



VACUNAS: ¿QUÉ DEBEN SABER LOS PADRES?

Los padres siempre quieren hacer lo mejor para proteger y cuidar de sus hijos, pero no siempre es fácil. Vacunarse usted y a su hijo a tiempo es lo más importante que puede hacer para asegurarse de que su familia se mantenga sana para toda la vida. Las vacunas son la mejor manera de protegerse de las enfermedades.

¿Las vacunas (inyecciones) son seguras?

Sí, las vacunas son seguras. Las vacunas han sido examinadas cuidadosamente por médicos, científicos y otros profesionales de atención médica durante muchos años. Algunas personas tienen reacciones alérgicas graves a causa de ellas, pero es muy raro. Asegúrese de que su médico sepa si usted o su hijo tienen alguna alergia antes de vacunarse.

¿Por qué debo vacunar a mi hijo?

Las vacunas (inyecciones) ayudan a que el sistema inmunológico de su hijo luche contra las enfermedades y lo protegen de las enfermedades que ponen en riesgo su vida.

Asegurarse de que su familia tenga puesta las vacunas también puede ayudar a evitar que se transmitan las enfermedades. Hay enfermedades que ya no existen porque hubo generaciones de personas que se vacunaron.

¿Cuándo debe vacunarse mi hijo?

Asegurarse de que su bebé o niño reciba las vacunas necesarias a tiempo ayuda a que se ponga fuerte su sistema inmunológico antes de que se exponga a virus y gérmenes que pueden hacer que se enferme. Los bebés nacen con sistemas inmunológicos débiles y esto puede hacer que se enfermen con gran facilidad, por lo que vacunarlos cuando su médico lo recomienda puede ayudar a su sistema inmunológico y evitar que se enfermen.

Consulte la página 4 para ver el cuadro que indica cuándo vacunar a su bebé o niño.



REFERENCIAS:

- <https://www.cdc.gov/vaccines/growing/index.html>
- <https://www.cdc.gov/vaccines/growing/images/global/CDC-Growing-Up-with-Vaccines.pdf>
- https://www.vaccines.gov/getting/for_parents/five_reasons/index.html

ENVENENAMIENTO POR PLOMO

Es importante saber si su hijo puede estar expuesto al plomo. El plomo es un metal venenoso para nuestros cuerpos, aun en pequeñas cantidades. Si los niños tienen plomo en la sangre, puede que tengan un crecimiento y desarrollo lentos, retrasos al aprender, al oír y al hablar y problemas de comportamiento.

¿Cómo se produce el envenenamiento por plomo en los niños?

- Al tocar pintura a base de plomo y ponerse las manos en la boca.
- Al aspirar polvo de pisos o paredes reparados recientemente que puedan contener plomo.
- Al tomar agua que pasa por cañerías o grifos viejos que pueden contener plomo.
- Al comer alimentos que hayan estado en platos pintados con pintura que contenga plomo. Algunos niños comen otras cosas que no son comida, como tierra y cáscaras de pintura que pueden contener plomo. Este hábito se llama pica.
- Al tocar o jugar con juguetes, joyas u objetos de países que no tienen reglas estrictas en cuanto al plomo.
- Al tener contacto con remedios caseros de varias culturas, que contienen plomo (como greta o azarcón, litargirio, ba-baw-san, gashard y daw tway).

Estoy embarazada. ¿El plomo puede dañar a mi bebé que aún no ha nacido?

El plomo es particularmente peligroso para las mujeres embarazadas y sus bebés. Demasiada cantidad de plomo puede causar presión arterial alta de la madre que, con el tiempo, puede dañar la salud de la madre. Una vez que el plomo se encuentra en nuestro sistema, es difícil quitarlo o tratarlo. El plomo ingresa en los cuerpos de los niños menores de seis años con más facilidad que en los adultos. El plomo puede causar:

- Daño en el cerebro, los riñones y el sistema nervioso
- Problemas de aprendizaje en los niños
- Bebés prematuros o muy pequeños
- Pérdida del embarazo

¿Cómo me doy cuenta si mi hijo tiene envenenamiento por plomo?

- La mayoría de los niños no muestran síntomas de envenenamiento por plomo.
- La mejor manera de darse cuenta es pedirle a su médico que analice la sangre de su bebé cuando tenga un año y repetirlo cuando cumpla dos años.

¿Cómo protejo a mis hijos y a mi familia del envenenamiento por plomo?

