

Actividades de prevención y promoción de la salud en la infancia y la adolescencia

Dr Samuel Esau Fonseca Fierro

ETAPA PREGESTACIONAL

- Reducción de embarazos en adolescentes es una medida preventiva importante, teniendo en cuenta que el 6,4% de embarazos se producen en mujeres menores de 19 años y que en un elevado porcentaje se asocian al consumo del alcohol y otros tóxicos, por tanto, la patología obstétrica y fetal es también elevada.

Una medida es aumentar los conocimientos, actitudes y hábitos saludables en este terreno es la educación sexual en el ámbito escolar, así como la educación familiar en las consultas de Atención Primaria

Planificación familiar

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

La planificación familiar se concibe como un derecho humano que hace posible acceder a otros derechos como la salud, la educación y el disfrute de una mejor calidad de vida, usando métodos anticonceptivos que evitan tener un embarazo no deseado y la libertad de una intimidad con tu pareja.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



Pastillas



Condomes



Parches
Anticonceptivos



Anticoncepción
de emergencia



Inyecciones



DIU (dispositivo
intrauterino)



OTB o la
Vasectomía



Implantes
Subdérmicos

ETAPA GESTACIONAL

- Ayuda a mejorar la salud materna e infantil. Este seguimiento mejora con controles periódicos protocolizados.





Control Prenatal

Tratamiento Farmacológico indicado por la GPC:

- Suplementación con **ácido fólico** 3 meses antes del embarazo y hasta la 13 sdg
- Suplementación de **hierro** selectiva
- Aplicación de **inmunizaciones** especialmente toxoide tetánico
- **Psyllum plantago** en caso de **estreñimiento** persistente a pesar de modificación dietética
- **Imidazol o Clindamicina vaginal** en caso de **Candidiasis** Vaginal
- **Metronidazol oral** en caso de **tricomoniasis** vaginal
- **Clindamicina vaginal** en caso de **vaginosis** bacteriana

NOM-007	Evaluación de embarazada		Pruebas de laboratorio
1er Visita (<14sdg)	<ul style="list-style-type: none"> • Historia clínica completa e identificación de riesgos • Evaluar edad gestacional • US 11- 13.6 sdg 	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación de signos vitales • Verificar esquema de vacunación 	<ul style="list-style-type: none"> • Bh, Gpo y Rh • EGO • VDRL • VIH
2da Visita (14 – 24 sdg)	<ul style="list-style-type: none"> • FCF • Altura uterina • US 18- 22sdg 	<ul style="list-style-type: none"> • Movimientos fetales • Evaluación de signos vitales 	Proteinuria por tira reactiva
3er Visita (24-28 sdg)	<ul style="list-style-type: none"> • FCF • Altura uterina • Aplicar Inmunoglobulina anti-D a las 28sdg en Rh negativas no sensibilizadas 	<ul style="list-style-type: none"> • Movimientos fetales • Evaluación de signos vitales 	Proteinuria por tira reactiva BH Curva de tolerancia glucosa
4ta Visita (28-34 sdg)	<ul style="list-style-type: none"> • FCF • Altura uterina • Evaluación de salud fetal 	<ul style="list-style-type: none"> • Movimientos fetales • Evaluación de signos vitales 	Proteinuria por tira reactiva
5ta Visita (34-41 sdg)	<ul style="list-style-type: none"> • FCF • Altura uterina • Valorar presentación fetal 	<ul style="list-style-type: none"> • Movimientos fetales • Evaluación de signos vitales • Evaluación de salud fetal 	Proteinuria por tira reactiva

- Diagnóstico prenatal de anomalías congénitas fetales
- Detección de alteraciones congénitas con expresión morfológica

DIAGNÓSTICO GENÉTICO PRENATAL

Estudio para la detección de anomalías genéticas o cromosómicas antes del nacimiento.

