

GrowSmart EPSDT Promoviendo la Salud

Mayo es el Mes de Concientización de la Salud Mental

Este mes nos enfocamos en la salud conductual de la primera infancia, exhortando a las familias, los cuidadores y los proveedores a reconocer la importancia del desarrollo socioemocional durante los primeros años de vida. Un apoyo temprano ayuda a los niños a construir bases emocionales sólidas y promueve el bienestar a lo largo de toda la vida.

¿Qué es la salud conductual de la primera infancia?

La salud conductual de la primera infancia se refiere al desarrollo emocional, social y de comportamiento de los niños desde el nacimiento hasta los cinco años. Estos primeros años del niño hacen la base de cómo expresan las emociones, establecen relaciones, exploran sus ambientes y adquieren nuevas habilidades. Las evaluaciones tempranas ayudan a identificar preocupaciones y aseguran que los niños reciban el apoyo necesario en el momento oportuno.

¿Qué dicen los médicos?

Los pediatras aconsejan que se haga un seguimiento continuo del desarrollo y del comportamiento en cada visita. También están a favor de las evaluaciones socioemocionales formales desde los 6 meses, usando herramientas estandarizadas a los 12, 24 y 36 meses, y cada año, después de los tres años. También, los exámenes específicos para el autismo se sugieren a los 18 y 24 meses. De esta manera, cuando surgen dudas, los médicos pueden referir a las familias a servicios de intervención temprana o de salud conductual para asegurar un apoyo rápido.

Consejos para familias

- Diariamente hable, juegue, lea y cante con su hijo.
- Utilice rutinas que sean predecibles para crear una sensación de estabilidad.
- Haga un modelo respuestas emocionales serenas y brinde apoyo durante emociones intensas.
- Utilice libros y actividades para ayudar a los niños a identificar sus sentimientos y a desarrollar habilidades sociales.
- Observe los hitos del desarrollo emocional y social, y si tiene alguna inquietud, consulte con el médico de su hijo.
- Asista a todas las visitas de control de salud infantil y complete los exámenes de detección recomendados.
- Dé seguimiento a los referimientos para servicios de intervención temprana o de salud conductual.

Manténgase involucrado en el cuidado de su hijo

- Visitas de salud infantil anual.
- Dé seguimiento al crecimiento y desarrollo
- Averigüe sobre apoyos de comunicación y sensoriales
- Establezca rutinas sencillas y constantes
- Proporcione herramientas de relajación o sensoriales
- Fomente actividades diarias placenteras
- Haga preguntas siempre que tenga inquietudes

Calendario de Crecimiento Saludable

Edad	Acciones clave
6 meses	Inicio de las evaluaciones socioemocional.
12, 24 y 36 meses	Utilizar herramientas de detección estandarizadas.
18–24 meses	Evaluaciones Específicas para el Autismo.
Cada año después de los 3 años	Resive los hitos emocionales, sociales, de comunicación y de aprendizaje.
En Cualquier momento	Solicite a su médico una evaluación del desarrollo si tiene alguna preocupación.

¿Necesitas ayuda o recursos?

Trillium Health Resources ayuda a las familias a mantener la salud cubriendo chequeos médicos, compartiendo consejos sencillos sobre cómo comer y mantener actividad física, y ofreciendo herramientas para una vida saludable.

Llame a Servicios para Afiliados y Beneficiarios o ponerse en contacto con su Administrador de Cuidados al
1-877-685-2415

Fuentes: AAP: Developmental Screening Recommendations, CDC: Learn the Signs. Act Early, NCOA: EPSDT Requirements