

Examen Físico del Séptimo Grado de Hawái

Hoja Informativa y Preguntas Frecuentes



Spanish

Introducción

Con el propósito de preservar la salud de los jóvenes de Hawái, existe un nuevo requisito para los jóvenes que ingresan al séptimo grado, de completar un examen físico, también conocido como chequeo de rutina para niños.

El examen físico lo hace un médico, un asistente médico o un enfermero registrado de practica avanzada.*

El examen físico crea un ambiente seguro para que los jóvenes hablen con su doctor y ayuda a abordar temas de cómo prevenir problemas de salud como la obesidad, el tabaquismo y el estrés. También es una oportunidad para que su hijo(a) reciba las vacunas apropiadas para su edad.

¿Qué necesito saber?

A partir del año escolar 2017-2018, todos los estudiantes que ingresan al séptimo grado deben completar un examen físico, requisito de la ley estatal ([HRS §302A-1159](#)).

Un joven puede recibir su examen físico dentro de los doce (12) meses antes del primer día de clases.

El Padre/Madre o guardián legal del estudiante, debe enviar el formulario completo [Formulario 14](#) (Registro de Salud del Estudiante) a la escuela cuando inscriban a su hijo(a) para el séptimo grado.

¿Se debe completar un formulario?

Sí. El día de la cita del examen físico de su hijo(a), por favor proporcione al doctor o enfermera el Formulario 14 para completar durante la cita. Presente el Formulario 14 a la escuela de su hijo(a) cuando se inscriba al séptimo grado.

Dónde puedo encontrar el Formulario 14:

Para descargar una copia del Formulario 14 y para más información sobre el examen físico del séptimo grado, visite www.hawaiipublicschools.org y busque “Physical Exam.”

¿Por qué es importante?

Sabemos que la adolescencia es un periodo de enormes cambios físicos, emocionales y sociales. Durante este tiempo, los jóvenes pueden desarrollar varios problemas de salud, muchos de los cuales son evitables. Un chequeo de rutina para niños es un momento oportuno y provee un ambiente seguro para que los jóvenes hablen con su médico sobre cualquier inquietud que tengan respecto a su salud y puede ayudar a abordar y evitar problemas relacionados con la salud. También brinda la oportunidad de ponerse al día con las vacunas que le falten y las que se recomiendan rutinariamente para adolescentes.

La Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics) recomienda que los niños y jóvenes reciban un examen físico de salud con su proveedor de atención primaria al menos una vez al año.

* Incluye médicos naturópatas como se especifica en [HRS§455-8](#)

¿Qué tipo de médico puede realizar un examen físico?

El examen físico lo hace un médico, un asistente médico o un enfermero registrado de practica avanzada.*

¿Quién cubrirá los costos del examen físico?

Los exámenes físicos son un beneficio anual cubiertos y actualmente brindados bajo la Ley de Protección al Paciente y Asistencia Médica Asequible (ACA).

¿Qué es la Ley de Protección al Paciente y Cuidado de Salud Asequible?

La Ley de Protección al Paciente y Asistencia Médica Asequible, a menudo referida como “Affordable Care Act” o “ACA,” es una ley de reforma de salud aprobada por el Congreso y promulgada por el presidente Barack Obama en Marzo del 2010. El objetivo general de la ley es mejorar la calidad, acceso y costo de la atención médica y seguro médico en los Estados Unidos.

¿Qué vacunas se requieren para asistir al séptimo grado, además del examen físico?

Además de cumplir con el requisito del examen físico para un estudiante nuevo ingresando al séptimo grado, La Ley del Estado de Hawaii exige que todos los estudiantes cumplan con los requisitos de inmunización. Hable con el medico de su hijo(a) acerca de estas vacunas y otras que se recomiendan usualmente para adolescentes.

Para más información sobre los requisitos de inmunización escolar, visite la página de internet del Departamento de Salud de Hawaii: <http://health.hawaii.gov/docd/school-health-requirements/>

¿Qué sucede si un niño(a) no recibe un examen físico antes de ingresar al séptimo grado?

Si un joven no recibe un examen físico antes del primer día del séptimo grado, se le permitirá atender a la escuela. Sin embargo, el Departamento de Educación proporcionará el nombre, dirección, y correo electrónico de ese estudiante al Departamento de Salud. El Departamento de Salud y el Departamento de Educación contactarán a los padres o guardianes legales del estudiante durante el año escolar para estimular a los padres a sacar una cita para un examen físico del estudiante. Si no desea que su información de contacto se proporcione al Departamento de Salud, por favor de notifique a la escuela antes del 30 de Octubre.

¿El seguro médico está disponible para familias de bajos ingresos?

Sí. Medicaid es un programa de asociación federal y estatal, el cual provee cobertura de salud médica a adultos y niños de bajos ingresos. Para más detalles visite la página de internet del Departamento de Servicios Humanos: mybenefits.hawaii.gov/medicaid-faqs/

Viviendo Saludablemente

Los adolescentes deben hacer un mínimo de 60 minutos (1 hora) o más de actividad física diaria. Durante la semana, se recomienda incluir una combinación de actividades aeróbicas, como fortalecimiento muscular y de huesos, actividades como caminar, correr, hacer deportes, ejercicios con pesas, o brincar la cuerda. Además, una dieta saludable ayudará a prevenir problemas de salud como la obesidad, diabetes tipo 2, y enfermedades del corazón. Se recomienda reemplazar las bebidas azucaradas y los alimentos con alto contenido de azúcar, sal, y grasas no saludables, con leche descremada o baja en grasa, agua, y frutas, vegetales, granos integrales y alimentos bajos en grasas y proteínas. Para más información visite la página de internet del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos ChooseMyPlate.gov