

Aquellos que cuidan a niños del nacimiento a 5 años:

Alguna vez...

...¿se perdió o cambió las visitas del proveedor de su hijo debido a estrés en la familia o problemas para conseguir transporte?

...¿ha estado preocupado sobre cómo su hijo aprende cosas nuevas, se desarrolla o actúa?

...¿tuvo una inquietud familiar y no estaba seguro de a dónde acudir para solicitar ayuda?

Si respondió que sí a cualquiera de estos, no está solo. La mayoría de los padres y cuidadores tienen inquietudes en algún momento. Hablar con el proveedor de su hijo puede ser de utilidad.

1st Five y su red de proveedores médicos podrían derivarlo a nuestros coordinadores de atención **1st Five**. Son expertos en conectar a las familias con los recursos locales.

Y los servicios de coordinación de atención de **1st Five** son gratuitos, voluntarios y confidenciales. Si no está seguro de a dónde dirigirse para obtener ayuda, **1st Five** obtendrá para su hijo y su familia el apoyo que desea.



Desarrollo mental saludable en los primeros cinco años

1st Five apoya a las familias a través de los consultorios médicos, el centro de salud infantil local y los servicios comunitarios.

1st Five es un programa en el Departamento de Salud Pública de Iowa que ha recibido fondos desde 2006.

Para obtener más información sobre **1st Five** póngase en contacto con su agencia local o coordinador estatal.

1-800-383-3826



Apoyamos el desarrollo mental saludable de los niños en los primeros cinco años



Primera infancia

Los niños pequeños aprenden a tener confianza, confiar y ser curiosos. Este también es un momento en que aprenden a relacionarse con los demás.

Los padres y cuidadores quieren que sus hijos sean felices, saludables y exitosos cuando crezcan. El mejor momento para comenzar es cuando son muy jóvenes.

Hable con su proveedor si le preocupa:

- cómo su hijo controla y demuestra las emociones
- cómo su hijo se conecta con los demás niños y adultos
- cómo su hijo explora y aprende de su entorno



¿Por qué es tan importante el desarrollo social y emocional saludable?

Al comienzo de la vida, los niños aprenden habilidades de desarrollo social, emocional y mental. Si no aprenden las habilidades necesarias, tienen más probabilidades de no tener un buen rendimiento escolar. Los niños que no tienen estas habilidades también tienen más probabilidades de experimentar problemas con la ley y otros problemas.



Se ha descubierto que uno de cada cinco niños en edad escolar tiene un problema de desarrollo o comportamiento. Más de la mitad de las veces, esos retrasos no se detectan antes del preescolar. Esto hace que los niños tengan más probabilidades de no tener un buen rendimiento escolar.

Recuerde, los primeros años de un niño moldearán la forma en que piensan, sienten y se comportan por el resto de sus vidas.

Desarrollo mental saludable en los primeros 5 años

¿Qué pueden hacer los padres para ayudar?

- lleve a su hijo al médico para controles de bienestar infantil habituales
- esté preparado para compartir la historia de su hijo
- comparta cualquier inquietud que tenga sobre el aprendizaje de su hijo, su comportamiento o desarrollo
- aprenda qué esperar a continuación a medida que su hijo crece
- solicite un diagnóstico de desarrollo, estos se recomiendan a los 9 meses, 18 meses y a los 24 o 30 meses

Ser padres puede ser difícil. Es normal que a veces necesite ayuda. El médico de su hijo y/o el centro de salud local son lugares que pueden ayudarlo a encontrar recursos útiles.

Cuídese usted también. Solicite ayuda si se siente estresado. Incluso cuando los niños son muy pequeños, son afectados por el estrés familiar y la depresión de los padres.

La atención temprana es importante para prevenir problemas más adelante en la vida.

