

# Presentamos *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias: Criando Infantes, Niños y Adolescentes Saludables*, 3ra edición a las familias

## Hoja de Consejos prácticos para Proveedores



Family Voices y la Academia Americana de Pediatría (AAP) desarrollaron *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias: Criando Infantes, Niños y Adolescentes Saludables*, 3ra edición, para que las familias compartan información y actividades importantes sobre la promoción de la salud de manera accesible y amigable para la familia. *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias*, 3ra edición, se basa en [Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents, \(Bright Futures: Pautas para la Supervisión de Salud de Bebés, Niños y Adolescentes\)](#), 4ta edición, de la AAP.

Esta hoja está diseñada para proporcionar sugerencias sobre cómo los profesionales de la salud pediátrica, los trabajadores de salud de la comunidad, los visitantes a domicilio, los programas de intervención temprana, los profesores y otras personas que trabajan con niños y familias puedan presentar *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias*, 3ra edición.

### Acerca de *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias* - Hágale saber a las familias:

- *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias* fue escrita por familias para familias.
- *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias* incluye información sobre la importancia de las visitas de seguimiento de bienestar del niño en cada edad y etapa del desarrollo.
- Cada sección de *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias* tiene información para ayudar a las familias a:
  - a. **PENSAR** en cómo prepararse para cada visita de seguimiento de bienestar del niño (ejemplo: programar una cita)
  - b. Aprender información específica sobre niños y jóvenes con necesidades especiales de salud (**CYSHCN**, por sus siglas en inglés) (ejemplo: conectarse con otras familias que tengan experiencias similares)
  - c. **COMPROBAR** lo que su hijo puede estar haciendo a esta edad (ejemplo: ¿puede su hijo identificar los colores?)
  - d. **PLANIFICAR** lo que es importante para la visita de seguimiento de bienestar del niño (ejemplo: anote preguntas con anticipación)
  - e. Saber qué **ESPERAR** de cada visita de seguimiento de bienestar del niño (ejemplo: el niño puede recibir vacunas)
  - f. **CONECTARSE** con la familia, amigos y su comunidad para desarrollar resiliencia y fomentar las relaciones (ejemplo: participar como voluntarios en familia)

### ¿Cómo las familias pueden usar *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias*

- Anime a las familias a explorar *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias*, que está disponible en Internet <https://www.aap.org/BFFamilyPocketGuide>. *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias* sirve como recurso valioso para que las familias lo usen a lo largo del desarrollo de sus hijos.
- Comparta secciones de *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias* ejemplos de cómo las familias pueden promover la salud y el bienestar de sus bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

### Ejemplos incluidos:

# Presentamos *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias: Criando Infantes, Niños y Adolescentes Saludables*, 3ra edición a las familias

## Hoja de Consejos prácticos para Proveedores

- Si los padres tienen preguntas sobre cómo seleccionar e instalar un **asiento para automóviles**, comparta la sección **Seguridad y prevención de lesiones**.
- Comparta la sección **Salud oral** con los padres para ayudarlos a introducir el uso del **cepillo de dientes**.
- Si está visitando a padres cuyo hijo está aprendiendo a caminar, comparta la sección **Mantener su ambiente seguro**.
- Si una nueva mamá está teniendo problemas a la hora de **dormir a su bebé**, comparta la sección sobre **rutinas para ir a dormir**.
- Si los padres se preguntan cuándo y cómo introducir **alimentos sólidos**, comparta la sección sobre **Peso saludable/Nutrición saludable y Nuevos alimentos/Nuevas habilidades**.
- Si está visitando a una familia que tiene un niño de 2 años, y los padres se preguntan si su hijo está listo para **aprender a ir al baño**, comparta la sección **Aprender a usar el baño**.
- Comparta el **plan de redes sociales** con las familias que podrían necesitar información sobre cómo controlar la seguridad de sus hijos en las redes sociales y internet.
- Si los padres acaban de enterarse que su hijo tiene una necesidad especial de atención médica, comparta la sección **Maximizar los apoyos de la familia y la comunidad**.
- Ayude a los padres a "dejar ir" un poco a sus hijos adolescentes y fomentar su independencia: comparta la sección **Soltar** de la Guía Portátil.
- Comparta *Bright Futures, Guía Portátil para las Familias* que incluye recursos para ayudar a las familias de **niños y jóvenes con necesidades especiales** a conectar la transición de su hijo a los **sistemas de atención de adultos**.
- Comparta la sección **Crecer sanos** para ayudar a los padres a alentar a sus hijos adolescentes a mantener hábitos de alimentación saludables.
- Comparta la sección **Salud emocional y mental** para ayudar a los padres cuando su hijo adolescente está de mal humor o experimentando un problema de salud mental.



Bright Futures tiene un enfoque exhaustivo a la prevención y la promoción de la salud para todos los niños y sus familias. Las [Bright Futures: Pautas para la Supervisión de Salud de Bebés, Niños y Adolescentes, 4ta edición](#), desarrollado por la AAP, es un conjunto de principios, estrategias y herramientas que los profesionales de la salud pediátrica pueden utilizar para promover la salud y el bienestar de todos los niños, inclusive los niños y jóvenes con necesidades especiales de atención médica. Las *Pautas de Bright Futures*, en su 4<sup>ta</sup> edición, incluyen 12 temas de promoción de la salud, supervisión de salud y orientación anticipada para visitas de seguimiento de bienestar del niño desde el embarazo hasta los 21 años. La información es integral, está basada en evidencia, orientada a los sistemas y culturalmente apropiada.

*El Centro Nacional Bright Futures está respaldado por la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA, por sus siglas en inglés) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (HHS, por sus siglas en inglés) como parte de una concesión de \$5,000,000 con 10 por ciento financiado con fuentes no gubernamentales. Los contenidos son de los autores y no necesariamente representan los puntos de vista oficiales ni una aprobación de parte de la HRSA, HHS, o del Gobierno de los Estados Unidos. Para más información, por favor visite [HRSA.gov](http://HRSA.gov).*