

Edad: 4 Años

Guía de la Salud

Un folleto de Caring Connections
y Otter Tail County Public Health



¡Saludos!

Ya sabes que tu niño de 4 años ha llegado a ser un jovencito muy único con una alta nivel de energía y interés en aprender sobre todo.

Tu niño está hablando mucho y tiene mucha curiosidad. A menudo escuchas la pregunta “¿por qué?” o “¿para qué?” Demuestra su independencia con frecuencia, pero todavía necesita la seguridad de un ambiente amoroso.

Tu Niño y su Salud



Inmunizaciones (vacunas)

Entre los 4 y 6 años de edad, tu niño necesitará:

- ◆ 5° DTaP
- ◆ 4° IPV
- ◆ 2° MMR
- ◆ 2° vacuna de Varicela

Se requieren estas inmunizaciones para entrar a la escuela primaria.

Evaluación para Detectar Problemas de Desarrollo

Ya es hora para la evaluación preescolar para detectar problemas de desarrollo de tu niño. Favor de llamar a la escuela primaria local o la oficina de Public Health en tu localidad.

“Well-Child Check-ups”

Ya es hora para hacer una cita para el chequeo médico para tu niño a los 4 años de edad. Favor de hacer una cita pronto con tu médico.

Actividades

- ❖ Pon tu música favorita – baila y marcha juntos con el ritmo de la música.
- ❖ Representa los personajes del libro favorito de tu niño. ¿No será que representas bien el oso mamá o el oso papá? ¿O qué tal el lobo feroz?

Tu Niño en Crecimiento



Durante el próximo año, tal vez notarás que tu niño puede hacer lo siguiente:

- Balancearse con un solo pie durante un mínimo de 5 segundos.
- Brincar con un pie dos veces.
- Brincar usando un pie luego el otro.
- Cortar y pegar con práctica.
- Lavarse y secarse las manos.
- Cepillar sus dientes solo, pero continua a necesitarte a ti para asegurar que se cepilla todo.
- Tal vez saber el abecedario.
- Tal vez contar 10 o más objetos.
- Nombrar 4 colores.
- Querer ser igual que sus amigos.

Alimentando a tu Niño



- ◆ Tu niño de 4 años debe poder usar bien el tenedor y la cuchara.
- ◆ Ten cuidado cuando sierves líquidos calientes.
- ◆ Dale porciones pequeños y deja que tu niño pida más si quiera.
- ◆ Ofrécele comida que se come con los dedos como las galletas, los sándwiches, las verduras, y pedacitos de fruta.
- ◆ No permitas que tu niño coma muchos dulces.
- ◆ Deja que tu niño ayuda con la preparación de la comida con limpiar, lavar, y poner la mesa y agregar los ingredientes medidos.
- ◆ No te preocupes si el apetito de tu niño cambia de vez en cuando.
- ◆ Los gustos y disgustos de alimentos son más obvios.
- ◆ No uses la comida como una recompensa.
- ◆ Tu niño debe tomar por lo menos 2 ½ tazas de leche cada día.

“Offering Home Visits to ALL first time Otter Tail County families.”

P.O. Box 394 • Fergus Falls, MN 56538 • website: www.otfsc.org

Telephone: 218.731.4163 • Fax: 218.736.3458