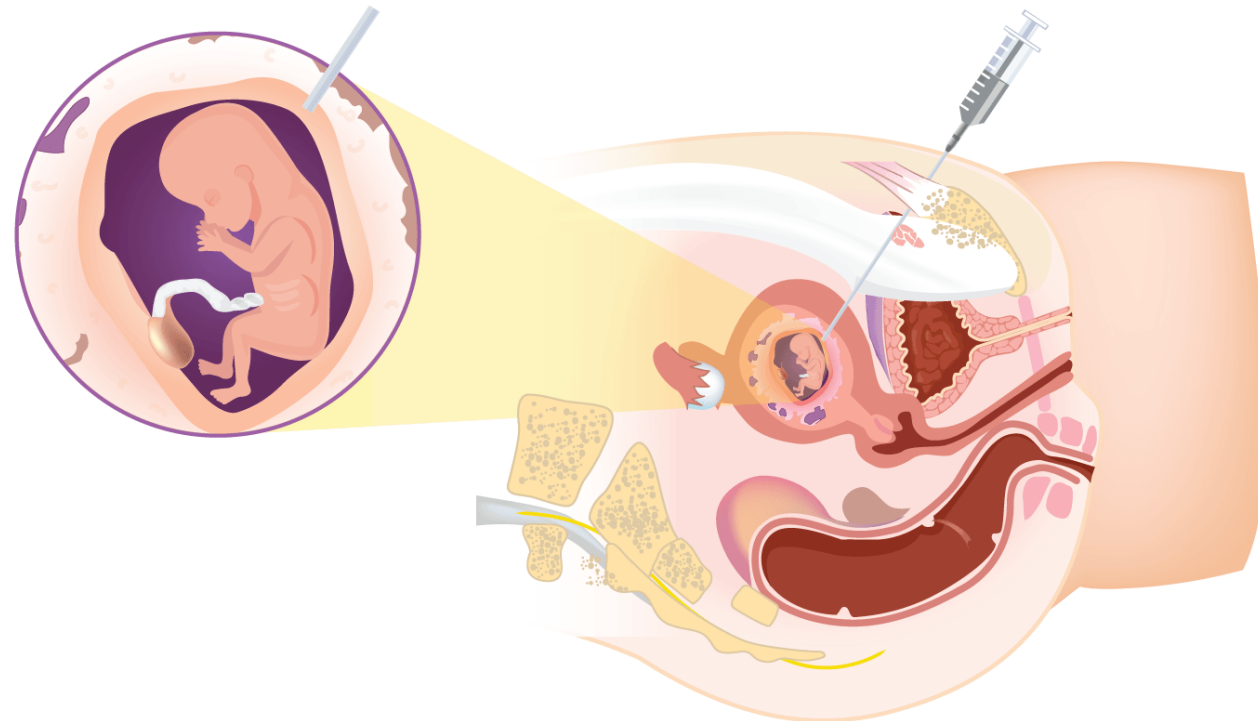


Tabla 1. Técnicas diagnósticas invasivas y no invasivas.

Técnica no invasiva	Edad gestacional y determinaciones
Bitest combinado	Primer trimestre (semanas 11 a 12 de la gestación)
Ecografía Sangre materna (determinación)	Medida "translucencia nuca" Beta gonadotropina coriónica (BHCG) Proteína A plasmática asociada al embarazo (PAPP-A)
Tritest	Segundo trimestre (semanas 15 a 17 de la gestación)
Sangre materna (determinación)	BHCG Alfa feto proteína plasmática (AFP) Estriol no conjugado (ENC)

Técnica invasiva	Material extraído	Edad gestacional (semanas)	Ventajas	Desventajas
Amniocentesis	Líquido amniótico. (el diagnóstico procede de los amniocitos, células procedentes del feto)	15-17	Técnica más fiable.	Resultados entre los 4 y 5 meses de gestación. Implicaciones emocionales maternas. Riesgo de aborto: 0.5%-1%.
Biopsia vellosidades coriales	Vellosidad corial	9-12	Técnica más temprana para el diagnóstico prenatal	Contaminación con células de origen materno. Discordancias feto-placentarias. Riesgo de aborto: 1%-2%
Funiculocentesis	Sangre fetal	Desde la semana 18	Permite realizar el diagnóstico prenatal de algunas enfermedades hematológicas, metabólicas o infecciosas. Confirma los resultados dudosos obtenidos mediante las otras técnicas	Es la técnica más tardía. Contaminación con células de origen materno. Riesgo de aborto: 2%

