

## Atención del Niño Sano a los 4 Años (Well Child Care at 4 Years)

### Nutrición

Su hijo debe ser siempre parte de la familia a la hora de comer. Este debe ser un momento agradable para la familia. Déle a su hijo pequeñas porciones de comida. Si todavía tiene hambre, déle más.

### Desarrollo y Disciplina

Los niños usualmente se vuelven más cooperativos en sus juegos con otros niños. Son curiosos e imaginativos.

Es aconsejable dar privacidad mientras el niño se cambia de ropa o usa el baño. Cuando su hijo comience a querer privacidad por sí solo hágale saber que usted piensa que esto es bueno. El violar las reglas ocasionalmente es común a esta edad. Hacer que los niños se paren en una esquina solos durante 4 minutos es generalmente un castigo efectivo. Si usted tiene preguntas acerca del comportamiento pregunte a su médico.

### Consejos de Seguridad

#### Seguridad en el Coche

- Nunca deje a un niño solo en el coche.
- Todos en el coche deben usar siempre el cinturón de seguridad.

#### Seguridad Peatonal

- Enseñe a su hijo que nunca deberá andar en triciclo o bicicleta en la calle. Es muy pronto para esperar que un niño mire para los dos lados antes de cruzar la calle.
- Supervise todo cruce de calle.

#### Venenos

- Enseñe a su hijo a nunca tomar medicinas sin supervisión ni comer sustancias desconocidas.
- Ponga el número del centro de envenenamiento en todos los teléfonos. El número de Control de Envenenamiento es \_\_\_\_\_.
- Pregunte a su médico acerca del jarabe de Ipecac. Uselo sólo si se lo indica.

#### Seguridad Alrededor de Desconocidos

- Enséñele a su hija el nombre y apellido de los miembros de su familia.
- Enséñele a su hijo a nunca irse con un desconocido.

#### Evite Lesiones

- No le permita al niño estar cerca de cuchillos, herramientas eléctricas, podadoras.

### **Cuidado Dental**

- Es importante cepillarse los dientes regularmente después de las comidas. Piense en un juego y hágalo divertido.
- También es buena idea hacer una cita para que su hijo vea al dentista.

### **Inmunizaciones**

Su hijo podrá haber recibido algunas vacunas. Su hijo puede presentar fiebre y volverse irritable por aproximadamente un día después de haber recibido las vacunas. También puede haber dolor, enrojecimiento, e hinchazón donde le pusieron la vacuna. Si le da fiebre, déle a su hijo una dosis apropiada de acetaminofén. Para la hinchazón o el dolor ponga un paño empapado con agua tibia en el área 4 veces al día.

Llame inmediatamente a su médico si:

- Su hijo tiene una fiebre de más de 105°F.
- Si hijo tiene una reacción alérgica grave empezando en un transcurso de 2 horas de la vacuna (por ejemplo, urticaria, resuellos o respiración difícil, hinchazón de la boca o garganta).
- Hay alguna otra reacción fuera de lo común.

### **Próxima Visita**

Se recomienda una revisión una vez al año. Asegúrese de revisar los registros de vacunas de su hijo antes de comenzar la escuela para asegurarse de que tiene todas las vacunas requeridas.

Escrito por el Dr. Robert Brayden para Clinical Reference Systems.

Copyright 1998 Clinical Reference Systems