

Usted y su pediatra



La Academia Americana de Pediatría (AAP por sus siglas en Inglés) ha desarrollado esta información para ayudarle a

- Escoger un pediatra.
- Prepararse para las visitas a la oficina de su pediatra.
- Saber qué hacer si tiene una pregunta sobre algún problema de salud de emergencia.

Al escoger un pediatra, puede estar seguro que un experto en medicina de niños estará tratando a su niño.

Por qué su niño necesita un pediatra

Los niños tienen necesidades de cuidado de salud diferentes a las de los adultos—tanto sus necesidades médicas como las emocionales. Los pediatras están preparados para prevenir y manejar problemas de salud en infantes, niños, adolescentes y jóvenes adultos. Los pacientes mayores confían en sus pediatras, porque se han conocido mutuamente por muchos años.

Preparación

Para estar preparado en pediatría, un doctor debe tomar cursos especializados por 3 años o más después de terminar la escuela de medicina. Esto se conoce como *residencia*. Después de la residencia, un doctor usualmente toma un largo y detallado examen que ofrece la Junta Americana de Pediatría. Después que pasa el examen, el doctor es un pediatra certificado por la junta. El o ella recibe un certificado que usted puede ver mostrado en la oficina. El doctor puede entonces ser un “Fellow” (miembro) de la Academia Americana de Pediatría (FAAP por sus siglas en Inglés.) Todo este historial prepara a su pediatra para manejar las necesidades de salud completas de su niño, incluyendo a lo siguiente:

- Crecimiento y desarrollo
- Enfermedades
- Nutrición
- Inmunizaciones
- Golpes
- Bienestar físico

Su pediatra también trabajara con usted en otros asuntos, tales como los siguientes:

- Comportamiento
- Problemas emocionales o familiares
- Problemas de aprendizaje y otros relacionados con la escuela
- Prevención y manejo del abuso de drogas
- Pubertad y otras inquietudes de adolescencia
- Televisor, el Internet, y otros medios

Los pediatras también pueden trabajar con maestros y otros adultos en centros de cuidado de niños, escuelas y programas después de escuela. Si su niño tiene un problema especial o complejo, su pediatra puede referirlo a otro especialista para mas ayuda, si es necesario.

Su pediatra, también, puede aconsejarle sobre tratamientos de medicina complementaria y distintas alternativas médicas seguras para niños. Es

importante que su pediatra esté al tanto de todos los usos de medicinas complementarias y alternativas. Algunas pueden resultar en problemas secundarios serios cuando son utilizadas con medicinas convencionales.

Encontrar el mejor pediatra para su niño

No espere hasta que su niño esté enfermo o necesite un examen medico para escoger un pediatra. Aunque se haya mudado recientemente, esté cambiando su seguro medico o esté esperando un bebé, es mejor conseguir un pediatra tan pronto como pueda. Para obtener recomendaciones de pediatras, pregúntele a otros doctores que conozca, al igual que a miembros de su familia, amigos y compañeros de trabajo. Puede comunicarse con un hospital cercano, escuela de medicina, o la asociación medica de su comunidad para una lista de pediatras locales. Algunos proveedores de seguros médicos pueden requerir que usted escoja un pediatra de su red de médicos proveedores.

Después de que tenga su lista de nombres, puede visitar las oficinas de los pediatras para poder escoger el doctor de su niño. Mientras está en el área de recepción, mire a su alrededor a ver si está limpia. (Pero mantenga en mente que niños han estado allí todo el día.) Considere si el personal de la oficina es amistoso y atento.

