

CHEQUEO MÉDICO DE 6 MESES

Las Citas para Chequeos Médicos de Niños Sanos se pueden hacer o programar en línea en AustinRegionalClinic.com.

NUTRICIÓN

Amamantar a su bebé

A medida que su bebé aumente el consumo de alimentos sólidos, la duración y el número de veces que necesita amamantar a su bebé, disminuirá.

Alimentando a su Bebé con Leche de Fórmula

A esta edad, dependiendo si han empezado a comer alimentos sólidos, la mayoría de los niños toman de 26 a 36 onzas de leche de fórmula al día. A los nueve meses la cantidad de fórmula al día es un promedio de 24 onzas.

Enseñando a su Niño a Beber de un Vasito

El entrenamiento para que su bebé tome de un vasito para bebés debe empezar a los seis meses de edad. Agua y leche deberen de ser las bebidas principales para su bebé, así que enseñe a su bebé a que le guste el agua natural como parte del entrenamiento para utilizar el vasito. Planifique discontinuar el uso del biberón a los 12 meses.

El uso prolongado del biberón puede causar caries.

Agua y Jugos

Cuando su bebé ya este comiendo una cantidad notable de alimentos sólidos, va a aumentar la necesidad de beber más líquidos. Ofrézcale agua a su bebé entre comidas cuando parezca tener sed. No se recomiendan los jugos por su gran contenido de azúcar, aunque a veces los jugos se pueden usar para ayudar con el estreñimiento. Si le da jugo a su bebé, ofrézcale solo el que es 100% jugo y limite la cantidad a 4 onzas al día. La ingesta excesiva de jugo puede causar gas, diarrea, y caries dentales. El jugo debería darse en un vasito para bebés, no en el biberón.

Alimentos Sólidos

Continúe alimentando a su bebé cuando se requiera. Responda a las señales de su bebé indicándole que tiene hambre o que está llena. Un niño muestra hambre moviendo la cabeza hacia adelante para alcanzar la cuchara y moviendo la comida hacia la boca con sus manos. Algunas señales que muestra su bebé para indicar que ya está lleno incluyen un cambio de postura, más actividad de las

manos, cerrando la boca, jugando con la cuchara, y moviendo la cabeza para indicar “no”.

Las Comidas

A los seis meses de edad, los bebés ya están listos para comer los alimentos sólidos, pero cuánto comen varia. A los seis meses de edad algunos bebés ya están consumiendo dos comidas por día, mientras que otros apenas están empezando a comer los alimentos sólidos. No se preocupe por lo que están comiendo otros bebés. La mayoría de los padres introducen nuevos alimentos de un solo ingrediente, uno a la vez, y están pendientes durante dos o tres días en caso de que se presenten reacciones adversas (como sarpullido o vómitos). Una vez que su bebé haya aprendido a comer con cuchara, se pueden agregar una variedad de cereales, frutas, verduras y carnes. Dejen que el apetito de su bebé los guíe. A los nueve meses de edad la mayoría de bebés están consumiendo tres comidas al día.

Los bebés se desarrollan bien con las rutinas—incluyendo las rutinas para la alimentación. Trate de tener tiempos consistentes para las comidas. Siente a su bebé en su sillita para

comer en familia. Ya que usted es una influencia tan importante en la dieta de su niño, considere su propio plato y vea cuáles son los alimentos que usted está consumiendo. Su bebé no es muy joven para ser afectado por sus hábitos de alimentación. Hay amplia evidencia de que los niños hacen la transición a los alimentos que la familia ya está consumiendo.

Este es el momento para revisar la dieta de la familia. Elimine las botanas y comidas altas en calorías, al igual que las bebidas que contienen azúcar (sodas, jugos, bebidas deportivas). Los hábitos de la familia como el consumo de postres, dulces, y jugos entran fácilmente en la dieta del niño.

Trate de incorporar la ilustración del plato en las comidas, para hacer las comidas de su bebé mejor balanceadas.



Alimentos Sólidos

Entre los 8-10 meses de edad usted puede empezar a darle a su bebé alimentos blandos de la mesa o alimentos molidos. Si se le ofrecen alimentos de la mesa molidos, deben ser alimentos saludables, no alimentos dulces o

freídos. Recuerde que cuantas más veces se le ofrezcan los alimentos a su niño, lo más probable es que desarrolle un gusto para esos alimentos. Puede llevarse hasta 15 intentos para introducir un nuevo alimento antes de que su bebé lo acepte. Ofrezcale pequeños trozos de comidas blandas.

