

CONTROL DE SALUD DE LOS 18 MESES

Consejos de Salud y guías anticipadoras para personal sanitario

Eva María García Sabido, Eva Navia Rodilla Rojo

ENTREVISTA. Recogida de información sobre:

- Evolución e incidencias desde la visita anterior.
- Alimentación y hábitos saludables. Tabaquismo pasivo.
- Preocupaciones sobre el desarrollo psicomotor, comunicación y lenguaje.
- Cambios en el entorno familiar y social. Identificar factores de riesgo social.
- Uso de pantallas (TV, tablets, ordenadores y/o teléfono móvil).

DESARROLLO PSICOMOTOR. Valorar adquisición de:

- Lenguaje: Vocabulario entre 5 y 20 palabras. Jerga más madura.
- Motor grueso: Sube escaleras con ayuda; camina hacia atrás. Se agacha hacia un objeto.
- Adaptación y manipulación: Come con la cuchara; garabatea y hace torre de 3-4 cubos. Pasa páginas de cuentos.
- Social y autonomía: Juego simbólico; repite sonidos y gestos conocidos. Enseña objetos a los padres; establece contacto visual cuando habla o juega. Identifica y señala partes de su cuerpo.

Son **signos de alerta** a los dieciocho meses de edad:

- No deambulación
- No sigue instrucciones simples, no dice palabras, no reconoce partes de su cuerpo.
- No se interesa por los niños de su edad.
- No tiene reciprocidad emocional.
- Ausencia de cualquier tipo de lenguaje expresivo (verbal/no verbal) y/o alteración del lenguaje comprensivo, ecolalias.
- No juego de ficción (usar como teléfono algo que se parece...etc).

EXPLORACIÓN

Somatometría: Medir peso, longitud y perímetro craneal; registrarlos en curvas de

crecimiento y obtener percentiles.

Examen físico: prestar especial atención a:

- Cribado de estrabismo: test de Hirschberg; test de oclusión o cover test.
- Evaluación audiológica: dice unas 15-20 palabras, identifica partes de su cuerpo, obedece órdenes simples.
- Evaluación de la interacción: No interés por comunicarse y jugar, no contacto visual.
- Extremidades inferiores y marcha.
- Indicadores de maltrato infantil.

CONSEJOS Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Alimentación.

- Recomendar una alimentación variada y equilibrada/completa. Insistir en alimentación sin triturar.

Promover horarios de comida regulares, evitando el picoteo entre horas.

- Limitar consumo de grasas saturadas y abuso de lácteos (mantener consumo aproximado a 500 ml/día de leche y/o derivados). Apoyar si continúan con LM.
- Informar de la disminución fisiológica del apetito en el segundo año de vida (“anorexia fisiológica”) y asesorar sobre actitudes y pautas a seguir.

Higiene y cuidados generales. Salud bucodental.

- Hábitos adecuados y estables de alimentación, sueño, juego...
- Lavado de manos antes de las comidas y a lo largo del día (contacto con tierra, pelotas, muñecos, mucosidad)
- Evitar zumos, refrescos y otros líquidos azucarados; y golosinas. Agua como bebida principal.
- Continuar con cepillado dental, a diario, tras las comidas y sobre todo antes de dormir. Uso de pastas fluoradas (1000 ppm). Enseñanza y supervisión de la técnica de cepillado por los padres.
- Desaconsejar el uso de chupete durante el día. Iniciar retirada.
- Consejos de fotoprotección.

Prevención de accidentes.

- Informar sobre las situaciones de riesgo y peligros más frecuentes a esta edad, promoviendo conductas seguras de protección (en casa, en la calle, piscinas y otros lugares públicos).
- Guardar medicamentos, productos de limpieza y otras sustancias tóxicas en lugares seguros e inaccesibles para el

niño. No tomar medicinas en su presencia ni administrárselas como si fueran golosinas.

- Informar del teléfono del Instituto Nacional de Toxicología: 915 62 04 20.
- Prevenir aspiración de cuerpo extraño: prohibir el consumo de frutos secos hasta los 5 años de edad; y mantener fuera de su alcance objetos de pequeño tamaño. Usar juguetes con piezas grandes y pintura no tóxica.
- Seguridad en el automóvil: utilizar sistemas de retención infantil homologados para cada edad según normativa vigente.

Desarrollo y afectividad.

- Estimular el desarrollo psicomotor y lenguaje del niño, utilizando juegos, cuentos, música. Evitar el uso de pantallas hasta los 2 años.
- Aconsejar a los padres que hablen a sus hijos de forma clara, correcta y con términos sencillos, evitando el uso de diminutivos.
- Educar en el establecimiento de normas y límites y fomentar el elogio de la buena conducta y la respuesta a órdenes sencillas.
- Anticipar a los padres sobre la aparición de rabietas, pesadillas y el uso de la palabra “NO”; y asesorar sobre actitudes y pautas a seguir.
- Aconsejar a los padres que enseñen a su hijo/a a conocer las partes de su cuerpo cuando se bañe o se vista.

Consejos generales.

- Evitar la exposición al humo del tabaco.
- Desaconsejar la televisión.

- Fomentar los juegos al aire libre.

TÉCNICAS

- Aplicar el M-Chat revisado para despistaje de los Trastornos del espectro autista.

INMUNIZACIONES

- Revisar vacunaciones en el niño y actualizar datos del calendario vacunal.
- Informar sobre próxima vacuna a los 4 años de edad.
- Informar sobre vacunación gripe al inicio de campaña de la misma.

RECURSOS DE APOYO para los padres

- APP de salud infantil PAPI-Psi (descarga gratuita)
- Página web Familia y Salud: <http://www.familiaysalud.es>
- Pagina web En Familia: <http://enfamilia.aeped.es>
- Página web Comité Asesor de vacunas : <http://vacunasaep.org>

**PRÓXIMO
CONTROL: 2
AÑOS**