Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

La visita del Programa de Salud Infantil en la etapa entre los 2 y 5 años

Según el Programa de Salud Infantil cada Comunidad Autónoma puede variar el número, y haber algún cambio en las actividades que se realizan en las revisiones de este tramo de edad.

Es necesario que a las visitas de salud infantil llevéis la cartilla vacunal de vuestro hijo y la tarjeta sanitaria.

Actividades clínicas que suele hacer el profesional sanitario

1. Valoración del desarrollo físico. Para ello se mide peso y altura. Y es frecuente que se registren en gráficas y se compruebe que están dentro de lo normal. A partir del peso y la talla se calcula el índice de masa corporal (IMC), que relaciona el peso con la altura. Así se identifica si el peso es adecuado a la altura y se puede ver si el peso esta muy por arriba o por debajo de lo que seria deseable.

2. Valoración del desarrollo psicomotor. A la edad de 3-4 años pueden sujetar un lápiz entre los dedos, subir y bajar escaleras sin ayuda y se entiende lo que dicen.

Se busca si hay signos de alerta que, aunque no indican la existencia de un problema, hacen aconsejable el seguimiento y control. En estos casos se usan los “Test de Desarrollo Psicomotor” (Haizea-Llevant o Denver)

3. Revisión de la visión. Se mira la movilidad de cada ojo y que los ojos estén paralelos. Se valora la existencia o no de estrabismo. Visión binocular. La agudeza visual se valora con optotipos de dibujos adecuados para la edad preescolar. Cada ojo por separado.

4. Medición de la Tensión Arterial. Al menos una determinación entre los 3-6 años. El pediatra comprobará en unas gráficas que está dentro de lo normal para su edad y sexo.

5. Valoración de la audición y lenguaje. Reacción al sonido. La familia entiende lo que dice. El lenguaje es adecuado para su edad. Responde a preguntas sencillas sin gestos y sin mirar los labios.

6. Revisión de boca y dientes. En este grupo de edad ya están presentes todos los dientes temporales, siendo los últimos en aparecer los segundos molares, alrededor de los 2 años (20-30 meses). Se busca si hay caries, inflamación de encías y maloclusión.

7- Situación vacunal. Se comprueba que tenga las vacunas correspondientes a su edad. Se administran las vacunas que correspondan a su edad, según el calendario vigente. Se da información y se aclaran dudas que surjan.

8. Pruebas especiales. No se hacen en todas las revisiones, sólo cuando hay factores de riesgo:

- Análisis de sangre para medir el colesterol. Si hay familiares con colesterol alto o con enfermedad cardiovascular siendo jóvenes

Consejos y Temas que se suelen tratar

1. Alimentación. Tipo y cantidad de alimentos. Que es la Pirámide de los Alimentos. Cantidad adecuada de leche y derivados. Cantidad y tipo de sal que debe añadirse a la comida. Que hacer si tiene poco apetito.

2. Salud buco-dental. Si continúan usando el chupete o succionan el dedo. Tipos de alimentos que causan caries. Hábitos alimentarios que favorecen la caries. Cuando cepillar los dientes. Tipo de pasta de dientes que se debe usar. Cantidad adecuada de pasta de dientes.

3. Actividad física y deporte. Tipo de ejercicio físico que es adecuado para su edad.

4. Educación infantil. Actuación frente a rabietas. Utilidad del juego como medio para aprender. Establecer límites.

5. Seguridad en el automóvil y prevención de accidentes. Dispositivos adecuados para la edad en caso de desplazamiento en coche. Utilidad de saber nadar e ir en bicicleta. Educación peatonal y vial. Medidas a tomar en el hogar para prevenir accidentes e intoxicaciones

6. Peligros del humo del tabaco.

7. Uso de protección solar. Momentos del día en que hay que evitar la exposición al sol. Tipo de protección que hay que usar. Cuando usar protección con ropa y gorra y cuando con cremas.

8. En el hogar. Comportamiento con los padres, otros adultos y otros niños. Adaptación al colegio. Control de esfínteres. Como y cuanto duerme.

Revisado por *Grupo PrevInfad* (Prevención en la infancia y adolescencia) de la AEPap

---

Fecha de publicación: 21-10-2015

Autor/es:

- Trinidad Álvarez de Laviada Mulero. Pediatra. Consultorio Auxiliar "Barrio de la Luz". Chirivella (Valencia)

BY NC ND