Mientras que existe una tradición de retrasar ciertos alimentos, como pescados y mariscos, trigo, productos que contienen nuez y el huevo, debido a preocupaciones de alergias a ciertas comidas, la Academia Americana de Pediatría no ha encontrado ninguna evidencia científica que indique que retrasando estos alimentos se reducen las alergias. Sin embargo, la miel pura no se recomienda hasta los 12 meses de edad.

Alimentos que Puede Comer con la Mano

Usualmente a los 8-10 meses de edad cuando su niño pueda sentarse solito y pueda agarrar objetos con los dedos índice y pulgar, usted puede empezar a darle pequeños trozos de comida a su bebé. Algunos alimentos que comúnmente se ofrecen para comer con la mano son cereales sin azúcar (como Cheerios), rebanadas de queso, trocitos blandos de fruta fresca, verduras cocidas, y galletas de sal. Al igual que con los alimentos de bebé, es importante alimentar a su bebé en un asiento y supervisarlos de cerca para evitar que se ahogue.

Ingesta de Hierro

Si usted está amamantando a su bebé y no está comiendo suficiente cereal fortificado con hierro u otros alimentos ricos en hierro, dele unas gotitas al día de algún multivitamínico con hierro, como Tri-vi-sol con hierro o Poly-vi-sol con hierro. Asegúrese de limpiarle los dientitos a su bebé con una toallita húmeda después de darle el multivitamínico, para prevenir que se manchen los dientes.

Dado a que las reservas de hierro desde el embarazo se agotan para los seis meses de edad y su bebé está en un período de crecimiento repentino, hay alto riesgo para la deficiencia de hierro y anemia durante los próximos 18 meses. Usted puede ayudar a prevenir la anemia dándole a su bebé dos porciones de cereal de bebé al día. A esta edad una porción son cuatro cucharadas (1/4 de taza) de cereal seco. La carne ya sea comida de bebé o picada, es otra fuente de hierro dietético. Si tiene preguntas, hable sobre las opciones con el médico de su niño. Los bebés alimentados con leche de fórmula reciben suficiente hierro en la fórmula y no necesitan suplementación de hierro.

Vitamina D

La leche de fórmula para niños está fortificada con vitamina D pero la leche materna no lo está. Si la fuente principal de leche para su bebé es la leche materna,

continúe dándole las gotas de vitamina D todos los días.

Consejos Para el Cuidado de los Dientes

Tan pronto como empiecen a aparecer los dientes, empiece a cepillárselos con un cepillito dental suave dos veces al día, de preferencia como la primera cosa por la mañana y en la noche antes de acostarse (después de la última comida). Use un poquitito de pasta dental con fluoruro.

Ahora se piensa que caries resultan debido a la bacteria que se contrae de otras personas. Usted puede reducir el riesgo de caries en los dientes de su niño al no compartir la bacteria de su boca con su niño. No compartan las bebidas o las cucharas y tenedores con su bebé y no "limpien" el chupón de su bebe en su boca cuando se cae.

Los niños deben ir al dentista dentro de los seis meses después de brotarles el primer diente.

Se puede encontrar un proveedor dental de Medicaid haciendo una búsqueda por internet en tmhp.com o llamando al 877-847-8377 (THSteps Línea Directa).

ASFIXIA EN UN NIÑO MENOR DE 12 MESES

Asegúrese de que la comida siempre este cortada en pequeños trozos y que los objetos pequeños se mantengan fuera del alcance de su niño.

Algunos de los riesgos de asfixia más preocupantes son las monedas, los imanes, y las baterías de reloj. No le ofrezca a su niño trozos de comida duros como zanahorias crudas. Recuerde que su bebé no debe comer totopos, palomitas de maíz, o nueces hasta que los pueda moler con los dientes de atrás- después de los cuatro años de edad. Las comidas que tienen forma circular pueden bloquear las vías respiratorias de su bebé y causar asfixia. Corte las uvas y las salchichas en pequeños trozitos.

