

# Cositas de Bienestar



## LISTA DE VERIFICACIÓN - DE REGRESO A CLASES

A medida que el verano llega a su fin y el otoño está en el horizonte, nos encontramos preparándonos para un nuevo y exitoso año escolar. La mayoría de nosotros haremos planes para “volver a la escuela” comprando útiles escolares, ropa nueva, zapatos, mochilas y nuevos cortes de cabello. Sin embargo, es importante no olvidar programar exámenes médicos anuales, así como chequeos dentales y de la vista para que sus hijos con el fin de detectar y prevenir problemas de salud.

Las vacunas son importantes, especialmente en los niños en edad escolar, ya que ayudan a proporcionar inmunidad antes de que los niños se expongan a enfermedades graves y ayudan a detener la propagación de enfermedades a las personas con mayor riesgo. Sin embargo, es una buena práctica continuar las conversaciones con su médico durante la adultez, ya que algunas vacunas requieren refuerzos y es posible que se necesiten nuevas vacunas para prevenir enfermedades y mantener su salud.

### Vacunas comúnmente recomendadas para niños menores de 18 años: :

- Varicela vacuna contra la varicela)
- Difteria, tétanos, y tos ferina (vacuna DTaP)
- Vacuna contra la gripe
- Sarampión, paperas y rubéola (vacuna MMR)
- Polio (vacuna IPV)
- Virus del papilloma humano (vacuna contra el VHP)
- Enfermedad meningocócica (vacuna antimeningocócica conjugada)

Para ver los calendarios de vacunación del 2021 por edad, visite [Vacunas e Inmunizaciones | CDC](#).

#### Recursos:

1. <https://www.cdc.gov/vaccines/growing/school-vaccinations.html>
2. <http://www.goodrx.com/blog/back-to-school-vaccinations/>
3. <https://nursejournal.org/articles/required-back-to-school-vaccinations/>



## ¡Unirse al Desafío Mensual TSHBP Fitbit®!

### Cómo jugar

- 1) Lee este artículo arriba
- 2) Haga clic en el botón para responder
- 3) Se elegirá un ganador aleatorio entre las respuestas correctas.

### Pregunta

#### Verdadero o falso:

Recibir las vacunas recomendadas ayuda a detener la propagación de ciertas enfermedades.

**¡RESPONDE A FITBIT®  
CHALLENGE AQUÍ!**

