



BITÁCORA DE SEGUIMIENTO MÉDICO NIÑAS



5a edición
Incluye
Gráficas actualizadas
para niños mexicanos
**Versión para
NIÑAS**



Se puede reproducir parcialmente esta obra con fines de divulgación y docencia sin fines de lucro, citando la fuente y las autoras de la misma.

Prohibida su reproducción total sin previa autorización de las autoras.
Registro de Propiedad Intelectual: 03-2015-032311481300-0

Dra. Lidia Gómez Puente
ISBN: en trámite
Diseño y Maquetación: Guillermina Vélez Puente
Quinta edición, 2020



BITÁCORA DE SEGUIMIENTO MÉDICO



BITÁCORA DE SEGUIMIENTO MÉDICO

INSTRUCCIONES

Esta **bitácora** es el complemento de tu Guía de Salud.

Esta esta diseñada para que en conjunto con tu médico puedan tener un buen control y supervisión del seguimiento médico.

Te sugerimos puedas tener una versión impresa y llevarla siempre a las consultas médicas.



Tabla de valoraciones médicas recomendadas por grupo de edad

0 a 6 meses 6 a 12 meses

1 a 6 años 6 a 12 años

Adolescentes y adultos



Cartilla de Vacunación



Registro de citas

- Control de 0 a 12 meses
- Control de citas de 1 a 6 años
- Control de citas de 7 a 20 años



Tabla de Neurodesarrollo



Registro de diagnósticos relevantes, manejo y tratamiento



Registro para resultado de laboratorios



Registro de visitas con los especialistas



Gráficas de crecimiento para niños y niñas mexicanas

Perímetro cefálico

Peso para edad

Talla para edad

Peso para talla

Índice de masa corporal

DATOS PERSONALES

ESTA BITÁCROA PERTENECE A:

Nombre completo

Fecha y lugar de nacimiento

Servicios de Salud

**Nombre de padre, madre o
tutor**

Dirección de contacto

Teléfono de contacto

Correo electrónico

Medicación actual

Alergias y diagnósticos importantes



TABLA DE VALORACIONES RECOMENDADAS

TABLA 1 DE 0 A 6 MESES

✓	VALORACIÓN / ESTUDIO	COMENTARIOS
	PEDIÁTRICA mensual	
	CARDIOLÓGICA Ecocardiograma diagnóstico	
	TAMIZ METABÓLICO TSH AL NACIMIENTO	
	BIOMETRÍA HEMÁTICA	
	TAMIZ AUDITIVO	
	TAMIZ OFTALMOLÓGICO descartar catarata congénita	
	ESTIMULACIÓN TEMPRANA TERAPIA FÍSICA	
	VACUNACIÓN Iniciar esquema a la brevedad	

TABLA 2 DE 6 A 12 MESES

✓	VALORACIÓN / ESTUDIO	COMENTARIOS
	PEDIÁTRICA mensual	
	CARDIOLÓGICA Ecocardiograma de control según hallazgos previos	
	PRUEBAS DE FUNCIÓN TIROIDEA	
	BIOMETRÍA HEMÁTICA	
	AUDIOLÓGICA PEA, Emisiones otoacústicas y timpanometría	
	OFTALMOLÓGICA Referir en caso de dacriostenosis, nistagmus o estrabismo	
	TERAPIA FÍSICA Y OROFACIAL	
	DENTAL al iniciar dentición	
	ORTOPÉDICA Descartar displasia de cadera	

TABLA DE VALORACIONES RECOMENDADAS

TABLA 3 A PARTIR DE LOS 12 MESES A 6 AÑOS

✓	VALORACIÓN / ESTUDIO	COMENTARIOS
	PEDIÁTRICA al menos cada 6 meses	
	CARDIOLÓGICA a los 2 años para evaluar HAP	
	PRUEBAS DE FUNCIÓN TIROIDEA Una vez al año	
	BIOMETRÍA HEMÁTICA Una vez al año	
	AUDIOLÓGICA Potenciales evocados auditivos, emisiones otoacústicas y timpanometría	
	OFTALMOLÓGICA Una vez al año, detección de alteraciones de la agudeza visual	
	ESTIMULACIÓN CONTINUA Terapia orofacial y lenguaje	
	GASTRO - NUTRICIÓN Detección oportuna de estados de malnutrición	
	OIDOS, NARIZ, GARGANTA Y SUEÑO Descartar SAOS en caso de sospecha	
	DENTAL Rehabilitación y limpieza cada 6 meses	
	ORTOPÉDICA Detección oportuna de alteraciones posturales	
	CONDUCTUAL Descartar trastornos conductuales asociados	
	INCLUSIÓN EDUCATIVA Acompañamiento en programas educativos lectura y escritura	