Qué Hacer si su Niño se Está Asfixiando

1. Revise la boca del bebé abriéndole la boca con el pulgar sobre la lengua y envuelva los dedos alrededor de la mandíbula. Si puede ver el objeto, retírelo con el dedo. No intente sacar el objeto si no puede verlo en niños menores de 12 meses de edad.
2. Si el bebé todavía está asfixiándose, entonces coloque al bebé boca abajo a lo largo de su antebrazo con la cabeza del bebé más baja que su tronco. El pecho y la quijada del bebé deben sostenerse con la mano y las piernas deben quedar de cada lado del brazo, una pierna a cada lado del codo. Déle 5 golpes fuertes y rápidos entre los omóplatos (parte media de la espalda), con el talón de la mano que ha quedado libre.
3. Si no tuvo éxito, voltee al niño boca arriba y aplique 5 compresiones rápidas al pecho con las yemas de dos dedos

(debajo de la línea del pezón) como en RCP. Esto es para expulsar el objeto de la tráquea.

4. Si no se inició de nuevo la respiración después de los 5 golpes a la espalda y las 5 compresiones al pecho, revise otra vez la boca del bebé abriéndole la boca con el pulgar sobre la lengua y envuelva los dedos alrededor de la mandibular. Si se puede ver el objeto, retírelo con el dedo.
5. Si no se pudo retirar el objeto y el niño todavía está asfixiándose, empiece la secuencia de nuevo con los golpes a la parte media de la espalda. Continúe con la serie de 5 golpes en la espalda y 5 compresiones en el pecho hasta que el objeto sea desalojado.

Información Sobre el Fluoruro

La suplementación apropiada de fluoruro disminuye las caries en un 60%. La concentración ideal de fluoruro en el agua potable es de 0.7 ppm (partes por millón). Para la mayoría de los pacientes en Austin, la suplementación se logra por el agregado fluoruro en el agua de la ciudad. Sin embargo, si usted tiene un sistema de osmosis inversa en su hogar o si vive en una comunidad en las afueras de la ciudad, tal vez su hijo necesite fluoruro recetado por el médico. Si decide que su niño va a beber agua embotellada, verifique el contenido de fluoruro llamando a la compañía. El fluoruro no está regulado en el agua potable embotellada.

EL SUEÑO

A los seis meses, la mayoría de los bebés se han acostumbrado a un horario de 2-3 siestas por día y duermen 10-11 horas por la noche. El bebé duerme un promedio de 14-15 horas durante un período de 24 horas.

La mayoría de bebés de seis meses de edad pueden dormir por la noche sin tener que ser alimentados. Los bebés tienen períodos de sueño ligero cuando duermen y durante estos períodos hacen ruidos o lloran mientras están dormidos.

Muchos bebés pueden volver a dormirse solitos. Poco después de los seis meses de edad, la mayoría de bebés empiezan a tener ansiedad por separación cuando su cuidador principal no está a la vista. Esto puede causar problemas del sueño.

Consejos Para Prevenir los Problemas del Sueño

- Establezca una rutina para ir a dormir en la noche que sea calmante como bañar a su bebé, leerle un libro, y decir buenas noches a la familia y a los objetos favoritos. Amamantarlo o alimentarlo con biberón en la noche antes de acostarse no debería ser el último evento de la rutina antes de ir a dormir.
- Su bebé debería dormirse por su cuenta. Acuéstelo en su cuna cuando tiene sueño pero todavía está despierto.
- Haga que sus contactos entre la noche sean breves y aburridos.

A esta edad su bebé no debe necesitar alimentación a la media noche.

SEGURIDAD

La mayoría de las lesiones se pueden prevenir. Las lesiones ocurren porque los padres o los cuidadores no se dan cuenta de todo lo que su niño puede hacer. El desarrollo de movimiento es rápido en el grupo de niños de esta edad. Se necesita la supervisión constante. Ésta es una buena edad para utilizar los corralitos o cunas portátiles para tiempos cuando usted esté cocinando, tiempos cuando está en la cochera, o tiempos cuando es difícil vigilar a su niño o tenerlo cerca de usted.

