¿Tiene su hijo una cita médica hoy?

Pregúntele al doctor cuándo debería ir su hijo a la sala de emergencia.

El doctor conoce la historia médica de su hijo.

Su doctor le puede ayudar a tomar mejores decisiones respecto a su hijo.

Use este espacio para anotar lo que su doctor le aconsejo hoy:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Patrocinado por la Organización de Colaboración de Salas de Emergencia del Estado de California, Planes de Cuidado Médico Administrado de Medi-Cal

09-022

¿Es Una Emergencia?

Llame a nuestro consultorio o a la línea de consejería médica de su plan de salud

Le pueden aconsejar a dónde ir o qué hacer si su hijo tiene:

- Dolor de oído
- Dolor de garganta
- Tos
- Resfrío
- Gripe

¿Por qué debo llevar a mi hijo a consultas médicas rutinarias?

Con las consultas médicas rutinarias, su doctor:

- Conocerá mejor la historia médica de su hijo.
- Le brindará la mejor atención a su hijo, cuando sea necesaria.
- Le podrá asesorar acerca de cómo mantener a su hijo sano.
- Le podrá aconsejar cuándo debe usar la sala de emergencia y cuándo debe llamar **primero** al doctor.

Evite las esperas largas en la Sala de Emergencia.

Primero llamé al doctor de su hijo o a la línea de consejería médica de su plan de salud.

¿Cómo puedo prevenir que mi hijo se resfríe o le dé gripe?

No siempre puede evitar que su hijo se enferme, pero aquí hay algunos consejos que pueden ayudar:

- **Asegúrese de que su hijo haya recibido todas las vacunas.**
- **Vacúnelo contra la gripe si su doctor se lo sugiere.**
- **Enséñele a su hijo a:**
  - Lavarse las manos por 20 segundos después de usar el baño y antes de comer.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
  - No compartir la comida, las bebidas ni los utensilios de comida.
  - No acercarse a personas resfriadas o con tos.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo sentirse mejor?

Si a su hijo le duele la garganta, está resfriado o tiene tos o gripe, puede hacer alguna de estas cosas:

- **Asegúrese que su hijo:**
  - Descanse y duerma.
  - Tome mucho líquido.
- **Use un vaporizador o gotas nasales de agua salada para aliviar la nariz congestionada.**
- **Pregúntele a su doctor si su hijo necesita medicina para el resfrío o la tos.**