

# Concerned about Development?

## How to Get Help for Your Child

### in San Luis Obispo County



Talking to the doctor is the first step toward getting help for your child if you are concerned about his or her development (how your child plays, learns, speaks, acts, or moves). **Don't wait.** Acting early can make a real difference!

#### 1 Make an appointment with your child's doctor

- When you schedule the appointment, tell the doctor's staff you have concerns about your child's development that you would like to discuss with the doctor.

#### 2 Complete a milestone checklist

- Before the appointment, complete a milestone checklist by downloading CDC's free [Milestone Tracker mobile app](#) from the App Store or Google Play or printing a paper checklist from [www.cdc.gov/Milestones](http://www.cdc.gov/Milestones).
- Write down your questions and concerns; take these with you to the doctor's appointment.

#### 3 During the doctor's appointment

- **Show the completed milestone checklist to the doctor**
  - > If your child **is** missing milestones, point them out, and share any other concerns that you have.
  - > If your child **is not** missing milestones but you still have concerns, tell the doctor about them.
- **Ask the doctor for developmental screening for your child**
  - > Developmental screening is recommended whenever there is a concern. It gives the doctor more information to figure out how best to help your child.
  - > For more information about developmental screening, go to [www.cdc.gov/DevScreening](http://www.cdc.gov/DevScreening).
- **Ask the doctor if your child needs further developmental evaluation**
  - > If your child does, ask for a referral and call right away. If you have difficulty getting an appointment, let the doctor know.

#### 4 Make sure you understand what the doctor tells you, and what to do next

- Before you leave the appointment, check the notes you have written and make sure all of your questions have been answered.
- If you do not understand something, ask the doctor to explain it again or in a different way.
- When you get home, review your notes and follow the steps the doctor has given you. Remember, you can always contact the doctor's office if you have any questions.

### You Know Your Child Best

Remember, acting early on concerns is the best way to help your child.

If your doctor has told you to "wait and see", but you feel uneasy about that advice:

**Talk with another doctor to get a second opinion**

**AND**

**Find out if your child qualifies for services that might help his or her development**

You do not need a doctor's referral to have your child evaluated for services.

If your child is under 3 years old, contact the Early Start program at Tri-Counties Regional Center, 805-543-2833, or 805-461-7502 in North County.

If your child is 3 years or older, contact your local elementary school and ask to speak with someone who can help you determine if your child needs to be evaluated - even if your child does not go to that school. If you need more help, call the Special Education Local Plan Area (SELPA) office at 805-782-7301.

**Don't wait. Acting early can make a big difference!**

Need Help? Contact SLO County Help Me Grow, 805-305-4481 or online at [slohelpmegrow.org](http://slohelpmegrow.org).



[www.cdc.gov/ActEarly](http://www.cdc.gov/ActEarly)

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

Learn the Signs. Act Early.



Download CDC's free Milestone Tracker app



¿Le preocupa el desarrollo de su hijo?

# Cómo ayudar a su hijo

en el condado de San Luis Obispo



Si le preocupa el desarrollo de su hijo (la forma en que juega, aprende, habla, actúa o se mueve), el primer paso para darle ayuda es hablar con el médico. **No espere.** ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!

## 1 Haga una cita con el médico de su hijo

- Cuando haga la cita, dígame al personal del médico que usted tiene preocupaciones sobre el desarrollo de su hijo y que le gustaría hablar sobre ellas con el médico.

## 2 Complete una lista de verificación de los indicadores del desarrollo

- Antes de la cita, complete una lista de verificación de los indicadores del desarrollo. Lo puede hacer al descargar de las tiendas App Store o Google Play la [aplicación móvil GRATUITA Sigamos el Desarrollo](#) de los CDC o al visitar [www.cdc.gov/Indicadores](http://www.cdc.gov/Indicadores) para imprimirla en papel.
- Anote las preguntas que tenga y llévelas a la cita médica.

## 3 Durante la cita médica

- **Muéstrele al médico la lista de verificación de los indicadores del desarrollo completada**
  - > Si su hijo **no ha alcanzado** alguno de los indicadores del desarrollo, indíqueselos al médico y menciónale cualquier otra preocupación que tenga.
  - > Si su hijo **ha alcanzado** los indicadores del desarrollo, pero usted aún tiene preocupaciones, dígaselas al médico.
- **Pídale al médico pruebas del desarrollo para su hijo**
  - > Se recomiendan pruebas del desarrollo cuando existe una preocupación. Estas le dan al médico más información para que pueda buscar la mejor manera de ayudar a su hijo.
  - > Para obtener más información acerca de las pruebas del desarrollo, consulte [www.cdc.gov/EvaluacionDelDesarrollo](http://www.cdc.gov/EvaluacionDelDesarrollo).
- **Pregúntele al médico si su hijo necesita más evaluaciones del desarrollo**
  - > Si las necesita, pídale una remisión y llame lo antes posible para solicitar una cita. Si tiene dificultades para conseguir la cita, avísele al médico.

## 4 Asegúrese de entender lo que el médico le diga y qué hacer a continuación

- Antes de irse de la cita médica, revise las notas que haya tomado y asegúrese de que el médico le haya contestado todas sus preguntas.
- Si no entiende algo, pídale que se lo explique de nuevo o de una manera diferente.
- Cuando llegue a su casa, revise las notas y siga los pasos que el médico le haya dado. Recuerde, siempre puede comunicarse con el consultorio del médico si tiene alguna pregunta.

## Usted conoce a su hijo mejor que nadie

Si el médico de su hijo le dijo que “espere y vea”, pero a usted le inquieta ese consejo:

Hable con otros (médico, maestro, otro proveedor) para obtener una segunda opinión

**Y**

Llame para solicitar una evaluación gratuita a fin de averiguar si su hijo puede recibir servicios gratis que pueden ayudar.

- **Si su hijo tiene menos de 3 años:** Contáctese con el programa “Early Start” del Centro Regional Tres Condados, 805-543-2833, o 805-461-7502 en el condado del Norte.

- **Si su hijo tiene 3 años o más:** Comuníquese con su escuela primaria local y pida hablar con alguien que pueda ayudarlo a determinar si su hijo deber ser evaluado – aunque no vaya a esa escuela. Para ayuda, llame al programa SELPA al 805-782-7301.

No necesita la remisión de un médico para que evalúen si su hijo necesita servicios.

Necesita ayuda? Contacte a Help me Grow del Condado de SLO al 805-305-4481 o visite la pagina web: [slhelpmegrow.org](http://slhelpmegrow.org)

**No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!**



[www.cdc.gov/Pronto](http://www.cdc.gov/Pronto)  
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

Aprenda los signos. Reaccione pronto.



Descargue la aplicación gratuita de los CDC **Sigamos el desarrollo**