Hágale al personal de la oficina algunas preguntas, que pueden incluir:

- ¿Cuales son las horas de oficina?
- ¿Proveen cubierta de emergencia las 24 horas del día, los 7 días de la semana?
- ¿Las enfermeras reciben las llamadas?
- Si no puedo hablar con el doctor, ¿quien va a manejar mis preguntas?
- ¿Cuándo es mejor llamar con preguntas rutinarias?
- ¿Hay servicio de mensajería después de las horas laborales?
- ¿Está el servicio de mensajería atado a una universidad u hospital pediátrico?
- ¿A donde refieren a los pacientes después de horas laborales?
- Si fuera necesario, ¿hay acceso a un especialista y cuidado intensivo?
- ¿Debe pagar en el momento de la visita?
- ¿Cómo maneja la oficina facturación y cobro?
- ¿Cómo se manejan las reclamaciones de seguro?
- ¿El pediatra acepta pacientes nuevos con mi plan medico?

También, prepare una lista de preguntas sobre el pediatra, incluyendo lo siguiente:

- ¿Cuál es su historial pediátrico?
- ¿Tiene una sub-especialidad en el área de pediatría? Si es así, ¿cual?
- ¿En qué hospital admite pacientes?
- ¿Esta certificado por el Consejo Americano de Pediatría?
- ¿Es miembro de la Academia Americana de Pediatría?
- ¿Quienes son los médicos que cuidaran de mi niño si mi pediatra no está disponible?
- ¿Trabajan en el mismo hospital? Estos médicos, ¿están certificados?

Estos son solamente ejemplos. Haga todas las preguntas sobre asuntos que son importantes para usted.

Después de su primera visita con el pediatra, pregúntese: ¿Este pediatra escucha, contesta mis preguntas y parece estar interesado? Sobre todo, pregúntese a usted mismo si le gusta y confía en esta persona. Si su instinto dice que “no,” hable con el próximo pediatra en su lista.

Cuando algún conocido le sugiera un pediatra, es bueno preguntarle a esa persona algo sobre el doctor, tal como:

- ¿Su pediatra y el personal de la oficina contesta todas sus preguntas?
- ¿Usted cree que a sus niños les gusta ir a ese doctor?
- ¿El pediatra habla con y se interesa por los niños, no solamente con los padres?
- ¿Está el pediatra al día con los asuntos y desarrollos en la medicina pediátrica?
- ¿Cuan amistoso y listo para ayudar es el personal de la oficina?
- ¿Cómo maneja el personal de oficina sus llamadas telefónicas?
- ¿Cómo manejan las emergencias el personal de oficina?
- ¿Tiene que esperar mucho antes de ver al pediatra?
- ¿Hay algo del pediatra o de la oficina que le molesta?

Preparándose para visitas a la oficina

Visitas regulares al pediatra son clave para el cuidado medico preventivo. En cada visita, el pediatra, el practicante de enfermería pediátrica, o el residente pediatra examinarán completamente a su niño. Este examen le dará una oportunidad a su pediatra para

- Asegurarse de que su niño esté comiendo bien, esté saludable y esté creciendo bien.
- Actualizar las inmunizaciones.
- Rastrear el crecimiento y desarrollo de su niño.
- Diagnosticar problemas físicos antes de que sean serios.
- Ayudar a informarle cómo mantener a su niño sano y seguro.
- Contestar todas sus preguntas.

Los infantes y niños necesitan exámenes frecuentes durante los primeros 24 meses de vida. Después de la edad de 2 años, la mayoría de los niños no necesitan visitas regulares con tanta frecuencia. Su pediatra coordinará visitas de acuerdo a las necesidades de su niño. Pregúntele a su pediatra con qué frecuencia su niño necesita un examen.

Asegúrese de apuntar sus preguntas antes de su visita para que luego no se olvide. Mantenga el récord al día del crecimiento de su niño y de las inmunizaciones. Lleve esta información con usted a cada visita.

Enfermedades y golpes

Todos los niños se enferman en un momento u otro. Enfermedades menores como catarros y toses son comunes. Esto es especialmente cierto para niños que están en guarderías o en la escuela, donde pueden estar expuestos a más infecciones por otros niños. También es común que los niños reciban golpes menores, al igual que otros problemas médicos que necesiten el cuidado de su pediatra.