TABLA DE VALORACIONES RECOMENDADAS

TABLA 4 A PARTIR 6 AÑOS A LOS 12 AÑOS

✓	VALORACIÓN / ESTUDIO	COMENTARIOS
	PEDIÁTRICA al menos cada 12 meses	
	CARDIOLÓGICA descartar alteraciones funcionales e HAP	
	PRUEBAS DE FUNCIÓN TIROIDEA Una vez al año	
	BIOMETRÍA HEMÁTICA + QUÍMICA SANGÍNEA + PERFIL DE LÍPIDOS Una vez al año	
	AUDIOLÓGICA Potenciales evocados auditivos, emisiones otoacústicas y timpanometría	
	OFTALMOLÓGICA Una vez al año, detección de alteraciones de la agudeza visual	
	ESTIMULACIÓN CONTINUA Terapia orofacial y lenguaje	
	GASTRO - NUTRICIÓN Detección oportuna de estados de malnutrición	
	OIDOS, NARIZ, GARGANTA Y SUEÑO Descartar SAOS en caso de sospecha	
	DENTAL Rehabilitación y limpieza cada 6 meses	
	ORTOPÉDICA Detección oportuna de alteraciones posturales	
	CONDUCTUAL Descartar trastornos conductuales asociados	
	INCLUSIÓN EDUCATIVA Acompañamiento en programas educativos lectura y escritura	

***SAOS:** síndrome de apnea obstructiva del sueño

TABLA DE VALORACIONES RECOMENDADAS

TABLA 5 ADOLESCENTES Y ADULTOS

✓	VALORACIÓN / ESTUDIO	
	MÉDICA al menos una vez al año	
	CARDIOLÓGICA descartar alteraciones funcionales e HAP	
	PRUEBAS DE FUNCIÓN TIROIDEA Una vez al año	
	BIOMETRÍA HEMÁTICA + QUÍMICA SANGUÍNEA + PERFIL LÍPIDOS Una vez al año	
	AUDIOLÓGICA Potenciales evocados auditivos, emisiones otoacústicas y timpanometría	
	OFTALMOLÓGICA Una vez al año, detección de alteraciones de la agudeza visual, queratocono y catarata	
	ESTIMULACIÓN CONTINUA Lenguaje y lecto-escritura	
	GASTRO - NUTRICIÓN Detección oportuna de estados de malnutrición	
	OIDOS, NARIZ, GARGANTA Y SUEÑO Descartar SAOS* en caso de sospecha	
	DENTAL Rehabilitación y limpieza cada 6 meses	
	ORTOPÉDICA Detección oportuna de alteraciones posturales	
	GINECOLOGÍA Papanicolaou a partir de los 21 años, mastografía a partir de los 40 y densitometría ósea cada 3 años	
	INCLUSIÓN LABORAL Acompañamiento en programa laboral o de vida independiente	
	CONDUCTUAL Evaluar regresiones, considerar depresión, demencia y/o trastornos mentales	

*SAOS: síndrome de apnea obstructiva del sueño

CARTILLA DE VACUNACIÓN

VACUNA	EDAD EN MESES						EDAD EN AÑOS					Adulto
	0	2	4	6	12-15	15-18	2	3	4-6	11	14	
BCG Tuberculosis												
HEPATITIS B												
DTPa Difteria, tétanos, tos ferina												
H. influenzae b												
IPV Poliomielitis inactivada												
ROTAVIRUS												
NEUMOCOCO 13 Conjugada												
NEUMOCOCO 23 Polisacárida							Ver nota 1					
INFLUENZA VIRUS Estacional				Ver nota 2								
HEPATITIS A					1a a partir de los 12 mes		2a 12 meses después de la 1a					
TRIPLE VIRAL (SRP) Sarampión, rubeola, paperas												
VARICELA												
VPH Virus del papiloma humano										Se aplican 3 dosis		
Tdpa Tétanos, difteria y tosferina												
MENINGOCOCO C				1a dosis de 9 a 15 meses	2a dosis 3 meses después de la 1a							

www.amv.org.mx



Vacunas que se aplican en el esquema nacional.



