

**“MATERIA”: ENFERMERIA
COMUNITARIA**

**NOMBRE DEL DOCENTE:
LETICIA PEREZ**



PRESENTA: CUADRO SINOPTICO

ALUMNO: GARCIA GOMEZ JHENIFER

CUATRIMESTRE: 7-|”B”

LICENCIATURA: ENFERMERIA

ENFERMERIA COMUNITARIA

Se dice que Enfermería Comunitaria es la disciplina que sintetiza los conocimientos teóricos y las habilidades prácticas de la enfermería y la salud pública y los aplica como alternativas (estrategias) de trabajo en la comunidad con el fin de promover, mantener y restaurar la salud de la población, contando con la participación (comunitaria) de esta, mediante cuidados directos e indirectos, a individuos, familias, otros grupos y a la propia comunidad en su conjunto, como miembro de un equipo multidisciplinario.

ACTIVIDADES DE LA PROMOCION DE LA SALUD Y PREVENION DE LA ENFERMEDADES EN LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 0 A 9 AÑOS DE EDAD



ACTIVIDAD FISICA

AYUDA A SENTIRSE MEJOR, CON MAS ENERGIA Y A RELAJARTE, REDUCIR EL ESTRÉS DORMIR Y TONIFICAR LOS MUSCULOS
AYUDA A PREVENIR Y TRATAR EL EXCESO DE PESO Y TAMBIEN NOS AYUDA A PREVENIR DIFENTES TIPOS DE ENFERMEDADES
AYUDA A LOS NIÑOS A RELACIONARSE CON LAS DEMAS PERSONAS Y MANTENERSE MAS ALEGRES Y MAS SANOS
NIÑOS Y JOVENES DEBEN DE REALIZAR TODOS LOS DIAS ACTIVIDAD FISICA POR LO MENOS UNA HORA DIARIA PARA PODER MEJORAR EL



SALUD BUCAL



- o Como podrá seguro imaginarse el problema de salud dental más importante es la caries dental mejor manera de proteger los dientes de su hijo es enseñarle buenos hábitos dentales
- o Con la orientación adecuada, adoptará rápidamente buena higiene oral como parte de su rutina diaria. Sin embargo, aunque es posible que sea un participante entusiasta, no tendrá el control ni la concentración para lavar sus dientes por sí mismo.
- o Será necesario que lo supervise y le ayude a que el cepillo retire toda la placa, las bacterias suaves y pegajosas, que contienen depósitos que se acumulan en los dientes, que es lo que ocasiona las caries dentales. También preste atención a las zonas con puntos café o blancos que pueden ser señales de caries dentales.

HIGIENE PERSONAL

- + Cepillarse y mantener limpio el cabello
- + Cepillarse los dientes
- + Lavarse las manos
- + Limpiarse y cortarse las uñas
- + Ducharse



CUIDADOS DEL RECIEN NACIDO DEL NIÑO Y

EL CORDÓN UMBILICAL DEBE DE ESTAR BAJO BIJILANCIA Y TENER UNA BUENA ATENCION PARA QUE NO SE INFECTE
LIMPIEZA CORPORAL DEBE DE CONSIDERARSE UN BAÑO DIARIO LIMPIEZA DE LOS PLIEGUES HIGUIENE EN EL AREA DEL PAÑAL
ROPA QUE SEA COMODA LAS UÑAS BIEN LIMPIAS Y CORTADAS PARA EVITAR CONTRAER CUALQUIER TIPO DE INFECCIONNES INTRODUCIDAS ALA BOCAN TAMBIEN LOS LLAMADOS BAÑOS DE SOL DARLE DIARIAMENTE PASEOS AL SOL

CRECIMIENTO Y ALIMNTACION CORRECTA

EN RECIEN NACIDOS ES RECOMENDABLE QUE EL BEBE SE ALIMENTE DEL PECHO DE LA MADRE YA QUE AYUDA AL DESARROLLO DEL CEREBRO DEL RECIEN NACIDO EL CALOSTRO ESTA REPLETO DE PROTEINAS Y TIENE ALTA DENSIDAD DE NUTRIENTES Y AYUDADA A CRERAR SU SITEMA UNMUNITARIO

CANCER

EL CANCER ES UNA ENFERMEDAD MUY GRABE ES UN PROSESO DESCONTROLADO DONDE LAS CELULAS SE DIBIDEN DEL CUERPO ES UNA MASA ANORMAL DE TEJIDO DE CUYO CRECIMIENTO EXCEDE DE TEJIDOS NORMALES Y NO ESTA CORDINADO A ESTOS PARA PREVENIR ESTA ENFERMEDAD SON SIGUIENDO UNA ALIMENTACION SANA Y VARIADA, PRACTICANDO EJERCICIO FISICO CADA DIA , VACUNANDONOS ,MAMOGRAFIA, EVITANDO EL TABACO, LIMITANDO EL CONSUMO DE ALCOHOL, PROTEGIENDOCE DEL SOL.

TUBERCULOSIS

Es una enfermedad causada por microbios que se propagan de una persona a otra a través del aire. La tuberculosis generalmente afecta los pulmones, pero también puede afectar otras partes del cuerpo, como el cerebro, los riñones o la columna vertebral. Una persona enferma de tuberculosis puede morir si no recibe tratamiento. Por ello es muy importante obtener la vacuna para evitar contraer esta enfermedad

PREVENION DE ADICCIONES

Integrar a la Familia en un ambiente de comunicación, respeto y confianza.
Establecer lazos de afecto y convivencia positiva con familiares, grupos de amigos, vecinos, maestros etc..
Reconocer a nuestros hijos los logros, habilidades y capacidades personales.
Crear el hábito del estudio, lectura y participación en actividades fuera de la escuela.



SIGNOS DE ALARMA

Acudir a la Unidad de Salud, Evitar la automedicación, Cumplir con las indicaciones médicas, Regresar a evaluación médica
REGULACIÓN SANITARIA
Evitar comer en lugares no higiénicos, Conservar los alimentos, Mantener la cloración del agua de uso

PREVENION DE VIOLENCIA FAMILIAR

Reduciendo los embarazos no deseados;
reduciendo el uso nocivo del alcohol y las drogas ilícitas durante el embarazo;
reduciendo el uso nocivo del alcohol y las drogas ilícitas por parte de los nuevos padres;
mejorando el acceso a servicios de atención prenatal y posnatal de gran calidad;
haciendo que los hogares de los niños con alto riesgo de sufrir malos tratos sean visitados por enfermeros y asistentes sociales;
proporcionando a los padres formación en materia de desarrollo infantil, métodos disciplinarios no violentos y capacidad de resolución de problemas.