

¿PORQUÉ HAY QUE ACUDIR A LOS EXÁMENES DE SALUD?

REDONDO ROMERO, ANTONIO MANUEL. Pediatra. Centro de Salud Cabo Huertas. Alicante.

Los exámenes de salud sirven para asegurarse de que el niño tiene un desarrollo normal y para identificar problemas de salud evidentes o que puedan pasar desapercibidos, tanto sean de origen físico, psicológico o social. Son muy útiles también para conocer si existe algún factor de riesgo, confirmar que se ha realizado la detección precoz de distintas anomalías (hipotiroidismo, fenilcetonuria, sordera...) y que está siguiendo de forma adecuada el calendario de vacunaciones. Al no existir la “tensión” de las otras visitas que se realizan por un problema de salud, permiten una comunicación más fluida y distendida con el médico y facilitan la confianza mutua, que es un factor esencial en la relación pediatra-familia-paciente.

¿Cuándo hay que acudir al pediatra?

Después del alta en la maternidad, se recomienda acudir con el recién nacido al pediatra de tu centro de salud antes de los 5 días de vida para realizarle la prueba del talón (fenilcetonuria), y concertar la cita para el examen de salud de los 15 días. A partir de entonces, el equipo de pediatría le irá indicando la frecuencia de las próximas visitas, según las necesidades individuales de cada caso. En condiciones de normalidad, durante el primer año de vida las revisiones son más frecuentes, espaciándose a partir de esa edad. No olvide seguir acudiendo a las revisiones durante la edad escolar y la adolescencia, sigue

siendo muy importante para el cuidado de su salud.

¿En qué consiste el examen de salud?

Es un instrumento excelente para vigilar la salud del niño. Incluye la entrevista a los padres sobre diferentes aspectos de la salud de su hijo, la exploración clínica, la medición del crecimiento y el asesoramiento a los padres sobre los cuidados necesarios según la edad y características del niño.

El examen de salud comienza con una entrevista detallada. En el primer examen de salud, durante la entrevista le preguntarán los datos importantes relacionados con la salud de su hijo y de su familia, incluyendo cómo fue su embarazo y parto y los conservarán en la historia clínica. En los siguientes exámenes la entrevista incluirá preguntas sobre su crecimiento, desarrollo psicomotor, si ha tenido enfermedades anteriores, hospitalizaciones o intervenciones quirúrgicas. También se interesarán por sus hábitos de vida, de higiene y alimentarios, y por su estado vacunal. La información de las circunstancias familiares, o la problemática de padres y hermanos también son de gran trascendencia.

En la edad escolar se hará hincapié en el rendimiento escolar, la práctica deportiva y las actividades extraescolares que desarrolla. Cuando sea un adolescente se profundizará en la relación padres-

adolescente, debiendo conocer también su entorno de amigos y las situaciones de riesgo a que se puede exponer.

Luego se realiza una exploración general. En los recién nacidos se vigilará la evolución de peso, talla y perímetro cefálico y se descartarán problemas que no hayan sido detectados con anterioridad (soplos, malformaciones, cataratas...). Se debe confirmar que se le ha hecho la "prueba del talón" y la detección de problemas auditivos, a la vez que se controlará que lleve una alimentación y vacunación adecuadas.

En la etapa de lactante, además de la exploración y el control del crecimiento, se prestará atención al desarrollo psicomotor (cuando se mantiene sentado, dice las primeras palabras, da los primeros pasos...).

En los escolares se ampliará con la exploración de la audición y la visión, tan necesarios para un adecuado rendimiento escolar.

Con la llegada de la pubertad y la adolescencia es fundamental seguir el crecimiento y la maduración sexual, que incluye datos sobre la primera regla en las chicas. Al final de la consulta le informarán de si han encontrado algún problema y la forma de solucionarlo. También le ofrecerán una "guía anticipatoria de salud" para que conozcan cómo se espera que se desarrolle su hijo y puedan desarrollar estilos de vidas saludables (promoción de lactancia materna, alimentación, vacunaciones, higiene general y bucodental, prevención de accidentes, toxicomanías, instauración de normas, educación en valores...). Por último, cuando su hijo sea un adolescente, lo estimularemos para que se vaya responsabilizando de su propia salud.