Vacunas adicionales recomendadas

Nota 1: Se aplica una dosis única a partir de los 2 años
Si existe inmunodeficiencia confirmada se aplica un refuerzo a los 5 años de la primera

Nota 2: 1a dosis a partir de los 6 meses
2a dosis 4 a 6 semanas después de la primera dosis
Refuerzo anual

TABLA DE NEURODESARROLLO

	HABILIDADES	NIÑOS CON S. DOWN		OTROS NIÑOS	
		MEDIA	INTERVALO	MEDIA	INTERVALO
MOTOR GRUESO [MOVILIDAD]	CONTROL CEFÁLICO BOCA ABAJO	2'7 M	1 - 9 M	2 M	1'5 M - 3 M
	CONTROL LA POSICIÓN DE LA CABEZA ESTANDO SENTADO	5 M	3 - 9 M	3 M	1 - 4 M
	RODAR	8 M	4 - 13 M	6 M	4 - 9 M
	SE SIENTA SOLO	9 M	6 - 16 M	7 M	5 - 9 M
	GATEAR	11 M	9 - 36 M	7 M	6 - 9 M
	DE PIE SOLO	16 M	12 - 38 M	11 M	9 - 16 M
	CAMINA SOLO	23 M	12 - 48 M	12 M	9 - 17 M
	SUBIR Y BAJAR ESCALERAS SIN AYUDA	81 M	60 - 96 M	48 M	36 - 60 M
MOTOR FINO [COORDINACIÓN OJO / MANO]	SIGUE UN OBJETO CON LOS OJOS	3 M	1'5 - 8 M	1'5 M	1 - 3 M
	ALCANZA OBJETOS Y LOS COGE CON LA MANO	6 M	4 - 11 M	4 M	2 - 6 M
	TRANSFIERE OBJETOS DE UNA MANO A LA OTRA	8 M	6 - 12 M	5'5 M	4 - 8 M
	CONSTRUYE UNA TORRE DE DOS CUBOS	20 M	14 - 32 M	14 M	10 - 19 M
	COPIA UN CÍRCULO	48 M	36 - 60 M	30 M	24 - 40 M
COMUNICACIÓN [AUDICIÓN Y LENGUAJE]	BALBUCEA: PA PA MA MA	11 M	7 - 18 M	8 M	5 - 14 M
	RESPONDE A PALABRAS FAMILIARES	13 M	10 - 18 M	8 M	5 - 14 M
	DICE LAS PRIMERAS PALABRAS CON SIGNIFICADO	18 M	13 - 36 M	14 M	10 - 23 M
	MANIFIESTA SUS NECESIDADES CON GESTOS	22 M	14 - 30 M	14'5 M	11 - 19 M
	HACE FRASES DE DOS PALABRAS	30 M	18 - 60 M	24 M	15 - 32 M
DESARROLLO SOCIAL	SONRÍE CUANDO SE LE HABLA	2 M	1'5 - 4 M	1 M	1 - 2 M
	SE COME UNA GALLETA CON LA MANO	10 M	6 - 14 M	5 M	4 - 10 M
	BEBE DE UNA TAZA	20 M	12 - 23 M	12 M	9 - 17 M
	NO SE HACE PIPÍ DURANTE EL DÍA	36 M	18 - 50 M	24 M	14 - 36 M
	CONTROLA ESFÍNTERES - DEJA EL PAÑAL	36 M	20 - 60 M	24 M	16 - 48 M

DSMIG 2000. Cunningham, 1988. Down's syndrome.
An introduction for Parents. Souvenir Press Ltd. Human Horizon Series.

¿CUÁNDO INICIAR LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA ?

La alimentación complementaria es la introducción de alimentos diferentes a la leche materna o artificial , tu bebé de de cumplir al menos con lo siguiente:

- ✓ 6 meses de vida
- ✓ Más de 6 kilos
- ✓ Sostener su cabeza
- ✓ Iniciar con el sentado

Se sugiere:

1. Preferir los alimentos de origen natural, frescos, regionales, de temporada, no procesados
2. No hay razón científica para retrasar el consumo de algunos alimentos (huevo, cítricos, pescado, etc.)
3. Solo existe una regla "un alimento a la vez".
4. Un alimento por uno o dos días sin mezclar para conocer su tolerancia.
5. Una vez que ya probó todos los alimentos de forma individual esta listo para mezclarlos.
6. Ofrece agua simple desde temprana edad para forjar un buen hábito y prevenir el estreñimiento.

