



**Mi Universidad**

**ENFERMERIA DEL NIÑO Y  
ADOLESCENTE**

Nombre del alumno: ALEXIS JOSUE LOPEZ  
SOLORZANO

Nombre del maestro: MARIA DEL CARMEN  
LOPEZ SILBA

Nombre del tema: ENSAYO

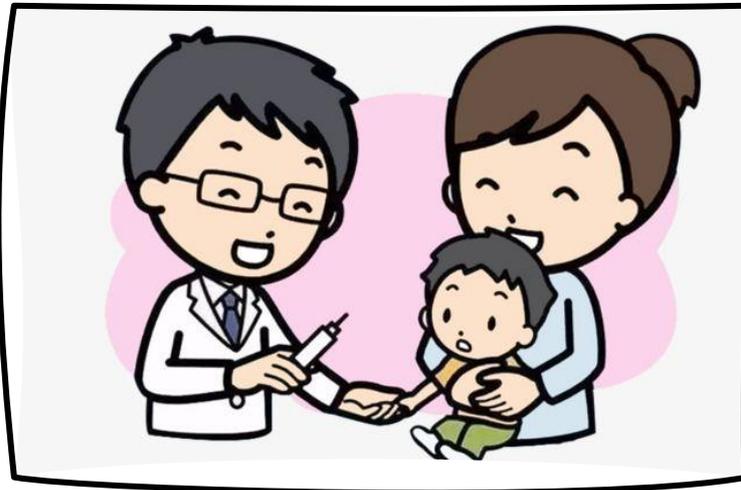
Nombre de la materia: ENFERMERIA DEL  
NIÑO Y ADOLESCENTE

Nombre de la licenciatura: enfermería

Buenos en este ensayo nos centraremos en el cuidado de la salud en la infancia y la adolescencia es un pilar fundamental para garantizar un desarrollo óptimo y una calidad de vida adecuada en estas etapas cruciales del crecimiento humano. Comprender la dinámica entre la salud y la enfermedad en niños y adolescentes no solo implica abordar los desafíos médicos específicos que enfrentan, sino también reconocer los factores de riesgo que pueden influir en su bienestar a largo plazo. La implementación de programas de salud dirigidos a la atención del niño y el adolescente sano son esenciales para garantizar un desarrollo saludable y un bienestar óptimo durante estas etapas cruciales de la vida. Estos programas no solo abordan las necesidades médicas básicas de los jóvenes, sino que también se centran en la prevención de enfermedades, la promoción de estilos de vida saludables y el apoyo integral para su crecimiento físico, emocional y cognitivo. La promoción de la salud en niños y adolescentes es fundamental para garantizar un futuro saludable para las generaciones venideras. Al abordar los factores de riesgo que influyen en su salud y promover medidas de prevención efectivas, podemos ayudar a proteger su bienestar y fomentar un desarrollo saludable en todas las etapas de la vida. Es responsabilidad de la sociedad en su conjunto garantizar que todos los niños y adolescentes tengan acceso a los recursos y el apoyo necesarios para alcanzar su máximo potencial de salud y bienestar.

## SALUD-ENFERMEDAD Y FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD

**Medidas preventivas.** Es importante conocer las medidas preventivas tiene en primer lugar, una dieta balanceada y saludable está



directamente relacionada con la prevención y tratamiento de numerosas condiciones de salud estas incluyen enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular y diabetes. Una dieta saludable puede ayudarle a perder peso y a bajar el colesterol al

adoptar una dieta rica en frutas, verduras, granos enteros y proteínas magras, y al limitar el consumo de grasas saturadas y azúcares refinados, podemos lograr y mantener un peso saludable y niveles óptimos de colesterol.