ENVENENAMIENTO

Los niños son muy curiosos, lo cual puede llevarlos a encontrar y agarrar detergentes peligrosos, medicamentos y otros venenos. Si su niño llega a ingerir un veneno, llame a la red del centro de envenenamiento: Poison Center Network, 1-800-222-1222. Guarde este número en su teléfono. En caso de que su niño tenga convulsiones, ha parado de respirar, o se ha vuelto lacio o sin fuerzas: **llame al 911.**

La siguiente información sera muy importante:

1. El nombre del veneno
2. La cantidad ingerida
3. La hora en que lo tomó
4. Cualquier síntoma que se presenta.
5. La edad y el peso de su niño

Cosas Para Recordar

- Lea las etiquetas y advertencias de todos los contenedores.
- Guarde todos los productos tóxicos y todas las medicinas en lo alto y fuera de alcance.
- Tire los medicamentos sin usar y los contenedores de veneno que están vacíos.
- No guarde cosas que potencialmente pueden causar daño como anticongelante de coche en contenedores de comida o de bebidas.
- Enseñe a los niños a que se mantengan alejados de sus áreas de almacenamiento y de los gabinetes donde guarda las medicinas.
- Instale manijas para la puerta y seguros a prueba de niños en las puertas, cajones, gabinetes, armarios, etc.
- Evite decir que la medicina es "dulce".

Alto Plomo en la Sangre

Los niños pueden ser expuestos al plomo cuando viven en casas viejas que tienen pinturas de base plomo y/o por el trabajo o el pasatiempo de algún miembro de la familia. Esta exposición al plomo puede ser dañino. La enfermera le va a proporcionar un cuestionario para que usted lea y decida si su niño está en riesgo de exposición al plomo o no.

Si usted contesta que sí a cualquiera de las preguntas del cuestionario, tal vez se necesite una prueba de sangre para plomo. Discuta cualquier preocupación con el médico de su niño.

Seguridad en el Hogar

Ahora que su niño se ha vuelto más móvil, es importante poner su medio ambiente a prueba de niños. Cuando su bebé cumpla los seis meses de edad, retire los juguetes colgantes de la cuna. Si está utilizando los protectores almohadillados para los lados de la cuna, entonces es tiempo de retirarlos también. Los niños que están gateando pueden usarlos para lanzarse fuera de la cuna.

Las Caídas

A medida que se va desarrollando la fuerza y la curiosidad de su niño, es importante instalar barandales de seguridad en la parte de arriba y de abajo de las escaleras. También, retire o acojine los muebles con orillas o bordes filosos, en caso de que su niño se caiga contra ellos. Las mesas de la sala y las chimeneas parecen causar la mayoría de las lesiones. Asegúrese de que su bebé esté bien abrochado y asegurado correctamente en todo momento cuando esté en el cochecito, en la sillita para comer, en el asiento de seguridad para auto, o en el columpio de bebé.

Seguridad en el Auto

La mayoría de lesiones y muertes causadas por accidentes de automóvil se pueden prevenir usando un asiento de seguridad para niños cada vez que su niño vaya en auto. Un bebé siempre debe ir en el asiento de atrás en un asiento de seguridad orientado para que el bebé mire hacia atrás hasta que tenga al menos dos años de edad. Un

asiento de seguridad orientado mirando hacia atrás nunca se debe colocar delante de una bolsa de aire del lado del pasajero. El lugar más seguro para niños menores de 13 años de edad es en el asiento de atrás.

Para más información sobre los asientos de seguridad para autos y para información acerca de programas locales que puedan revisar la instalación correcta de su asiento de seguridad llame al 1-800-252-8255 (al Safe Riders Program) o al 1-800-SEAT-CHECK www.seatcheck.org

No deje a su niño solo en el auto, ni por “unos segundos.”

Pueden ocurrir lesiones o hasta la muerte por exceso de calor o vapores.

Quemaduras

Hay muchas maneras en que su niño se puede quemar.

- A esta edad los niños tratan de agarrar todo. Nunca deje las tazas con bebidas calientes en las mesas. Nunca lleve líquidos o comidas calientes cerca de su niño o mientras que lleva a su niño en brazos. No deje que su niño gatee o ande cerca de las estufas, los calentadores de pared o del piso o cerca de otras cosas calientes. Voltee los mangos de las ollas o sartenes hacia el centro o hacia atrás de la estufa para que los mangos queden fuera del alcance. Un lugar seguro para su niño mientras que usted está cocinando, comiendo, o cuando no puede darle su

completa atención es el corralito portátil, bien asegurado en la silla alta para comer, o en la cuna.

- Reduzca la temperatura máxima de su calentador de agua a 120° F.
- Los niños están en mayor riesgo en los incendios de la casa. Asegúrese de que las alarmas de incendio estén funcionando. Cambie las baterías al menos dos veces por año en las fechas que usted pueda recordar, como el día en que la hora cambia al horario de verano y el día en que cambia a la hora estándar.