"HAS DE SU ALIMENTACIÓN TODA UNA EXPERIENCIA SENSORIAL"

DEJA QUE TOQUE, HUELA, VEA , JUEGUE
CON LOS ALIMENTOS



ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

EDAD	ALIMENTOS A INTRODUCIR	FRECUENCIA	CONSISTENCIA
0-6 meses	Lactancia materna exclusiva	A libre demanda	Líquida
6-7 meses	Carne (ternera, pollo, pavo, res, cerdo, hígado)* Verduras y frutas Cereales (arroz, maíz, trigo, avena, centeno, amaranto, cebada, tortilla, pan, galletas, pastas, cereales infantiles pre cocidos adicionados)	2 a 3 veces al día	Purés, papillas
7-8 meses	Leguminosas (frijol, haba, alubia, garbanzo, lenteja)	3 veces al día	Purés, picados finos, alimentos machacados
8-12 meses	Derivados de leche (queso, yogurt y otros) Huevo y pescado**	3-4 veces al día	Picados finos, trocitos
12 meses	Frutas cítricas, leche entera*** Incorporar a dieta familiar	4-5 veces al día	Trocitos pequeños

CITAS DE CONTROL DE LOS 0 A LOS 12 MESES

CITAS DE LOS 0 A 12 MESES

Fecha	Edad	Kg / cm	PC / IMC	Comentarios
	10 días			
	1 mes			
	2 meses			
	3 meses			
	4 meses			
	5 meses			
	6 meses			
	7 meses			
	8 meses			
	9 meses			
	10 meses			
	11 meses			
	12 meses			

CITAS DE CONTROL DE 1 A 6 AÑOS

Fecha	Edad	Kg / cm	PC / IMC	Comentarios
	1 A 3 M			
	1 A 6 M			
	1 A 9 M			
	2 A			
	2 A 3 M			
	2 A 6 M			
	2 A 9 M			
	3 A			
	3 A 6 M			
	4 A			
	4 A 6 M			
	5 A			
	5 A 6 M			
	6 A			

CITAS DE CONTROL DE LOS 7 A LOS 20 AÑOS

Fecha	Edad	Kg / cm	PC / IMC	Comentarios
	7 años			
	8 años			
	9 años			
	10 años			
	11 años			
	12 años			
	13 años			
	14 años			
	15 años			
	16 años			
	17 años			
	18 años			
	19 años			
	20 años			