- Lave los juguetes y las manos de su hijo con frecuencia.
- Limpie los pisos con un trapeador húmedo y las repisas de las ventanas con un paño húmedo.
- Quítese los zapatos cuando entre a su casa para no traer tierra que contenga plomo.
- Aleje a los niños de la pintura que se esté descascarando. Ponga cinta adhesiva sobre la pintura que esté floja.
- Asegúrese de que el propietario cumpla con las leyes y quite la pintura que se esté descascarando. Los niños y las mujeres embarazadas no deben vivir en una casa construida antes de 1978 que se esté reparando.
- Utilice agua fría del grifo para beber, cocinar y prepararle la leche de fórmula a su hijo. Deje correr el agua durante 30 a 60 segundos antes de usarla.

Si vive en la ciudad de Nueva York y cree que puede haber plomo en su casa o apartamento, llame al **311**.

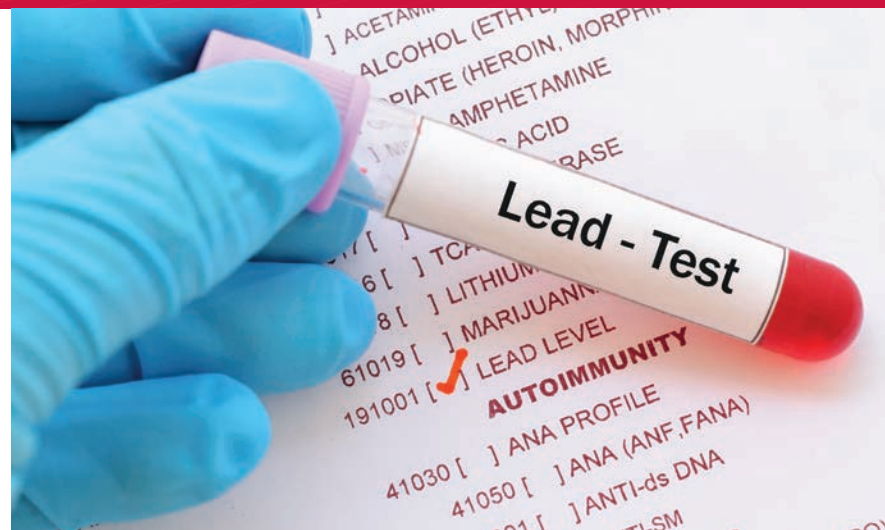
Para preguntas sobre el plomo y otros problemas de salud ambiental, llame al teléfono de información de Salud Ambiental del estado de Nueva York: **800.458.1158**.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN, VISITE:

Departamento de Salud de la ciudad de Nueva York (New York City Department of Health): <http://www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/lead-poisoning-prevention.page>

FUENTES:

- Departamento de Salud del estado de Nueva York (New York State Department of Health), "Prevención del envenenamiento por plomo": <http://www.health.ny.gov/environmental/lead/>
- Mayo Clinic, "Envenenamiento por plomo": <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/lead-poisoning/basics/definition/con-20035487>
- KidsHealth, "Envenenamiento por plomo": <http://kidshealth.org/en/parents/lead-poisoning.html?WT.ac=ctg#catbrain>



LA AYUDA TEMPRANA MARCA LA DIFERENCIA

Cada niño crece a un ritmo distinto. ¿Pero ha notado que su hijo no hace todas las cosas que otros niños hacen?

No espere. Consiga ayuda. ¡Actúe a tiempo!

A continuación, encontrará algunas cosas que puede esperar que su hijo haga a los:

- **3 meses:** girar la cabeza hacia los colores brillantes y las luces, mover los ojos en la misma dirección a la vez, responder a la voz de la madre, susurrar y sonreír
- **6 meses:** seguir objetos en movimiento con los ojos, estirar los brazos para alcanzar objetos y levantarlos, ayudar a sostener el biberón mientras se le da de comer, voltearse
- **12 meses:** enderezarse, impulsarse para pararse, gatear, jugar al cucú, saludar con la mano, decir al menos una palabra
- **18 meses:** empujar y jalar objetos, decir al menos seis palabras, seguir instrucciones simples, alimentarse solo, caminar sin ayuda
- **2 años:** producir oraciones de dos o tres palabras, decir aproximadamente 50 palabras, reconocer imágenes, patear una pelota hacia adelante, dar vuelta dos o tres páginas juntas
- **3 años:** lanzar una pelota por encima de la cabeza, andar en triciclo, ponerse los zapatos, abrir la puerta, dar vuelta una página a la vez, repetir ritmos comunes



Si le parece que hay algún problema o que el desarrollo de su hijo es más lento, hable con su médico, que probablemente le cuente sobre el Programa de intervención temprana del estado de Nueva York (EIP, por sus siglas en inglés). El EIP es un programa del estado de Nueva York para niños con discapacidades. Ofrece ayuda especial para **los niños menores de tres años de edad** y sus familias.