El ejercicio puede ayudar a prevenir enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes y cáncer de colon puede ayudar a tratar la depresión, la osteoporosis y la presión arterial alta, en primer lugar, el ejercicio emerge como un poderoso escudo contra una serie de enfermedades crónicas que plagan a nuestra sociedad contemporánea. La incidencia de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, diabetes y cáncer de colon se ha convertido en

una preocupación de salud pública a nivel global. por ello hay que hacer ejercicio durante 30 a 60 minutos aproximadamente 5 veces a la semana lo que ayuda a tener un mejor estilo de vida y realizar las siguientes actividades Imagina, por ejemplo, ese breve paseo por el parque durante el almuerzo. No solo proporciona una pausa refrescante en medio de un día ocupado, sino que también nos expone a la luz solar, lo que puede mejorar nuestro estado de ánimo y regular nuestro ciclo de sueño

Subir las escaleras en lugar de tomar el ascensor es otro ejemplo de cómo pequeñas acciones pueden tener un gran impacto. Incluso una breve pausa para estirarse y hacer ejercicios de respiración en el trabajo puede marcar la diferencia. En resumen, no subestimemos el poder de los pequeños gestos de movimiento en nuestra vida diaria. Cada paso, cada estiramiento, cada respiración consciente nos acerca un poco más a una vida más saludable y equilibrada otro de los factores que tenemos que tomar en cuenta es el sobrepeso ya que también ha sido uno de los problemas que hemos batallado en los últimos años sobre todo en los niños y adolescentes, El sobrepeso también puede conducir a lesiones relacionadas con el peso. Un problema común es la artritis en las articulaciones que soportan el peso, como la columna vertebral, las caderas o las rodillas. El exceso de peso también se ha relacionado con un mayor riesgo de desarrollar

- Presión arterial alta
- Colesterol alto
- Diabetes tipo 2
- Enfermedad del corazón
- Accidente cerebrovascular
- Algunos tipos de cáncer
- Enfermedad de la vesícula

Así como la practica del sexo seguro es de suma importancia conocer los métodos de prevención para no contraer una infección de transmisión sexual o un posible embarazo a temprana edad es de suma importancia informarnos de todo aquello que desconocemos mas cuando estamos en la etapa de la adolescencia...

**Programa de salud en la atención al niño y adolescente sano.** Su objetivo principal radica en la reducción de la morbilidad y mortalidad en este grupo demográfico, con el fin de contribuir a cerrar la brecha de desigualdad en materia de salud. En este ensayo, nos centraremos en una de las principales estrategias del programa: la implementación de acciones de prevención, vigilancia y control de nutrición en la infancia y la adolescencia.

Importancia de la Nutrición en la Infancia y la Adolescencia

La nutrición adecuada durante la infancia y la adolescencia es fundamental para el desarrollo físico, cognitivo y emocional óptimo de los individuos. Sin embargo, en muchos casos, nos enfrentamos a desafíos significativos relacionados con la malnutrición, tanto por déficit como por exceso. La desnutrición, el sobrepeso y la obesidad son problemas de salud pública que pueden tener consecuencias graves a corto y largo plazo, incluyendo el aumento de enfermedades crónicas

como la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer.

### Prevención y Control del Sobrepeso y la Obesidad

Las acciones de detección, control y seguimiento en niñas, niños y adolescentes con sobrepeso y obesidad son cruciales para abordar estos problemas de manera integral. Esto puede incluir intervenciones como la promoción de una alimentación saludable y la actividad física regular en entornos escolares y comunitarios. De igual manera, como parte de esta estrategia se definirán acciones de orientación alimentaria y activación física, y se coadyuvará en la atención integral del sobrepeso y obesidad en el primer nivel de atención.



se encuentra en una marcada transición poblacional y epidemiológica, la cual ha impactado de forma importante en el perfil de salud de la población. La transición poblacional y epidemiológica en México ha resultado en un cambio notable en las enfermedades predominantes en la población. Las enfermedades no transmisibles han ascendido a los primeros lugares de mortalidad, lo que refleja un aumento significativo en la carga de enfermedades crónicas como la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer. Esta

tendencia también se refleja en la morbilidad, con un incremento preocupante en la prevalencia de estas enfermedades. Paralelamente, las enfermedades transmisibles aún persisten, exacerbando la polaridad social y aumentando las disparidades en salud. Este panorama presenta un desafío considerable para el Sistema Nacional de Salud mexicano. Las instituciones de salud enfrentan la tarea de adaptarse y responder de manera efectiva a esta nueva realidad epidemiológica, desarrollando estrategias innovadoras para prevenir, controlar y tratar estas enfermedades requiere de una acción coordinada y colaborativa entre los diferentes sistemas de salud, así como una atención especial a las poblaciones más vulnerables y marginadas. La recolección y análisis sistemático de datos epidemiológicos permiten una toma de decisiones informada y la asignación eficiente de recursos para enfrentar los retos de salud pública.