CITAS DE 7 A 20 AÑOS

CONSULTAS CON ESPECIALISTAS

Fecha	Especialidad	Doctor	Comentarios

CONSULTAS CON ESPECIALISTAS

Fecha	Especialidad	Doctor	Comentarios

CONSULTAS CON ESPECIALISTAS

DIAGNÓSTICOS RELEVANTES

17

RESULTADOS DE LABORATORIO

RESULTADOS DE LABORATORIO

RESULTADOS DE LABORATORIO

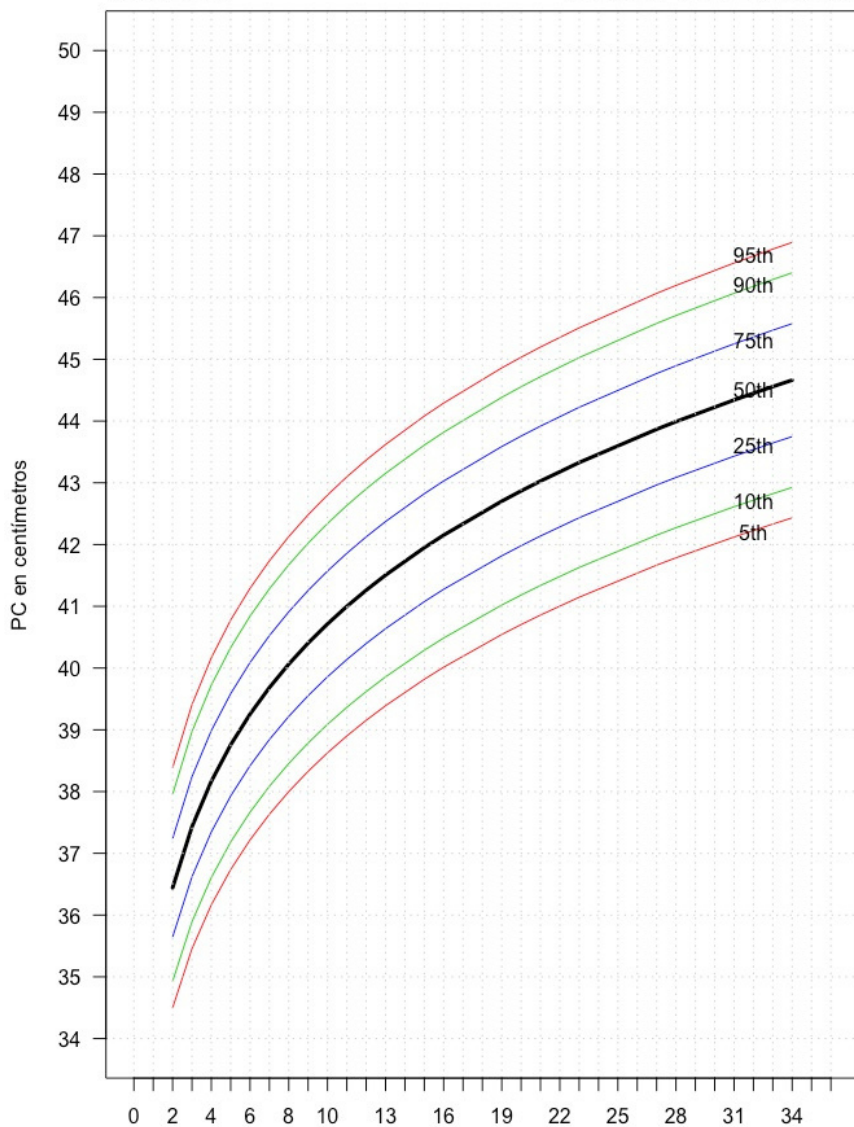
19



PERÍMETRO CEFÁLICO

Gráficas de crecimiento para niñas mexicanas
con Síndrome de Down
0 a 36 meses

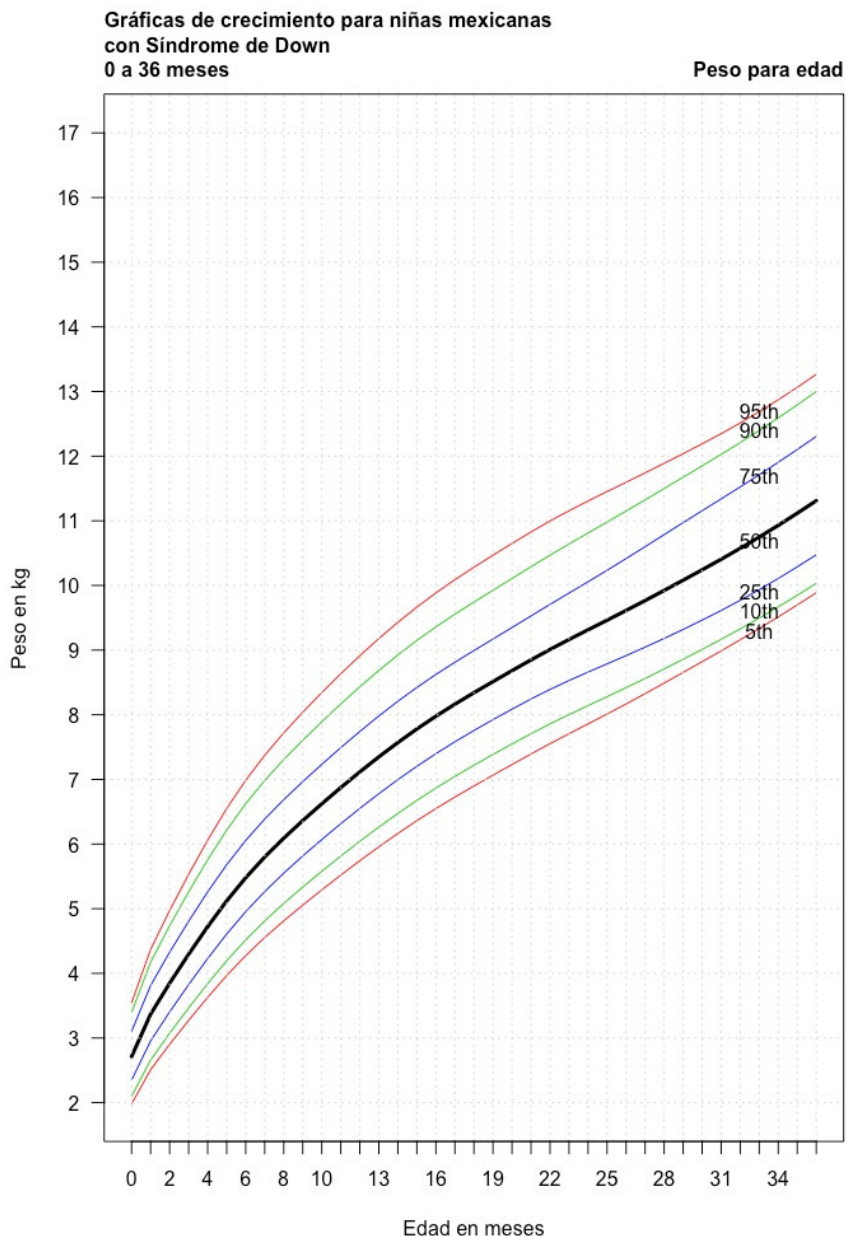
Perímetro Cefálico para edad



Edad en meses



PESO PARA EDAD



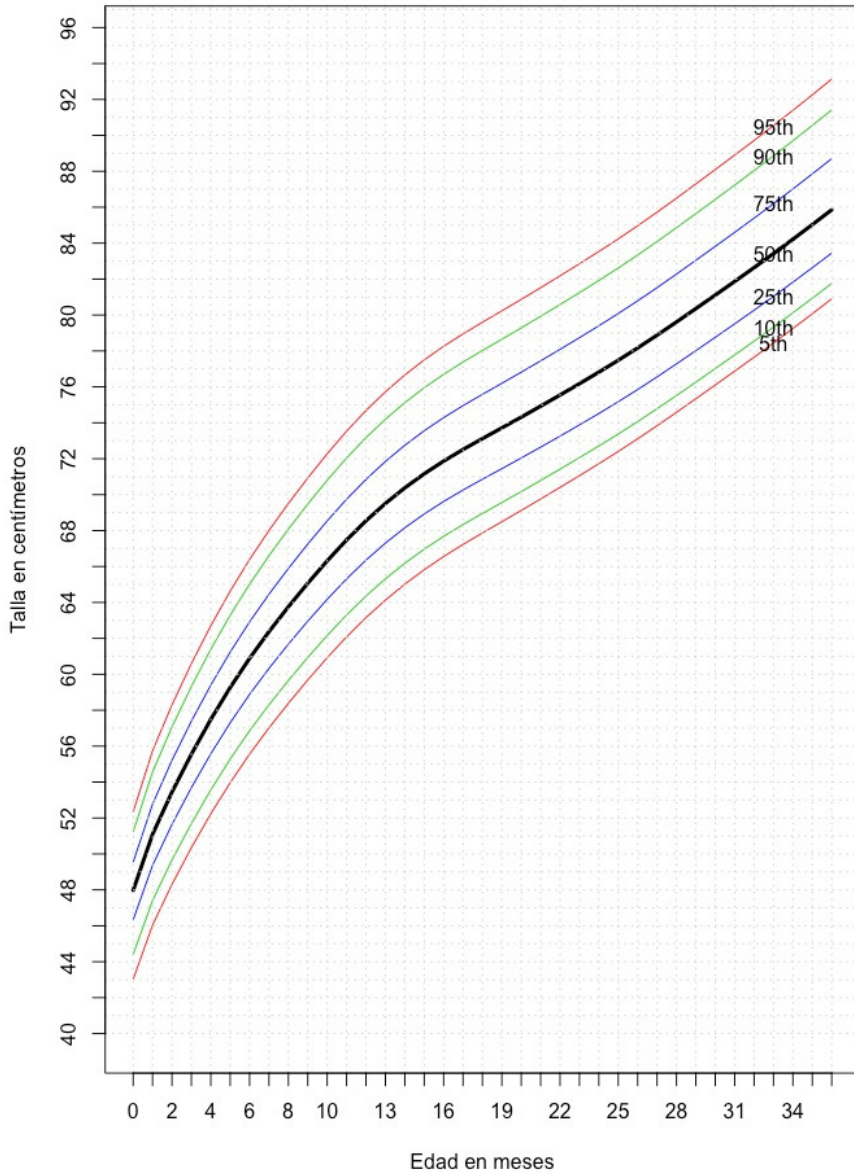
GRÁFICAS DE CRECIMIENTO NIÑAS



TALLA PARA EDAD

Gráficas de crecimiento para niñas mexicanas
con Síndrome de Down
0 a 36 meses

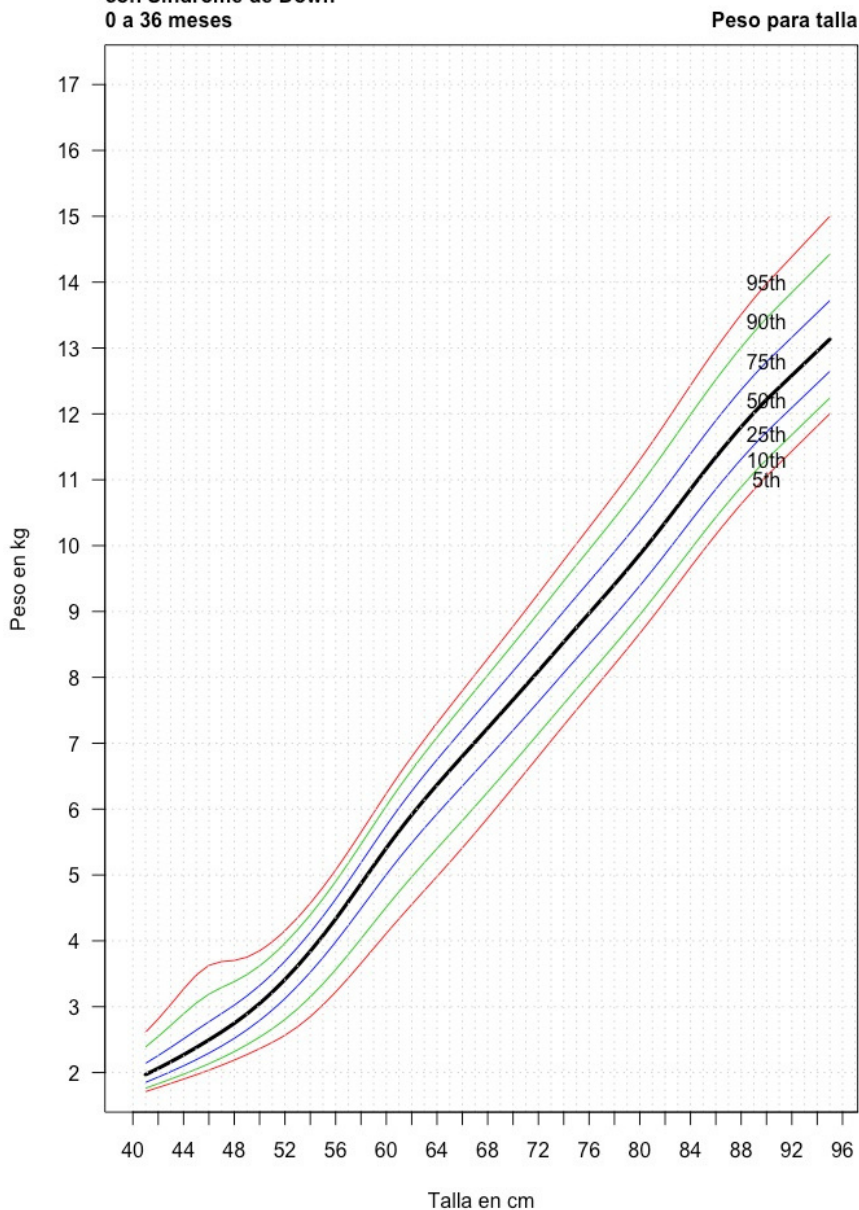
Talla para edad





PESO PARA TALLA