ETAPA PERINATAL

- Exploración clínica del recién nacido
- Cribado analítico neonatal

RECIEN NACIDO:
0-28 DIAS

Tabla 2.1. Actividades del médico y enfermero en la atención del recién nacido (Autor. J. Barboza Meca)

Nacimiento inmediato (0'-45'')	Atención inmediata del RN (1'- 10')		Atención mediata del RN
Protección de la temperatura ambiental (15'' - 30''')	APGAR (1'- 5')	Profilaxis (oftálmica, vit. K) (6'-8')	Alojamiento conjunto
Contacto piel a piel (15'' - 45'')		Somatometría (6'-8')	
Secado y estímulo (0-1')	Funciones vitales (1'-2')	Limpieza del muñón umbilical (7'-9')	
	Pinzamiento del cordón (2'-3')	Silverman - Anderson (5')	Apego
	Traslado a la servocuna (3')	Registro e identificación (8'-10')	
Examen físico Integral (45'' - 10')			Lactancia Materna



Integridad del paladar y labios

Atresia esofágica

Pezones super numerarios

Atresia de musculatura abdominal

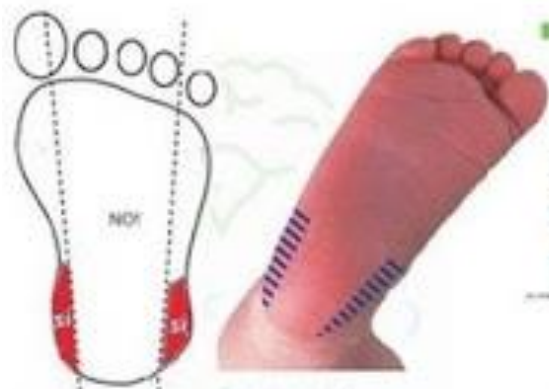
Centralización de la espina, Espina Bífida, meningocele, mielomeningocele.

Malformaciones Urinarias y Ambigüedad de genero

Malformaciones de extremidades y componentes.

Permeabilidad de orificios Oídos, Boca, Narinas, Esófago y Ano.

Liquido amniótico (meconio, sangre, poco, mucho)



3°- 5° día

TOMA DE TAMIZ



Tarjeta de
Guthrie



Tarjeta de
Guthrie

Tamiz neonatal

Su objetivo es detectar la existencia de una enfermedad antes de que ésta se manifieste, para iniciar el tratamiento oportuno.

A excepción del hipotiroidismo congénito, las demás son ...**Autosómicas recesivas**

Tamiz básico

1. Hipotiroidismo

2. Hiperplasia suprarrenal congénita

3. Fenilcetonuria

4. Galactosemia

5. Fibrosis quística

Etiología

Disgenesia tiroidea

Deficiencia de 21
hidroxilasa

Deficiencia de fenilalanina-
hidroxilasa

Deficiencia de galactosa-1
fosfato uridil transferasa

Disfunción de proteína
reguladora de conductancia
transmembranal de FO

Importancia del Tamiz Auditivo

HIPOACUSIA: SORDERA

1 **Un problema auditivo** ocurre en 3 a 4 de cada 1,000 recién nacidos. Es más probable en el nacimiento que el Síndrome de Down y el Hipotiroidismo Congénito

1.1 **El déficit auditivo** de ambos oídos está presente en 1 a 6 de cada 1000 recién nacidos "sanos" que se encuentran en los cueros de los hospitales.

1.2 **También corre en 20 a 40** de cada 1000 niños que están en las unidades de terapia intensiva.

6 **Y el déficit menos** profundo suele pasar desapercibido en los primeros 3 años de vida.

2 **Realizar el Tamiz Auditivo en los primeros 3 meses** de vida ayuda al tratamiento oportuno del problema de audición.

• Problemas auditivos •

5 **En la actualidad** detectamos clínicamente que un niño padece de déficit auditivo severo hasta que tiene alrededor de 14 meses de vida.

4 **No existe otro método** para detectar clínicamente una pérdida auditiva en el neonato.