Si su bebé se quema, inmediatamente ponga la parte afectada en agua fría (no helada). Mantenga el área de la quemadura en agua fría hasta que el bebé deje de llorar, luego cubra la quemadura ligeramente con un vendaje sin apretarlo o con un trapo limpio y llame al médico de su bebé.

Exposición al Sol

Evite la exposición directa al sol entre las 10am y las 4pm. Si su niño va andar afuera, póngale un sombrero para protegerle su carita, y use un protector solar que sea aprobado para niños. La exposición solar en la niñez puede causar cáncer de piel y el envejecimiento prematuro.

Los Andadores

No se recomiendan los andadores para bebé. Los andadores para bebé permiten que los niños lleguen a lugares

donde pueden tirar o arrastrar objetos pesados o alimentos calientes sobre sí mismos. También, muchos niños en andadores han tenido lesiones por una caída por las escaleras, andando afuera, y corriendo contra algún mueble que luego se cae encima de ellos.

EL DESARROLLO

Habilidad de Movimiento

A los seis meses de edad, la mayoría de los bebés pueden voltearse o rodarse de estar recostado sobre su espalda a estar sobre su estómago y de estar sobre su estómago a estar sobre su espalda. Muchos bebés pueden sentarse a los seis meses, pero muchas veces se lleva otro mes o dos para que pueda sentarse sin apoyo. Dentro de los próximos dos-tres meses es probable que su bebé empiece a gatear y empiece a ponerse de pie mientras se sostiene de algo.

Dele a su niño oportunidades para practicar moviéndose de diferentes maneras. Déjelo movilizarse solito por todo el piso. **Es muy importante recalcar la importancia del movimiento libre en el piso en áreas seguras y bajo supervisión.** Los niños que pasan mucho tiempo en equipo que limita el movimiento como en los asientos de seguridad, en los cochecitos, en los columpios, en los asientos para bebé que rebotan y en los asientos estacionarios donde juegan los

bebés, pueden experimentar retraso en el desarrollo de la habilidad de movimiento.

Habilidad de Motoras Finas (Habilidad de las Manos y los Dedos)

A los seis meses de edad, la mayoría de bebés arrastran los objetos pequeños hacia ellos con toda la mano, pero para los 9 meses la mayoría ha desarrollado el agarre de pinzas con el índice y pulgar y pueden levantar objetos pequeños. Durante los próximos pocos meses su bebé va a aprender cómo transferir los bloques u otros objetos pequeños de una mano a la otra.

Dele a su bebé bastantes oportunidades para usar sus manos. El depende de que usted le traiga el mundo a él.

Lenguaje

La mayoría de los bebés están vocalizando con un aumento de frecuencia y variedad a los seis meses. El balbuceo (sonidos repetitivos de consonantes como ma-ma, da-da) es el próximo paso en el desarrollo del lenguaje. Para los 9 meses, su bebé debe estar balbuceando. A los seis meses algunos ya lo están haciendo y otros no. Hablándole mucho a su bebé de una manera cariñosa es la mejor manera de ayudarlo a desarrollar su lenguaje.

- Háblele directamente a su bebé. Utilice muchos

ademanos y expresiones.

Exagere.

- Cuando le hable a su bebé use palabras claves que identifican objetos. “¿Dónde están tus calcetines? Vamos a encontrar tus calcetines.” En lugar de “Ah, ¿dónde están?”
- Háblele a su bebé de cosas que están físicamente presentes. “Mira el perro persiguiendo la pelota. Mira a tu hermano paseándose en su triciclo.”

Dentro de los próximos pocos meses su bebé va a empezar a entender lo que significa NO por el tono de su voz. A esta edad, algunas familias les enseñan a sus bebés lenguaje de señas básico. Las señas son más fáciles de aprender para el bebé que el hablar. Usando el lenguaje de señas puede reducir la frustración, mejorar la comunicación, y no perjudica el desarrollo del habla.

Habilidad Social

Su bebé prefiere a la gente más que a los objetos inanimados. El se va a entretener sus juegos. Juegue con su bebé.