El EIP puede ayudarlo con:

- Pruebas de detección de la audición y la vista
- Terapias para el habla, fisioterapia y otras terapias
- Consultas a domicilio
- Educación familiar, asesoramiento y grupos de apoyo para padres
- Ayuda para el cuidado y asistencia social

¿Cómo puede recibir los servicios de EIP para su hijo?

Si su médico cree que hay algún problema, lo ayudará a familiarizarse con un programa EIP. El EIP es GRATIS para cualquier niño que reúna los requisitos. En el estado de Nueva York, Medicaid y el seguro de salud privado pueden ayudar a pagar los servicios de EIP.

También usted mismo puede ponerse en contacto con EIP llamando al **800.522.5006**. En la ciudad de Nueva York, llame al **311**.

Para obtener más información del programa EIP, diríjase a: https://www.health.ny.gov/community/infants_children/early_intervention/



PROGRAMA DE VACUNACIÓN DE SU BEBÉ/NIÑO



Programa de inmunizaciones recomendadas por el estado de Nueva York para niños y adolescentes

Una marca ✓ significa que es el mejor momento a partir del cual su hijo se puede vacunar. Si su hijo no puede vacunarse en el "mejor momento", de igual manera se debe vacunar lo antes posible. Pregúntele a su médico cómo hacer para que su hijo esté al día con las vacunas.

Vacuna contra:	Nacimiento	2 meses	4 meses	6 meses	12 meses	15 meses	18-23 meses	4-6 años	11-12 años	16 años
Hepatitis B	✓	✓ 1-2 meses		✓ 6-18 meses						
Rotavirus		✓	✓	✓ ¹						
Difteria, tétano, tos ferina (DTaP)		✓	✓	✓		✓ 15-18 meses		✓		
Tétano, difteria, tos ferina (Tdap) ²									✓ ²	
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)		✓	✓	✓ ¹	✓ 12-15 meses					
Enfermedad neumocócica (PCV) ³		✓	✓	✓	✓ 12-15 meses		Pregúntele a su médico si su hijo de 2 años o más debe ponerse la vacuna PPSV23. ³			
Polio (IPV)		✓	✓	✓ 6-18 meses				✓		
Influenza	Se recomienda una vacuna anual para todos los niños de 6 meses o más. Pregúntele a su médico si su hijo debe recibir una o dos dosis.									
Sarampión, paperas, rubéola (MMR) ⁴				Vea la nota 4	✓ 12-15 meses			✓		
Varicela					✓ 12-15 meses			✓		
Hepatitis A					✓		✓			
Virus del papiloma humano (VPH) ⁵									✓ ⁵	
Enfermedad meningocócica ⁶		Pregúntele a su médico si su hijo de 2 meses o más debe vacunarse contra la enfermedad meningocócica.							✓	✓



¹ Para algunos tipos de vacunas Hib y contra el Rotavirus no se necesita la dosis de los 6 meses de edad.

² Tdap: los niños de 7 a 10 años que no se encuentran completamente inmunizados contra la tos ferina deben recibir una única dosis de Tdap.

³ PCV = vacuna antineumocócica conjugada; PPSV23 = vacuna antineumocócica polisacárida

⁴ MMR: los niños de 6 a 11 meses que viajen fuera de EE. UU. deben recibir una dosis de MMR antes de irse.

⁵ La vacuna contra el VPH incluye dos inyecciones administradas con 6 meses de diferencia. Se recomienda tanto para los niños como para las niñas. Puede que los adolescentes que comiencen con la serie luego de los 15 años y algunos niños con afecciones médicas especiales necesiten tres dosis.

⁶ Existen dos vacunas que protegen contra la enfermedad meningocócica. Puede que algunos niños con afecciones médicas especiales necesiten tanto la MCV4 como la MenB.