Si usted no está seguro de si su niño necesita ver al pediatra, siempre llame a su oficina. El personal de oficina puede decirle por teléfono si su niño necesita ver al pediatra y pueden darle una cita. El pediatra o el personal de enfermería puede darle consejos médicos por teléfono si no es necesaria una visita a la oficina.

Llamando al pediatra de su niño

Usted debe *siempre* sentirse cómodo de llamar a la oficina de su pediatra, ya sea durante horas de oficina para preguntas rutinarias o en cualquier momento en caso de emergencia. Llame de inmediato si está preocupado por su niño. A veces el padre siente que hay un problema antes de que aparezcan los síntomas. Siempre llame y consiga el consejo medico. Mantenga en mente, sin embargo, que a veces su pediatra no podrá contestar sus preguntas sin ver a su niño primero. Cuando no está seguro de si debe llamar, confíe en sus instintos.

Aproveche el teléfono a lo máximo. Su pediatra puede preferir que llame con preguntas generales durante el horario regular. Algunas oficinas, inclusive, tienen horarios especiales para llamar. Antes de llamar, tenga lápiz y papel a mano para escribir cualquier instrucción o pregunta. Es muy fácil olvidar algunos detalles, especialmente cuando está preocupado por su niño. Esté preparado para proveer información sobre la salud de su niño.

- Mantenga a su niño cerca del teléfono, si es posible, para ayudarle a contestar las preguntas cuando llame a su pediatra. Un niño mas grande podría decirle exactamente donde le duele.
- **Tómele la temperatura a su niño** antes de llamar. Si su niño tiene fiebre, anote la temperatura y la hora en que la tomó.
- **Recuérdle problemas médicos anteriores al doctor.** No espere que su pediatra se acuerde siempre de la condición medica de su niño. El o ella cuida de muchos niños durante el día y puede que no se acuerde que su niño sufre de asma, convulsiones u otra condición.
- **Esté seguro de mencionar medicamentos.** Si su niño está tomando medicamentos, incluyendo medicamentos recetados o no recetados, inhaladores, suplementos, vitaminas, productos de hierbas, o remedios caseros, informe a su pediatra.
- **Mantenga el récord de las inmunizaciones a la mano.** Estos ayudan, especialmente si su niño tiene un golpe que pueda requerir una inyección contra el tetano o si hay pertussis (whooping cough) en su comunidad.
- **Mantenga el numero de su farmacia a la mano.**
- **Quítele el seguro a su teléfono “call block,” y mantenga las líneas de teléfono disponibles** para que su pediatra pueda devolverle la llamada prontamente. No deje numero de “beeper”. Si deja el numero de su teléfono celular, asegúrese de mantenerlo encendido y que esté en una sitio donde pueda recibir llamadas.

Llamadas de rutina y de emergencias

Llamadas de rutina incluyen preguntas sobre medicinas, enfermedades menores, golpes, comportamiento o consejos a los padres. Usualmente no necesitara cuidado urgente para un simple catarro o tos, diarrea leve, constipación, arranques de cólera, o problemas para dormir. Para estos casos, puede ser que usted solo necesite un buen consejo medico.

Sin embargo, si su niño tiene cualquiera de lo siguiente, llame a ver si necesita que el doctor lo vea:

- Vómitos y diarrea que duren mas de unas cuantas horas en un niño de cualquier edad
- Erupción en la piel, especialmente si también tiene fiebre
- Cualquier tos o catarro que no se mejora en unos cuantos días, o un catarro que empeora y esta acompañada de fiebre
- Cortaduras que puedan necesitar puntos
- Cojear o no poder mover un brazo o pierna
- Dolor de oído con fiebre, no puede dormir o comer, está vomitando, tiene diarrea, o actúa enfermo
- Supuración de un oído