- Jueguen al “peek-a-boo” (“¿Dónde está bebé? ... ¡Aquí está!”)
- Digan “Adios” con la mano
- Golpeen cosas juntos para hacer ruidos
- Jueguen juntando las manos como haciendo tortillitas

Para los ocho meses de edad, la mayoría de los bebés se vuelven claramente apegados a su cuidador(a) principal y temen la

separación. Para el fin del año, estas ansias de separación aumentan frecuentemente, y su niño también empieza a temer a las personas desconocidas. Estas ansias de separación pueden ser de mucho estrés para el adulto. Trate de aceptar esta fase y siéntase orgullosa por lo importante que es usted para su bebé. Él está practicando amar para toda la vida. Entre más pueda amar y sentirse amado ahora, lo más seguro y amado va a estar el resto de su vida.

Léale a su Niño

Leyéndole en voz alta a su niño es la mejor manera de ayudar a que a su bebé le encanten los libros y le encante aprender. A los bebés les encanta llevarse todo a la boca y los libros no son una excepción. Pero en los próximos meses en lo que usted hable acerca de las páginas con su bebé, a él le llegarán a encantar los libros por más que por la sensación de cartón en la boca.

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN EN LA TEMPRANA INFANCIA (ECI, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS):

El estado de Texas tiene una red de programas locales en la comunidad (ECI) los cuales brindan servicios a las familias de Texas y a sus hijos, desde nacimiento hasta los tres años de edad, quienes padecen de retraso en el desarrollo.

El costo de los servicios que se proporcionan es a base de los ingresos de la familia. Los niños son elegibles para los servicios de ECI si tienen menos de tres años de edad y tienen retraso en el desarrollo o afecciones que tienen una alta probabilidad de resultar en un retraso de desarrollo (tales como Síndrome Down, nacidos prematuramente, o impedimentos auditivos o de la visión (de la vista o del oído). Cualquier persona puede recomendar a un niño para los servicios de ECI.

Si usted piensa que su niño tiene retraso o tiene alguna enfermedad o condición que pueda dar lugar al retraso, por favor pídale a su doctor que lo recomiende para los servicios de ECI. Usted también puede llamar al **1-800-628-5115** o visitar por internet el sitio de web de ECI en dars.state.tx.us/ecis para el programa de ECI más cercano a usted.

OTROS RECURSOS

Sitios Web

healthychildren.org

LA Academia Americana de
Pediatria Sitio para los Padres

healthychildren.org/growinghealthy

Sitio de Web interactivo y
dinámico para ayudar a animar
hábitos saludables en niños de
0-5 años de edad

vacunalosporsubien.com

Información sobre
Inmunizaciones

safecar.gov/cpsApp/cps/index.htm

Información acerca de los
asientos de seguridad para
automóvil

llca.org

Sitio web para encontrar una
especialista de lactancia

Para los padres con iPhones

KidsDoc Symptom Checker

HealthyChildren.org, La
Academia Americana de Pediatría
(AAP), ofrece esta nueva
herramienta interactiva para
ayudar a los padres evaluar los
síntomas de sus hijos.

El KidsDoc Symptom Checker
permite a los padres escoger
entre una amplia gama de
síntomas, luego seguir la gráfica
de decisiones según los síntomas
para determinar la medida
apropiada para tomar, ya sea la
atención o tratamiento en casa o
un viaje a la sala de emergencia.

*App disponible para iPhone:
KidsDoc.*

ATENCIÓN MÉDICA 24/7

Es fácil programar citas en ARC

Llame a su clínica 24/7 para
hablar con un representante o
solicite una cita por internet.
También puede programar una
cita directamente con su médico
en [ARC MyChart!](#)

Citas el mismo día o en Horario Accesible

Llame a su clínica de ARC y
oprima "1" Haga una cita para
tratar una enfermedad o lesión en
una clínica de ARC cerca de usted.
Citas el mismo día están
disponibles para usted día &
noche, fines de semana, y días
festivos.

Disponible las 24-Horas por Teléfono

Llame a su clínica de ARC y
oprima "4". Nuestra Enfermera
está disponible las 24-Hrs por
teléfono en todas las clínicas para
darle consejos, contactar a un
médico, o para ayudarlo a
programar una cita para usted o
para alguien de su familia cuando
están enfermos.



Austin Regional Clinic

Acceso en línea:

Día y Noche

- Vea los registros médicos de su niño.
- Programe la próxima visita de su niño.
- Revise el AVS de su niño (Sumario Después de la Visita)

– **Inscribase Hoy** –
visite **MyChartARC.com**