

LICENCIATURA EN ENFERMERIA 7° B

DOCENTE
LETICIA PEREZ JIMENEZ

ALUMNO:

DANIELA HERNANDEZ ABARCA

MATERIA:

ENFERMERIA COMUNITARIA

ACTIVIDAD:

CUADRO SINOPTICO

FECHA:

05 DE DICIEMBRE DE 2020

ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES EN NIÑAS Y NIÑOS DE 0 A 9 AÑOS

ENFERMERIA COMUNITARIA

Se encarga de la prevención y cuidado de la salud de los individuos, sus familias y la comunidad. La enfermería comunitaria promueve cuidados y conductas conscientes que aseguran la salud de las personas y su ambiente.



INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD

Como personal de enfermería debemos incorporar a todos los niños a su programa preventivo de salud en la unidad médica, proporcionar diferentes servicios educativos y preventivos en beneficio de su salud.



CUIDADOS DEL BEBÉ NACIDO DEL NIÑO Y LACTANCIA MATERNA

-En recién nacidos aplicar la vacuna BCG, para prevenir la tuberculosis meningea (infección del cerebro) y muerte y también aplicar la vacuna anti hepatitis B, ya que protege contra esta infección que se transmite por las mamadas infectadas a los hijos sin saberlo.
-Lactancia materna: Informar a la madre los beneficios de la lactancia materna en la salud del niño y de ella.
-Técnicas para el amamantamiento.
-Lactancia con fórmula: Capacitar a los padres o responsables del cuidado del niño sobre la forma correcta de preparar y administrar la fórmula cuando el niño no es amamantado.
-Prevención de muerte súbita: Informar y capacitar a los padres o responsables de los niños menores de un año, para que adquieran conductas que eviten la muerte repentina e inexplicable de los niños.



CRECIMIENTO Y ALIMENTACIÓN CORRECTA

-Orientar a los padres o responsables del cuidado del niño para que proporcionen a su hijo una correcta alimentación.
-Informar a los padres o responsable de acuerdo a la edad, los alimentos recomendados, así como la cantidad y frecuencia de alimentación.



DESARROLLO Y ESTIMULACIÓN TEMPRANA

-Orientar a los padres o responsables del cuidado del niño para que estimulen con ejercicios y juegos el desarrollo psicomotor de su hijo, según su edad.



SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ALARMA (Para enfermedades diarreicas agudas e infecciones respiratorias agudas)

-Enfermedades diarreicas: Capacitar a la madre o responsable del cuidado del niño en:
-Las medidas higiénicas para prevenir la enfermedad diarreica
-El manejo adecuado del cuadro diarreico en el hogar
-La identificación oportuna de los signos de alarma
-El uso correcto de la terapia de hidratación oral
-Infecciones respiratorias agudas: Capacitar a la madre en la identificación de signos de alarma en casos de infección respiratoria aguda



HIGIENE PERSONAL

-Capacitar a los padres o responsables del cuidado del menor sobre las medidas de higiene que requieren los niños para prevenir infecciones y propiciar su bienestar



SAUD BUCAL

Prevenir la caries dental mediante:
-detección de la placa dentobacteriana en los niños
-la capacitación en la técnica de cepillado dental
-la aplicación tópica de fluor en los niños a partir de los 3 años de edad
-instrucción del uso del hilo dental a partir de los 8 años de edad



PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y otras sustancias)

Informar, orientar y sensibilizar a los padres sobre los riesgos del consumo del tabaco, alcohol y otras drogas.



PREVENCIÓN DE VIOLENCIA FAMILIAR

Informar a los padres sobre los graves riesgos que tiene sobre la salud de los niños, la agresión y violencia entre los miembros de la familia



PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

Comunicar a los padres que los accidentes son una causa frecuente de daño a la salud del niño que pueden llegar hasta la muerte y son prevenibles.



ACTIVIDAD FÍSICA

Promover entre los niños de hasta 6 años la actividad física cotidiana como un componente de los hábitos saludables de vida que previenen contra los riesgos del sedentarismo, las adicciones y la depresión.



ENTORNOS FAVORABLES A LA SALUD (Vivienda, escuela y patio limpio)

Informar a los padres o tutores de los niños la importancia de participar en la creación de entornos favorables a la salud que propicien el mejoramiento y conservación de la salud así como en la prevención de enfermedades.



DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA

Informar a los dueños responsables con animales de compañía la importancia de su cuidado y protección.



INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y grupos de adolescentes promotores a la salud)

Identificar oportunamente a los niños y niñas que presentan los siguientes problemas: desnutrición, sobrepeso-obesidad y violencia familiar para referirlos a los grupos de ayuda específicos con el propósito de disminuir la exposición al riesgo y combatir el problema.

CARTILLAS NACIONALES

Edad (meses)	Espera (Año)	Proceso (g)	Vitaminas (mg)	Vitaminas (mg)	Vitaminas (mg)	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Zinc (mg)
1	0.07	11	1.7	0.40	0.13	208	0.33	0.13
2	0.07	8	1.7	0.40	0.13	209	0.40	0.20
3	0.07	8	1.7	0.40	0.13	210	0.40	0.20
4	0.07	8	1.7	0.40	0.13	241	0.35	0.20
5	0.07	8	1.7	0.40	0.13	241	0.35	0.20
6	0.07	8	1.7	0.40	0.13	254	0.30	0.20
7	0.07	8	1.7	0.40	0.13	254	0.30	0.20
8	0.07	8	1.7	0.40	0.13	254	0.30	0.20
9	0.07	8	1.7	0.40	0.13	254	0.30	0.20
10	0.07	8	1.7	0.40	0.13	254	0.30	0.20
11	0.07	8	1.7	0.40	0.13	254	0.30	0.20
12	0.07	8	1.7	0.40	0.13	254	0.30	0.20

Esquema de alimentación complementaria

Edad	Alimentos a introducir	Presencia	Consistencia
0-6 meses	Lactancia materna exclusiva	A la demanda	Líquida
6-7 meses	Cereales (maíz, trigo, arroz, trigo duro, avena, cebada, trigo pan, germen, pasta, arroz integral, arroz salvado, arroz integral)	2 a 3 veces al día	Pasta, papilla
7-8 meses	Leguminosas (frijol, haba, garbanzo, lenteja, alubia)	3 veces al día	Pasta, papilla, arroz, almejas, mariscos
9-12 meses	Derivados de leche (leche, yogurt y queso fresco y pasteurizado)	3-4 veces al día	Pastillas blandas
>12 meses	Proteínas (carne, pollo, pescado)	4 veces al día	Trocitos pequeños

ENFERMEDAD	PREVENCIÓN	ACTIVIDADES
DIARREA	1. Evitar el contacto con heces de otros niños. 2. Mantener buena higiene.	1. Bañarse con agua jabonosa. 2. Evitar compartir juguetes. 3. Evitar jugar en áreas de riesgo.
INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA	1. Evitar el contacto con otros niños. 2. Mantener buena higiene.	1. Bañarse con agua jabonosa. 2. Evitar compartir juguetes. 3. Evitar jugar en áreas de riesgo.
VIOLENCIA FAMILIAR	1. Mantener a los niños alejados de las peleas. 2. Evitar compartir juguetes.	1. Evitar compartir juguetes. 2. Evitar jugar en áreas de riesgo.
ACCIDENTES	1. Evitar el contacto con otros niños. 2. Mantener buena higiene.	1. Bañarse con agua jabonosa. 2. Evitar compartir juguetes. 3. Evitar jugar en áreas de riesgo.



Actividad física por edad

Edad	Nivel de actividad	En qué momento	En qué espacio	En qué compañía
0-2 años	Alta	Desarrollar el movimiento y el equilibrio.	En casa o en el parque.	Con los padres o cuidadores.
3-5 años	Alta	Desarrollar el equilibrio y el control del cuerpo.	En casa o en el parque.	Con los padres o cuidadores.
6-9 años	Alta	Desarrollar el equilibrio y el control del cuerpo.	En casa o en el parque.	Con los padres o cuidadores.



CONCLUSIÓN

Como enfermeras y enfermeros es indispensable que conozcamos que la salud de un niño incluye el bienestar físico, mental y social. Es importante que nosotros enseñemos a padres y responsables de los niños acerca de aspectos básicos para mantener a los niños y niñas sanos tales como alimentarlos sanamente, asegurarse de que duerman lo suficiente de acuerdo a su edad , enseñarles buena higiene personal , a que se ejerciten lo suficiente y sobre todo garantizar su seguridad.

También es indispensable explicar a los padres o responsables del niño o niña que su hijo debe tener constantes chequeos médicos. Ya que estas visitas son una oportunidad para revisar su desarrollo. También es un buen momento para detectar o ya sea prevenir enfermedades.

BIBLIOGRAFÍA

MÉXICO, S. D. (04 de Octubre de 2015). *Gobierno de México* . Obtenido de <https://www.gob.mx/salud/articulos/cartillas-nacionales-de-salud-12270>