<Los Programas de Acción Específicos están enfocados a impulsar acciones que proporcionen a la población los medios necesarios para una mejor salud, El objetivo principal de los PAE es brindar a la población los medios necesarios para una mejor salud. Esto implica no solo la prohibición de servicios médicos, sino también la implementación de acciones que aborden los determinantes sociales, ambientales y conductuales de la salud. Los PAE buscan empoderar a los

individuos y comunidades, fortaleciendo sus habilidades y capacidades para tomar decisiones informadas sobre su salud y adoptar comportamientos saludables en su vida diaria.

### Principales Características de los Programas de Acción Específicos

#### Enfoque Específico

- Acciones Dirigidas
- Estrategias Integradas
- Participación Comunitaria
- Monitoreo y Evaluación

#### Ejemplos de Programas de Acción Específicos

- Programa de Prevención de la Diabetes
- Programa de Prevención de la Diabetes
- Campaña Nacional de Vacunación
- Plan Nacional de Salud Mental

#### Programas que forman parte de Salud de Infancia y Adolescencia

- Discapacidad
- Nutrición y Desnutrición
- Obesidad
- Nutrición en Adolescente
- Lactancia Materna
- Salud Integral del Adolescente
- Salud Integral del Niño
- Vacunación Universal

Los Programas de Acción Específicos son herramientas fundamentales en la promoción de la salud pública al proporcionar a la población los medios necesarios para una mejor salud y mejorar el bienestar de la población.

**Vigilancia epidemiológica.** A mitad del siglo XX la vigilancia fue concebida como un conjunto de medidas relacionadas con la observación de la evolución de enfermos con enfermedades infectocontagiosas, el monitoreo de sus contactos estuvo basada en el control individual, aunque posteriormente, el término se aplicó a la observación de enfermedades en las comunidades, La vigilancia epidemiológica consiste en la recogida sistemática y continua de datos acerca de un problema específico de salud; su análisis, interpretación y



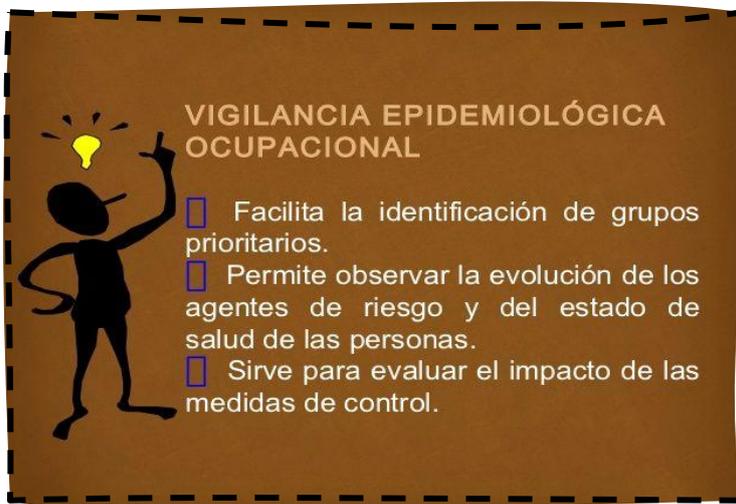
utilización en la planificación, implementación y evaluación de programas de salud, capacidad para detectar brotes de enfermedades, monitorear la incidencia y prevalencia de enfermedades crónicas, identificar factores de riesgo emergentes y evaluar la efectividad de intervenciones de salud pública a nivel poblacional. Por ejemplo, la vigilancia comunitaria ha sido

