



Mi Universidad

Portafolio

Nombre del Alumno: Mariana Itzel Hernández Aguilar.

Nombre del tema: Programa de salud en la atención del niño.

Parcial: Unidad 4.

Nombre de la Materia: Enfermería en el cuidado del niño y adolescente.

Nombre del profesor: E.E.T.I. Karla Jaqueline Flores Aguilar.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 7 cuatrimestre.

PARA COMENZAR ABORDAREMOS DIVERSOS TEMAS QUE SON DE GRAN RELEVANCIA EN LA ATENCIÓN DE LA SALUD DEL NIÑO, YA QUE CADA FACTOR SERÁ INFLUYENTE EN EL BIENESTAR OPTIMO DE SALUD EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DEL MISMO, DICHO ASÍ UNA ALIMENTACIÓN SAUDABLE PARA LOS NIÑOS ES AQUELLA LA CUAL LES BRINDA TODA LA ENERGÍA QUE NECESITAN PARA EL DÍA, SINTIENDO UN MEJOR ESTADO DE ANIMO, EL CUAL TAMBIÉN LES DA UN PESO SAUDABLE, REDUCE EL RIESGO DE SUFRIR ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES, ENFERMEDADES CRÓNICAS COMO OBESIDAD Y DIABETES, SI EN EL DÍA A DÍA LOS NIÑOS TIENEN IMPLEMENTADO EL PLATO DEL BIEN COMER Y LA JARRA DEL BUEN BEBER PODRÁN CRECER Y MANTENER SU SALUD.

ES NECESARIO SABER QUE EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ ES UN PROCESO INTEGRAL QUE INVOLUCRA LA COORDINACIÓN ENTRE LAS HABILIDADES MOTRICES Y LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS, COMO EL RECONOCIMIENTO Y LA REGULACIÓN DE EMOCIONES, LA PERCEPCIÓN, LA ATENCIÓN Y LA MEMORIA, A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA LOS NIÑOS PUEDEN TENER UN MEJOR DESARROLLO PSICOMOTRIZ, COMO TAMBIÉN TENER MEJOR SALUD FÍSICA, BIENESTAR EMOCIONAL Y SOCIAL.

OTRO TEMA NO MENOS IMPORTANTE ES LA HIGIENE DENTAL EN NIÑOS ES MUY IMPORTANTE PARA ASEGURAR BUENA SALUD BUCAL, PREVENIR ENFERMEDADES COMO LAS CARIES U OTRAS RELACIONADAS CON LA CAVIDAD ORAL, SIENDO ASÍ CADA UNO DE ESTOS TEMAS INFLUYEN EN LA SALUD DE LOS NIÑOS.

TRUST YOURSELF

NOMBRE: Mariana Itzel Hernández Aguilar.

TEMA: Programa de la salud en la atención del
niño.