- Dolor de garganta o dificultad tragando
- Dolores agudos o persistentes en el abdomen o estomago
- Una temperatura rectal de 100.4°F (38°C) o más en un bebe menor de 2 meses de edad
- Fiebre y vómitos al mismo tiempo
- No comer por mas de un día

Las llamadas de emergencia requieren la atención inmediata de su pediatra. Pero es mejor saber lo que debe hacer antes de que ocurra el problema. Durante un examen de rutina, pregúntele a su pediatra qué debe hacer y dónde debe llevar a su niño en caso de necesitar cuidado medico de emergencia. Aprenda ayuda primaria, incluyendo CPR (resucitación cardiopulmonar.) Mantenga un listado con los teléfonos de los centros de emergencia y envenenamiento cerca de su teléfono.

Un infante o niño necesita cuidado medico de emergencia **inmediatamente** si presenta cualquiera de lo siguiente:

- Sangrado que no para luego de aplicarle presión por 5 minutos
 - Sospecha de envenenamiento
 - Convulsiones (brincos rítmicos y perdida de conocimiento)
 - Problemas de respiración que se acentúan
 - Piel o labios que parecen azul, lila o gris
 - Cuello tieso o erupciones en la piel con fiebre
 - Golpe en la cabeza con perdida de conciencia, confusión, vómitos o color de piel pobre
 - Sangre en la orina
 - Diarrea con sangre o diarrea que no para
 - Perdida de energía de repente o no se puede mover
 - Inconsciencia o perdida de responder
 - Actuando raro o estar más retraído y menos alerta
 - Dolor persistente severo o creciente
 - Una cortadura o quemadura grande, honda o que involucre la cabeza, pecho o abdomen
 - Una quemadura grande o que involucre las manos, área pélvica o cara
- Llame al 911 (o su numero de emergencia) para un niño que esté severamente enfermo o golpeado.

Según su niño crece

Su pediatra puede continuar siendo un recurso importante, no solamente para enfermedades o golpes, sino para toda clase de consejo medico, incluyendo lo siguiente

- Ejercicio
- Nutrición
- Estar muy flaco o muy gordo
- Problemas emocionales y de comportamiento
- Ayudar a los niños a lidiar con asuntos como el divorcio y la muerte
- Problemas de la escuela o de aprendizaje
- Problemas familiares
- Literacia de medios e Internet
- Prevención de agravios por armas de fuego

Su pediatra puede responder a las necesidades especiales de su adolescente y puede ofrecer consejos y conserjería en

- Cambios del cuerpo durante pubertad
- Menstruación
- Crecimiento e higiene
- Cómo lidiar y ser feliz consigo mismo y con los demás
- Abuso de sustancias
- Salir en pareja y cuestiones sexuales
- Desorden de comer
- Acne
- Control de la natalidad
- Problemas relacionados con la violencia
- Problemas de pandillas

La salud de su niño y las inmunizaciones

Muchas de las enfermedades de los niños se pueden prevenir con visitas medicas regulares y manteniendo las inmunizaciones al día. Los niños necesitan vacunarse para protegerlos de difteria, tétano, pertussis (whooping cough), sarampión, farfollota, rubella (sarampión Alemán), polio, hepatitis A, hepatitis B, *Haemophilus influenzae* tipo b, varicelas, influenza, e infecciones pneumococcal.

Asegúrese de que su niño esté al día con todas las vacunas. Es la única forma de proteger a su niño contra muchas enfermedades serias.

Su pediatra le puede dar información mas reciente de nuevas vacunas según están disponibles. En cada examen, pregúntele a su pediatrician si su niño está completamente inmunizado.

No deberá usarse la información contenida en esta publicación a manera de substitución del cuidado médico y consejo de su pediatra. Podría haber variaciones en el tratamiento, las cuales su pediatra podría recomendar, en base a los hechos y circunstancias individuales.

From your doctor