fundamental en la detección temprana de brotes de enfermedades como el cólera o el dengue, permitiendo una respuesta rápida para contener la propagación de la enfermedad, En el ámbito de la salud laboral es un proceso fundamental para identificar y gestionar los riesgos asociados a las condiciones de trabajo, así como para proteger la salud y el bienestar de los trabajadores. Esta vigilancia se lleva a cabo mediante la observación continua de la distribución y tendencia de los fenómenos de interés, que incluyen tanto las condiciones laborales, es decir, los factores de riesgo, como los efectos de estos sobre la salud de los trabajadores, es decir, los riesgos laborales. Por ejemplo, en un entorno industrial donde se manipulan sustancias químicas, la vigilancia epidemiológica puede implicar la monitorización regular de la exposición de los trabajadores a estas sustancias por ellos tendremos en cuenta lo siguientes objetivos a nivel individual.,

- La detección precoz de repercusiones sobre la salud es un componente crucial a nivel individual en el ámbito laboral este enfoque se centra en la identificación temprana de posibles efectos adversos para la salud relacionados con el trabajo, con el objetivo de intervenir rápidamente y prevenir la progresión de enfermedades o lesiones.
- la identificación de grupos sensibles a ciertos riesgos es importante permite una intervención más precisa y dirigida, contribuyendo a la protección y promoción de salud en su lugar de trabajo.
- La adaptación de la tarea al individual implica considerar una variedad de factores, como las habilidades físicas y cognitivas del trabajador, sus condiciones de salud, sus preferencias personales y los horarios de trabajo.

esto nos ayuda a que los factores de riesgo disminuyan y que las personas no se encuentren en un ambiente peligroso si no en uno en donde puedan desarrollar bien sus habilidades a beneficio de ellos sin sufrir algún tipo de daño por parte de su trabajo. vigilancia epidemiológica se aplicó al control individual de casos, es decir la observación de la evolución de enfermos infecciosos,

confinados o sospechosos y de sus contactos. Más tarde comenzó a aplicarse más ampliamente al análisis y observación de algunas enfermedades en las comunidades, por ejemplo, el paludismo, la viruela, la fiebre amarilla, etc.



En 1985, después que varios

especialistas emitieran sus opiniones, se define que la vigilancia epidemiológica es la comparación y la interpretación de información obtenida de programas ambientales y de monitoreo en salud, así como de otras fuentes

adecuadas, con el fin de proteger la

salud humana mediante la detección de cambios adversos en el estado de salud de las poblaciones, para determinar qué enfermedad o suceso es susceptible de vigilancia deben tenerse en cuenta aquéllos que constituyen un verdadero problema de salud en el territorio o al nivel que se determine por las autoridades correspondientes, de acuerdo con parámetros que definen su comportamiento, como son:

- Magnitud (expresados en indicadores de morbilidad y mortalidad).
- Trascendencia (discapacidad y años de vida potencialmente perdidos).
- Vulnerabilidad (posibilidades de prevención y tratamiento exitoso al alcance de los servicios de salud).

Las evaluaciones rápidas cualitativas y cuantitativas.

- **Cualitativas:** son técnicas especializadas para obtener respuesta a fondo sobre lo que piensan las personas y cuáles son sus sentimientos. Ejemplos: observación participativa y no participativa, conversación, entrevista formal e informal, grupo focal y grupo nominal.
- **Cuantitativas:** para su aplicación e interpretación necesitan de aspectos metodológicos: enfoque, definición de la población objeto de estudio, periodo de estudio, tamaño muestra y fuente potencial de sesgo. Ejemplos: sistemas de información geográfica (SIG)