3 **La identificación**, intervención o el manejo de un padecimiento auditivo está disponible, es efectivo y lleva a un buen pronóstico.





Lesiones en el corazón: Cardiopatías congénitas

14 de febrero: Día Internacional de las Cardiopatías Congénitas

¿De qué trata?

Las cardiopatías congénitas son lesiones anatómicas en el corazón, ya sea de las paredes que separan su interior o las válvulas que controlan la entrada y salida de sangre.



Usualmente sólo se presentan en niños recién nacidos, sin embargo, hay casos en los que niños mayores pueden presentar el padecimiento.



Causas



Cambios en los genes o cromosomas del feto



Enfermedades o anomalías en el estilo de vida de la madre

Las anomalías congénitas afectan a **1 de cada 33 lactantes** y causan más de

3 millones de discapacidades al año.



Pueden provocar...

Dependerán de la malformación y grado del padecimiento, pero las afecciones más comunes son:



Asfixia



Cansancio



Falta de apetito



Poco o nulo desarrollo corporal para la edad del niño



Sudoración excesiva



La muerte



En México, cada año nacen alrededor de

18 mil niños con cardiopatías congénitas.



Diagnóstico

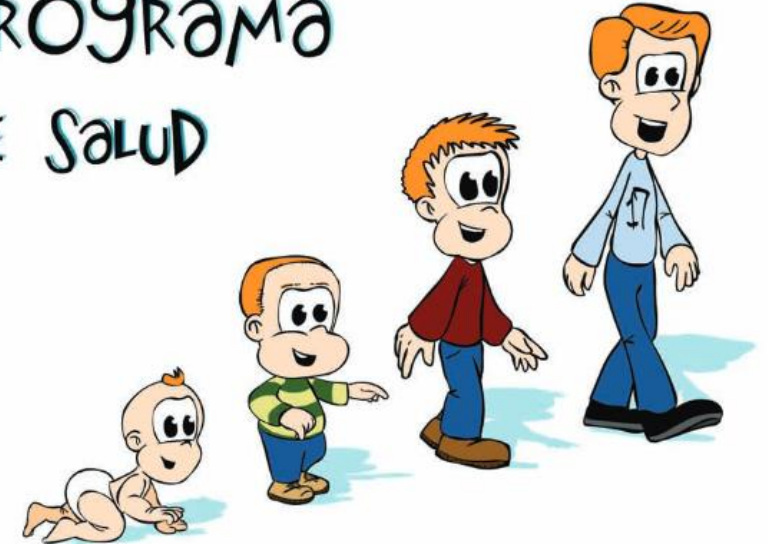
Se pueden realizar pruebas a partir de la **semana 16 de gestación** para descartar o diagnosticar el problema.



