Contra Costa Health cuenta con recursos para ayudarle a conocer más sobre cómo proteger la salud de su niño o adolescente.



¡Acceda a información de salud, consejos, clases y más! Visite healthed.cchealth.org o escanee el código QR.



Medi-Cal para niños y adolescentes

Los niños, adolescentes y adultos jóvenes (menores de 21 años) **inscritos en Medi-Cal** califican para recibir servicios gratuitos y apoyo para mantenerse saludables o mejorar su salud. Esto incluye lo siguiente:



- **Chequeos médicos.**
- **Vacunas.**
- **Evaluaciones de salud.**
- **Tratamiento para problemas de salud física, mental y dental.**

Control de Envenenamiento de California

Mantenga a su niño y adolescente seguro de sustancias químicas y objetos que puedan ser dañinos para su cuerpo y desarrollo. Para recibir ayuda telefónica gratuita de expertos en envenenamientos, llame a Control de Envenenamiento de California (California Poison Control) al 800-222-1222.

Servicios en línea de salud conductual

Existen aplicaciones en línea de salud conductual (mental) disponibles para niños, adolescentes y familias que residen en California.

- **BrightLife Kids** está diseñada para padres o cuidadores y niños de **0 a 12 años**.
- **Soluna** está diseñada para adolescentes y adultos jóvenes de **13 a 25 años**.

Puede encontrarlas en línea en hellobrightline.com o solunaapp.com. También están disponibles en Apple App Store y Google Play.