**Promoción de la salud en el niño** los nin@ tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud, así como su derecho al descanso, esparcimiento, juego, actividades recreativas propias de su edad y a participar



libremente en la vida. lo que permite un mejor ambiente para ellos y uno de los aspectos que nos debemos de centrar es la promoción de la salud en los niños sobre la importancia de una alimentación equilibrada y nutritiva. Desde una edad temprana, los niños deben aprender sobre la importancia de consumir frutas, verduras, granos enteros, proteínas

magras y productos lácteos bajos en grasa. Fomentar una dieta balanceada no solo promueve un crecimiento y desarrollo adecuados, sino que también ayuda a prevenir enfermedades relacionadas con la alimentación, como la obesidad y la diabetes, el desarrollo social implica la capacidad del niño para interactuar con otros y participar en relaciones sociales significativas. A medida que crecen, los niños desarrollan habilidades sociales como el juego cooperativo, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos. el desarrollo físico se refiere al crecimiento del cuerpo, incluyendo cambios en la altura, peso, habilidades motoras y desarrollo de los órganos sensoriales estos aspectos físicos son fundamentales para la salud y el funcionamiento general del niño, ya que proporcionan la base para la actividad física, el aprendizaje y la exploración del entorno. Es importante proporcionar oportunidades para que los niños interactúen para promover el desarrollo de habilidades sociales positivas. Y como así existe múltiples estrategias para llevar un estilo de vida saludable la cual las familias deben conocer y que también es un derecho recibir una atención de calidad sin algún pretexto alguno ejemplo;

- Contra la diarrea y deshidratación, ¡Vida Suero Oral es la solución!
- Atención integrada al menor de un año Cuidando de tu bebé.
- Infecciones Respiratorias Agudas (IRAS) Con tos y catarro, ¡hay que tener cuidado!
- Programa de vacunación completa.
- Prevención del Maltrato infantil en el ámbito familiar

Estos son algunas cosas que las familias encargadas de cuidar al niño deben tener en cuenta ya, que esto le permite desarrollarse de la mejor manera posible ya que requieren toda nuestra atención en todo momento ellos al igual que nosotros, en su momento necesitamos de alguien, para poder afrontar nuestros retos que se nos presenten a futuro y hacer lo correcto siempre.

**Promoción de la salud de los adolescentes** se basa en fortalecer los factores de protección y prevenir factores de riesgo en la adolescencia es una etapa de la vida marcada por cambios físicos, emocionales y sociales significativos. Es un período de transición en el que los jóvenes exploran su identidad, buscan independencia y desarrollan sus habilidades creativas y proyectos de vida. En este contexto, la promoción de la salud integral del adolescente es esencial para garantizar su bienestar y su capacidad para enfrentar los desafíos que se presentan durante esta etapa crucial del desarrollo, por otro lado, es crucial abordar los factores de riesgo que pueden influir negativamente en el desarrollo del adolescente. Entre estos factores se incluyen el consumo de sustancias, la violencia, el abuso sexual, la falta de acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, y la discriminación por género u orientación sexual. La salud integral es un enfoque holístico que reconoce la interacción entre los diferentes aspectos de la vida y busca promover el bienestar en todas sus dimensiones. Al adoptar este enfoque y trabajar para abordar los diversos problemas que afecten su entorno social como la salud-enfermedad en los ámbitos biológico, económico, ecológico y psicosocial nosotros podemos contribuir a la creación de comunidades más saludables y resilientes, donde los adolescentes puedan alcanzar su máximo potencial y disfrutar de una vida plena y satisfactoria. Hay que conocer las Principales conductas de riesgo identificadas en los adolescentes; durante la adolescencia se generan conductas negativamente en el medio familiar y social, y producen además estilos de vida insanos, que afectan la calidad de vida y aumentan la morbimortalidad estas conductas no solo afectan la salud física del adolescente, sino que también en su salud mental y emocional. El consumo de sustancias puede aumentar el riesgo de adicción, trastornos de salud mental y comportamientos de riesgo, como la conducción bajo los efectos del alcohol o las drogas. Además, las relaciones sexuales sin protección pueden llevar a embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual y problemas emocionales relacionados con la intimidad y la autoestima por ellos requiere de múltiples estrategias para apoyar positivamente a su vida

principales problemas de salud en la adolescencia:

- Afecciones estomatológicas: caries dentales
- Alteraciones del desarrollo de los caracteres sexuales.
- Acné juvenil
- Obesidad.

trabajo educativo en salud para los adolescentes:

- Aumentar los conocimientos sobre los principales problemas que más los afectan, a través de capacitaciones a público interno con personal de salud, o a público externo con representantes de la intersectorialidad y organizaciones.