ETAPA INFANTIL

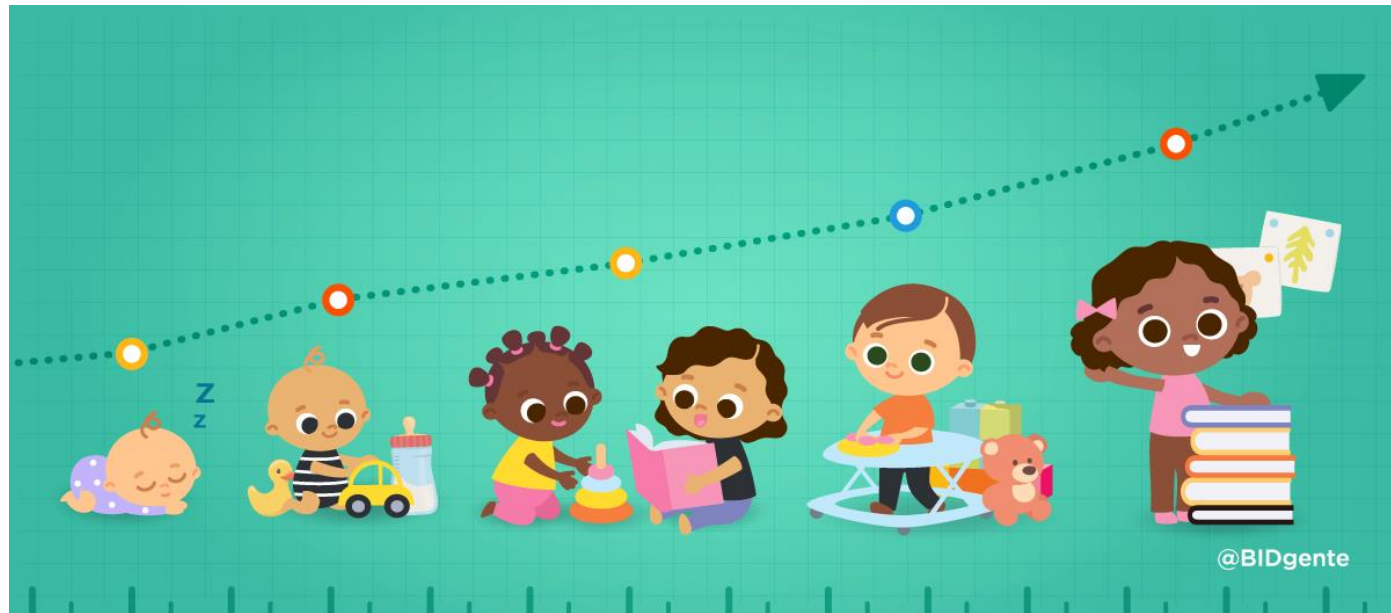
- Lactante 29 días – 2 años 11 meses 29 días
- Prescolar 3 – 5 años 11 meses 29 días
- Escolar 6 – 11 años 11 meses 29 días
- Adolescente 12 – 18 años de edad

PROGRAMA
DE SALUD








PROGRAMA DEL NIÑO SANO

- Pretende la detección precoz de posibles alteraciones físicas, psíquicas y sociales en su etapa presintomática, y el consejo de salud adecuado a cada edad.



Desarrollo del niño de 0 a 6 años

	De 0 a 6 meses	De 6 a 12 meses	De 12 a 24 meses	De 2 a 4 años	De 4 a 6 años
MOTRIZ	<p>Levanta la cabeza y se prepara para gatear.</p> 	<p>Gatea y es capaz de dar algunos pasos y levanta los brazos.</p> 	<p>Anda y se mantiene en pie sin apoyo.</p>	<p>Aprende a montar en bici y en patinete.</p>	<p>Salta, trepa baila.</p> 
COGNITIVO	<p>Atiende a estímulos sonoros y visuales.</p>	<p>Tiene un juguete favorito, desarrolla independencia y curiosidad</p>	<p>Muestra interés por objetos como juguetes y libros de fieltro.</p>	<p>Señala o escoge dos imágenes iguales. Utiliza la Tablet de forma autónoma.</p>	<p>Empareja formas geométricas sencillas.</p> 
LENGUAJE	<p>Se comunica a través del llanto, las risas y los balbuceos.</p>	<p>Dice sus primeras palabras.</p>	<p>Comienza a unir palabras.</p> 	<p>Ha desarrollado el lenguaje casi por completo,</p>	<p>Expresa emociones y sentimientos.</p>
SOCIAL	<p>Dependía total de los padres.</p>	<p>Es capaz de interaccionar con otros niños.</p>	<p>Va perdiendo el apego por los padres.</p>	<p>En esta etapa se desatan las rabietas.</p>	<p>Disfruta de los juegos en grupo.</p>

- Detección de problemas de crecimiento
- Problema visuales
- Protección solar
- Evaluación locomotora
- Detección de maltrato infantil
- Desarrollo puberal
- Detección de cáncer infantil

7 CONSEJOS PARA LA PREVENCIÓN DEL MALTRATO INFANTIL

1 Fomentar en los niños **valores éticos y morales**, siendo capaces de establecer unas adecuadas normas de convivencia.

3 Aprender y ser capaces de **controlar la ira y agresividad** de forma adaptativa y adecuada. El control de las emociones es fundamental.

5 Un entorno donde impera la violencia física o psíquica va a propiciar que aprendan esos **modelos de conducta** y puedan repetirlos.