Gráficas de crecimiento para niñas mexicanas
con Síndrome de Down
0 a 36 meses



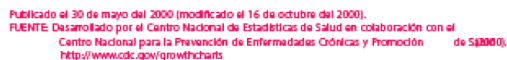
GRÁFICAS DE CRECIMIENTO NIÑAS



Nombre _____

de Archivo _____

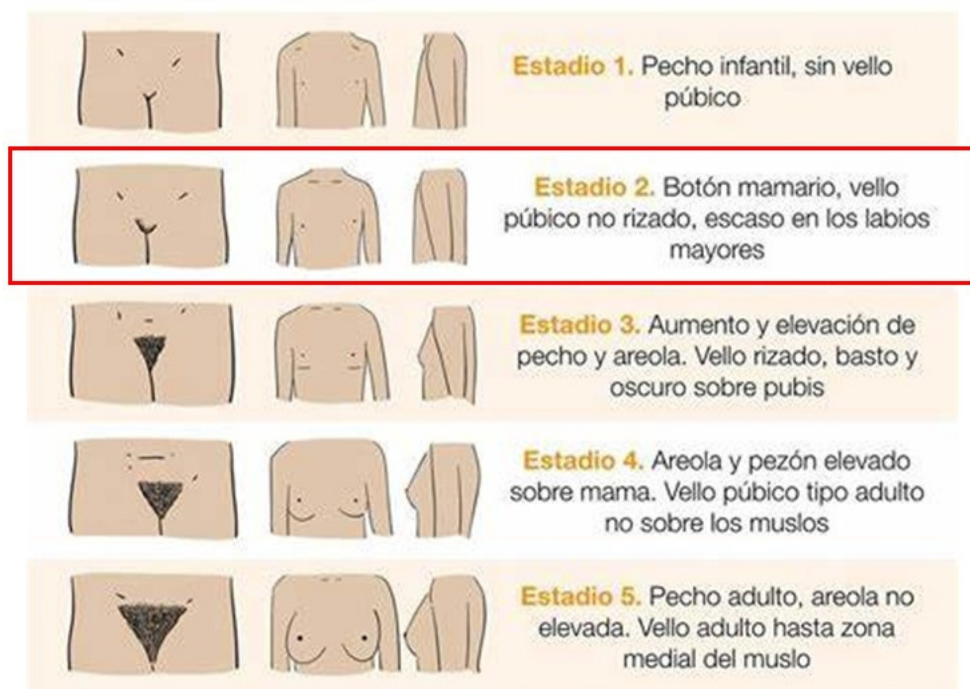
*Para calcular el IMC: $\text{Peso (kgs)} \div \text{Estatura (cm)} \div \text{Estatura (cm)} \times 10.000$
o $\text{Peso (lbs)} \div \text{Estatura (pulgadas)} \div \text{Estatura (pulgadas)} \times 703$

**ARTER • HEALTH • PEOPLE**

INICIO DE LA PUBERTAD

8 - 13 AÑOS

ESCALA DE TANNER; MUJERES



SALUD GINECOLÓGICA

Fecha de menarquia _____

CALENDARIO MENSTRUAL

Comparación de mes y fecha	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Enero																															
Febrero																															
Marzo																															