- Desarrollo de actividades comunitarias con las familias de los adolescentes

- Formación de promotores pares en adolescentes.



La confianza es un elemento clave en la vida de cualquier persona, pero adquiere una importancia particular durante la adolescencia. A medida que los jóvenes exploran su identidad y comienzan a establecer relaciones con sus pares y figuras de autoridad,

la confianza en sí mismos y en los demás se convierte en un componente esencial para su bienestar emocional y social. La confianza en sí mismos les permite a los adolescentes enfrentar los desafíos y tomar decisiones con seguridad, mientras que la confianza en los demás les brinda un sentido de apoyo y conexión con su entorno el compromiso es otra cualidad fundamental que emerge durante la adolescencia y que contribuye significativamente al desarrollo personal y social del individuo. A medida que los jóvenes se involucran en actividades extracurriculares, voluntariado o proyectos comunitarios, desarrollan un sentido de compromiso con su entorno y con las personas que los rodean los adolescentes necesitan sentirse seguros al compartir sus preocupaciones, emociones y experiencias con sus amigos o familiares. La OMS ha reconocido la importancia de la salud y el bienestar de los adolescentes y ha señalado la necesidad de asignar alta prioridad a los programas dirigidos a su fomento y restablecimiento, así como a la prevención de conductas de riesgo y enfermedades la atención en los adolescentes debe ser integral y no segmentada, lo que ofrece grandes ventajas en cuanto al rendimiento de las acciones de prevención es por ellos al contar con un ambiente donde acepten y apoyen sus ideas en esta etapa de la vida es de vital importancia para su crecimiento y desarrollo integral...

En conclusión espero que este trabajo les allá servido de ayuda ya que hablamos sobre la promoción de la salud y prevención ,de enfermedades en los niños y en los adolescentes ya que nos las etapas en donde tenemos que estar mas enfocados ya que en si ellos no estas preparados físicamente ni mentalmente y es donde los padres de familia encargados de su cuidado debemos poder más atención y ver en que podemos, contribuir enseñándoles que siempre hagan bien sus cosas aplicando los valores ya que cuando salgan al mundo externo deberán estar bien preparados al igual estar al pendiente de su salud en todo momento ya que estos puede influir mucho en su estilo de vida al no estar al pendiente de ellos los niños están expuestos a enfermedades que cuya reacción puede impedir que realicen sus actividades y por parte de los adolescentes tratar, de aconsejarles de no estar metidos en malos pasos así mismo evitar el consumo de sustancias, el abuso del alcohol, y tener relaciones sexuales sin métodos de protección ya que estos son los problemas que actualmente sufren los jóvenes en México y una de las causas principales, es la falta de atención por parte de los padres, Asia sus hijos por ello hay que tener la mira bien puesta tanto en los niños como los adolescentes y crear, un mundo mejor para ellos y espero que esta información se de total ayuda.....

## BIBLIOGRAFÍA

### SUBTEMAS

4.6.- Medidas preventivas.....	113
4.7.- Programa de salud en la atención al niño y adolescente sano.....	114-116
4.8.- Vigilancia epidemiológica.....	117-128
4.9 Promoción de la salud en el niño.....	129
4.10 Promoción de la salud de los adolescentes.....	130

ANTOLOGÍA UDS DE LA UNIDAD IV PROCESO SALUD-ENFERMEDAD Y FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD INVESTIGADO EL 29 DE MARZO DEL 2024

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f3554c9a59b2e1bd2c39e83200d1db62-LC-LEN505%20ENFERMERIA%20EN%20EL%20CUIDADO%20DEL%20NI%C3%91O%20Y%20EL%20ADOLESCENTE.pdf>