7 **Tenemos que brindarles:**

- Bienestar físico, afectivo, emocional, educativo y social.
- Protección a sus derechos e intereses.
- Capacidad de escucha, oportunidad para expresarse y comprensión.



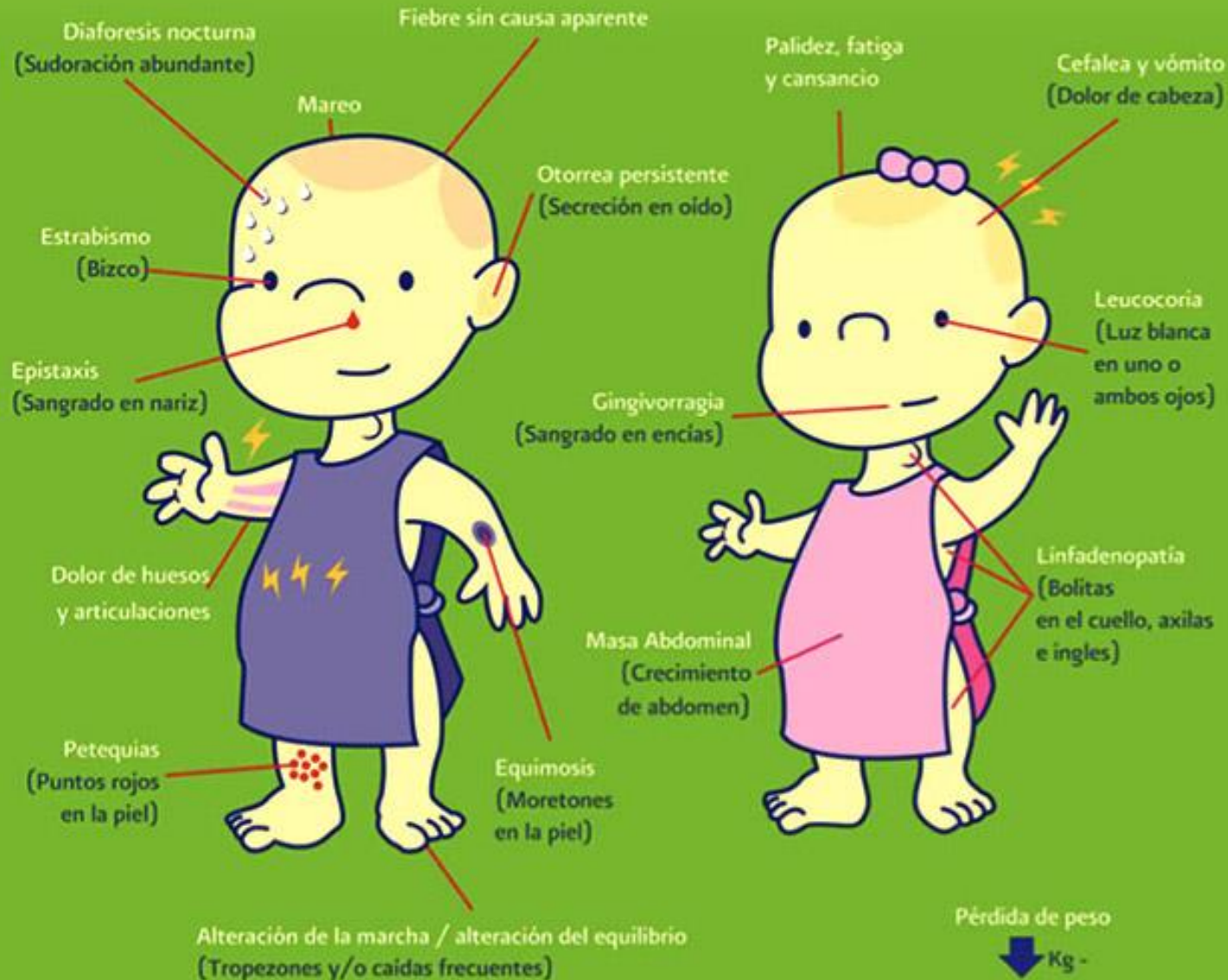
2 Ser conscientes a la hora de **hablarles y tratarlos** como personas especialmente vulnerables y frágiles.

