

## **Siempre es una buena idea realizar exámenes físicos para los niños**

Sala de prensa de OSF HealthCare

Matt Sheehan, coordinador de Relaciones Públicas

### **GUIÓN IMPRESO**

Cuando llega julio, los padres comienzan a hacer planes para el regreso a clases.

Los niños que pasan a ciertos grados o que practican deportes deben acudir con un proveedor de atención médica para que les realice un examen físico. Sin embargo, Luis Garcia, MD, pediatra de OSF HealthCare, afirma que lo mejor es programar un examen anual.

Menciona que los niños necesitan estar sanos física y mentalmente para desarrollarse en el salón de clases, sin importar su grado escolar. Un examen físico también puede identificar las afecciones que deben monitorearse mientras los niños están en la escuela, como el asma, la diabetes o las alergias.

El Dr. Garcia explica: "Si ese es el caso, entregamos unos formularios a los padres para que los lleven a la escuela. Esta es una directiva avanzada sobre qué hacer si existen preocupaciones".

### **A quién ver y qué esperar**

Un buen primer paso es llamar al pediatra de su hijo/a a principios de verano porque a veces hay que esperar para programar una consulta. El Dr. Garcia asegura que cualquier proveedor calificado con experiencia en el desarrollo infantil puede realizar un examen físico, y recomienda que este se realice, a más tardar, en agosto. Así que no espere.

Si su hijo necesita que le realicen un examen físico deportivo, el proveedor que lo haga debe tener experiencia con afecciones musculoesqueléticas infantiles. Con solo llamar al consultorio de su proveedor, debería obtener la respuesta a esta pregunta. Sin embargo, el Dr. Garcia les recuerda que puede hacerse el examen físico para cumplir con los requisitos deportivos al mismo tiempo que el que se realiza para cumplir con los requisitos escolares.

El Dr. Garcia explica: "Un examen físico deportivo se enfoca más en el estado de salud física", en lugar de la salud mental. "El corazón, los pulmones y los antecedentes de conmociones cerebrales. Aspectos que podrían poner al niño en riesgo al jugar".

"Los exámenes físicos deportivos también son importantes para determinar si existe el riesgo de sufrir algún problema, incluso si el niño no tiene ninguna afección específica".

Los padres deben asistir al examen físico de su hijo teniendo por escrito los puntos principales de su historial de salud, especialmente si acude con un proveedor de atención médica por primera vez. Estos puntos incluyen vacunas, lesiones graves, cirugías u otros problemas de salud. También escriba todas las preguntas que tenga.

"Entre más información, mejor", dice el Dr. Garcia.

El examen en sí abarcará casi todo:

- presión sanguínea;
- ritmo cardíaco;
- examen de los ojos, oídos, nariz, garganta, cuello, columna vertebral, abdomen y piernas;
- revisión de los pulmones con un estetoscopio para detectar posibles problemas respiratorios;
- preguntas sobre los hábitos de alimentación, sueño y ejercicio del niño.

El Dr. Garcia agrega que el proveedor también revisará los genitales del niño y, en el caso de las mujeres jóvenes, preguntará sobre su ciclo menstrual. Dice que las irregularidades pueden ser una señal de un problema en el sistema endocrino u otros problemas, como una hernia.

Los padres pueden ayudar a que sus hijos se prepararen para el examen explicándoles que el proveedor es un adulto de confianza y que no emite juicios.

"Se da inicio tratando de establecer una buena relación con nuestros pacientes. Explíqueles que esto es parte de un examen físico regular", dice el Dr. Garcia.

Con base en la consulta, deberán generarse los formularios necesarios para cumplir con los requisitos escolares. El proveedor también les hablará sobre las consultas de seguimiento, sean regulares o con un especialista, y les dirá qué puede hacer la familia en casa para ayudar a que su hijo/a se mantenga saludable.