



# CHEQUEO PREVENTIVO EN NIÑOS

Por: Dra. Ana Herrera Navia  
Pediatra  
SIME Cumbayá

“Un buen chequeo médico escolar incluye el examen físico, de laboratorio, oftalmológico, auditivo y nutricional además de la aplicación de vacunas, si fuese necesario.”

Se acerca el inicio de un nuevo ciclo escolar y los padres de familia se ocupan de comprar lo necesario para la entrada a clases; sin embargo, son pocos los que incluyen en la lista una revisión médica a los niños. Realizar un chequeo médico antes de la entrada a clases ayuda a prevenir el desarrollo de afecciones durante el ciclo lectivo.

Enfocarse en el bienestar físico de los niños es un excelente mecanismo para asegurar que su desempeño académico rinda buenos frutos y cumplan con sus expectativas.

Los médicos así como los padres son los únicos que pueden asegurar que el niño vuelva al colegio con salud. ¿Qué pueden hacer?

Un buen chequeo médico escolar incluye el examen físico, de laboratorio, oftalmológico, auditivo y nutricional además de la aplicación de vacunas, si fuese necesario.

La importancia del chequeo médico infantil es la prevención; es verificar de que así como

se siente el niño, así lo está e identificar aquellos factores de riesgo que pueden ser modificables como malos estilos de vida, una mala alimentación o el sedentarismo; o aquellos que no se pueden modificar, pero sí tratar.

El examen físico controla el crecimiento, el peso, la talla, la frecuencia cardiaca, la frecuencia respiratoria, y la valoración cardiopulmonar y abdominal.

El hemograma completo con sus diferentes componentes y los hallazgos peculiares en un paciente pediátrico, torna innegable su utilidad como examen básico de laboratorio. Este examen junto con el uroanálisis y el coproparasitario permite diagnosticar problemas como la anemia, alteraciones en la glucosa y reconocer la presencia de infecciones parasitarias.

Los niños son nuestro futuro. Si les facilitamos el acceso a la gran riqueza de sonidos que

nos rodean, les ayudaremos a adquirir y desarrollar las aptitudes auditivas fundamentales necesarias para construir su futuro. Por lo tanto el examen auditivo determina déficit en los niveles de audición. Si un niño no escucha bien, no puede recibir de manera completa el conocimiento. El examen que se realiza con mayor frecuencia es la otoscopia, para inspeccionar el conducto auditivo externo y el tímpano. Este estudio suele ser complementado con una audiometría, según sea necesario.

La evaluación de la función visual y de la integridad estructural ocular debe formar una parte importante de las exploraciones habituales del pediatra. Con unos correctos exámenes rutinarios se podrá identificar a tiempo a aquellos niños que deben ser enviados al oftalmólogo por presentar posibles alteraciones visuales y, de esta manera, iniciar lo antes posible los tratamientos precisos. El examen oftalmológico nos advierte de estos posibles problemas. Si el niño o niña presenta enrojecimiento en los ojos y los frunce al mirar o se acerca mucho a los objetos para verlos se recomienda visitar al especialista lo más pronto posible, especialmente sin son niños pequeños quienes tardan más tiempo en darse cuenta de estas dificultades.

En lo que respecta al Chequeo Nutricional, el uso adecuado de la Historia y la exploración

clínica, así como los datos antropométricos y la selección de algunas pruebas complementarias constituye la forma más eficaz de orientar un trastorno nutricional para poder instaurar pronto medidas terapéuticas. Los hábitos de alimentación que sostengan un buen desayuno, un equilibrado almuerzo, y una merienda saludable, son importantes a la hora de evitar problemas como la obesidad. Por eso es muy importante consultar al pediatra y/o nutricionista qué tipo de alimentos son los más aconsejados según la edad de los niños.

Entre otras recomendaciones que debemos tener en cuenta es el adecuado uso de mochilas que no superen el peso recomendado, para así evitar problemas en la postura y molestias en la espalda. Aparte de todo eso, también hay niños que necesitaran de la atención de especialistas como el logopeda para los problemas de lenguaje, el dermatólogo para problemas de piel, traumatólogos y/u ortopedistas, alergólogos, odontólogos, etc, que el pediatra recomendará al finalizar el chequeo médico escolar.

#### BIBLIOGRAFÍA

1. Valoración del estado nutricional; C. Martínez C. C. Pedrón G; Hospital Clínico, Universidad de Valencia, Hospital Universitario Niño Jesús. Madrid.
2. Puertas Bordallo D. Oftalmología para pediatras de Atención Primaria. En AEPap ed. Curso de Actualización Pediatría 2009. Madrid: Exlibris Ediciones; 2009. p. 167-85.
3. La Audición en los Niños. Guía para Padres. Phonak Costa Rica. 2013
4. EDUCACION MÉDICA CONTINUA. El hemograma como instrumento diagnóstico básico en pediatría (Complete blood count as a basic tool for pediatric diagnosis). Ac. Dr. Eduardo Aranda Torrelto.
5. Chequeo médico del niño al inicio del año escolar. Vilma Medina. Guía infantil.



**REALIZAR UN CHEQUEO MÉDICO ANTES DE LA ENTRADA A CLASES AYUDA A PREVENIR EL DESARROLLO DE AFECCIONES DURANTE EL CICLO LECTIVO**