Abril																															
Mayo																															
Junio																															
Julio																															
Agosto																															
Septiembre																															
Octubre																															
Noviembre																															
Diciembre																															

Marca así:



Flujo abundante



Flujo moderado



Flujo escaso

MIS NOTAS



MIS NOTAS





Grupo de Atención Multidisciplinaria RDM es una AC mejor conocida como Red Down México, conformada por profesionistas de diferentes disciplinas, médicos, psicólogos, terapeutas físicos, terapeutas lenguaje y aprendizaje entre otros, convencidos de la importancia del trabajo en equipo y comprometidos por brindar atención multidisciplinaria de calidad a las personas con síndrome de Down y sus familias.

Nuestra misión y líneas de acción se centran en la **atención, capacitación y difusión** de la importancia de la salud física y el bienestar emocional para el desarrollo integral de las personas con SD.

Tenemos un modelo de trabajo extramuros es decir no contamos con un espacio físico, buscamos crear redes entre profesionales, familias y organizaciones o agrupaciones que trabajen a favor de las personas con SD y sus familias.

Acércate y afiliate con nosotros, tenemos un lugar para familias, maestros, terapeutas, profesionales de salud y/o voluntarios.

¡Construyamos Juntos una Sociedad Incluyente!



FACEBOOK
Red Down México



WEBSITE
www.red-downmexico.org



EMAIL
contacto@red-downmexico.org



NUMERO
9982770766



RED DOWN
MÉXICO

www.red-downmexico.org