4 Desarrollar en los niños la **capacidad de empatía** y hacerles comprender que nuestra conducta o actitud puede provocar sufrimiento en

6 Proporcionarles un entorno **seguro, afectivo, adaptativo y estructurado**. Así, les garantizaremos un adecuado desarrollo psicoevolutivo y una infancia feliz.

DÍA INTERNACIONAL DEL CANCER INFANTIL

SÍNTOMAS PARA DETECTARLO A TIEMPO



Fuente: Secretaría de Salud

ALIMENTACION

CUADRO 1-6 EJEMPLO ORIENTATIVO DE CALENDARIO DE LA ALIMENTACIÓN DEL LACTANTE SANO

- 0-6 meses: leche materna o fórmula adaptada al 13%
- 4 meses: fruta
- 5 meses: cereales sin gluten
- 6 meses: verduras, carnes
- 7 meses: gluten
- 8 meses: yogur
- 10 meses: yema de huevo
- 10-12 meses: alimentos troceados
- 12 meses: leche entera de vaca, huevo entero, pescado

Los accidentes causan el 10% de la mortalidad del primer año, el 26% de la mortalidad preescolar (2-4 años) y el 40% de la mortalidad escolar (5-14 años).

• PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

Consejos para evitar accidentes en el hogar

El lugar más peligroso es la cocina: las quemaduras se producen al volcar sartenes, ollas, etc., con líquidos calientes; o al tocar el cristal del horno eléctrico.



Elementos de llama libre, como las velas, no deben quedar desatendidos.



Los mangos de sartenes y cacerolas deben quedar hacia adentro. Niñas y niños no pueden jugar en la cocina.



Para evitar caídas se debe mantener el suelo libre de obstáculos, sin superficies resbaladizas.



Las intoxicaciones se pueden prevenir guardando los envases etiquetados fuera del alcance de niñas y niños



Revisar que las instalaciones eléctricas estén en buen estado para evitar las electrocuciones.



Elementos como las piletas deben estar bien empotrados y asegurados para que no caigan y produzcan lesiones importantes.

Hábitos de higiene saludables en niños/as

Imágenes
Educativas.com

Me cepillo los dientes
después de cada
comida.



Me limpio bien
después de ir al
baño, y por supuesto
me lavo las manos.

Me baño a menudo.



Como de forma sana
y equilibrada.
Muchas frutas,
verdura y pescado



@dacrBla

<http://www.imageneseducativas.com>

ETAPA ADOLESCENTE

La adolescencia es la etapa de maduración y transición psicosocial entre el niño y el adulto joven, que va pasando de la dependencia de los padres a la autonomía. Suele iniciarse hacia el segundo año del inicio puberal y se extiende hasta los 20 años, variando según el entorno social

TABLA 1-5 Características de las etapas de la adolescencia		
10 a 14 años (pubertad, preadolescencia o adolescencia temprana)	15 a 17 años (adolescencia media)	18 a 21 años (adolescencia final o tardía o prejuvenil)
Preocupación por la autoimagen Exigen privacidad («territorio propio») Reafirmación y rebelión Conflictos con las normas parentales Comunicación: menor con la familia, mayor con el <i>peer group</i> del mismo sexo Pensamiento abstracto (operaciones formales) Escala simple de valores: «extremismo» Impulsividad y variaciones del estado de ánimo Menarquia	Inicio de autoaceptación Maduración Inicio de relaciones con el otro sexo Idealismo «Pérdidas de tiempo» «Cansancio» permanente Sensación de omnipotencia e invulnerabilidad Experimentalismo, «puesta a prueba» Iniciación en prácticas de riesgo (tóxicos, vehículos, deportes) Iniciación en el rol sexual y la actividad genital	Autoaceptación Independencia Pensamiento potente Mayor realismo Emparejamiento

Salud Mental



Se define como un estado de bienestar en el cual el individuo:

Puede afrontar las dificultades normales de la vida

Es consciente de sus propias capacidades

Puede trabajar de forma productiva

Es capaz de hacer una contribución a su comunidad