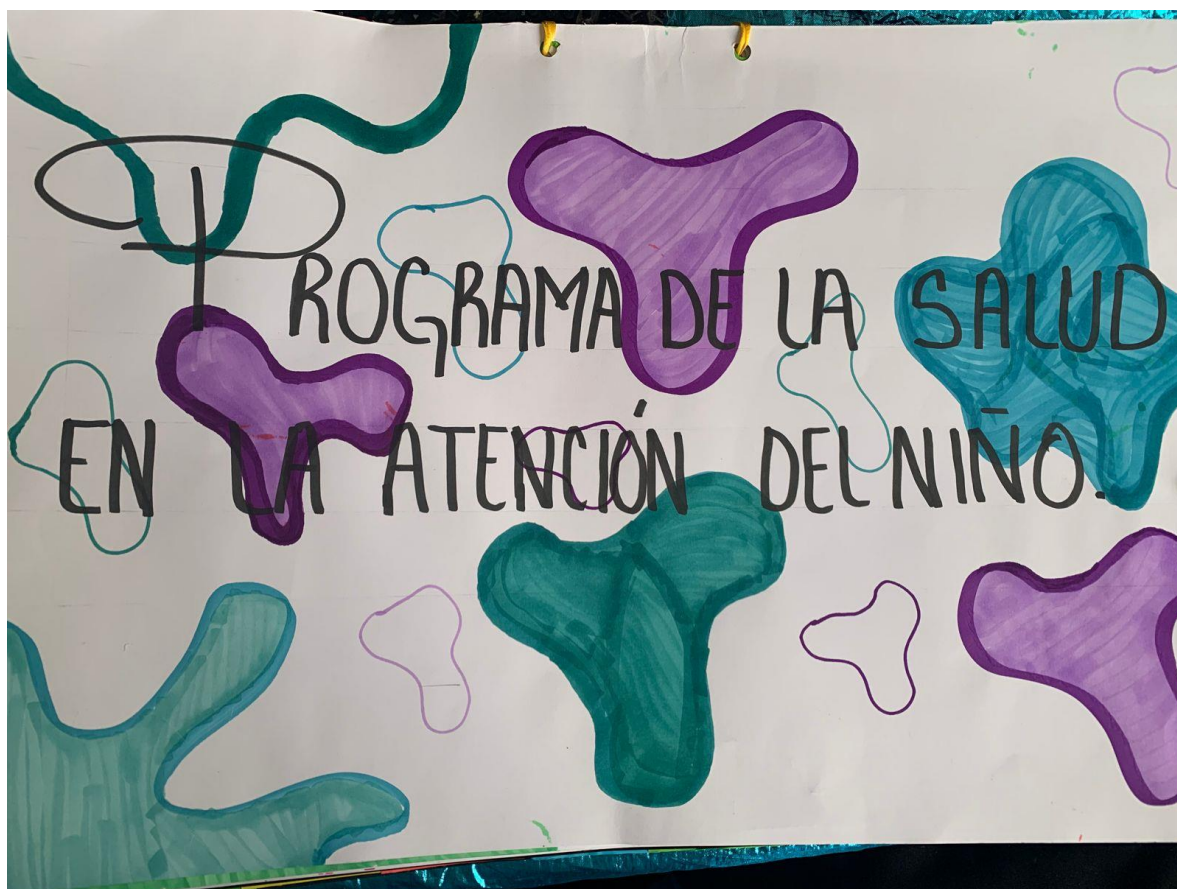
PARCIAL: Unidad 4

N. Materia: Enfermería en el cuidado del niño y adolescente.

N. Profesor: E.E.T.I. Karla Jaqueline Flores Aguilar.

N. Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 7 cuatrimestre.




Alimentación

Una alimentación saludable para niños es aquella que les brinda todo lo que necesitan para tener energía, sentirse bien, crecer y mantener su salud.

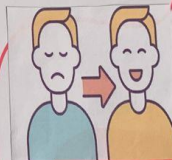



> BENEFICIOS PARA SU SALUD FÍSICA Y MENTAL

- Tienen un mejor estado de ánimo.
- Mantienen los niveles de energía que necesitan.
- Mejoran su memoria y sus funciones cognitivas.
- Mantienen un peso saludable.
- Reducen el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares y enfermedades crónicas como la obesidad y diabetes.

Cada grupo de alimentos juega un papel importante en el crecimiento y el desarrollo de los niños



Healthy Food

Desarrollo psicomotriz

Es un proceso integral que involucra la coordinación entre las habilidades motoras y los procesos psicológicos, como el reconocimiento y la regulación de emociones, la percepción, la atención y la memoria. Este desarrollo ocurre en diferentes etapas y está influenciada por factores biológicos, sociales y ambientales.

ESTIMULACIÓN

- Juegos y actividades físicas.
- Actividades artísticas.
- Interacción social.
- Entorno seguro.

IMPORTANCIA

- Integración sensorial: permite a los niños procesar la información sensorial y responder a ella de manera adecuada.
- Habilidades sociales.
- Confianza y autoeficacia: lograr nuevas habilidades motoras contribuye a la autoestima y confianza del niño en sus capacidades.
- Base para el aprendizaje académico: está vinculado a la capacidad de aprender habilidades académicas, como la lectura y escritura.

Enfermedades

El sistema inmunitario de los niños tiende a enfermarse más que los adultos, al menos en condiciones leves. Los cuerpos de los niños están aún en desarrollo, lo que significa que su sistema inmunitario, digestivo, nervioso y cardiovascular es más vulnerable.

ENFERMEDADES COMUNES:

- Resfriado común
- Bronquiolos
- Rubéola
- Gastroenteritis
- Enfermedad mano-pie-boca
- Infecciones del oído
- Conjuntivitis
- Sinusitis
- Asma

PREVENCIÓN

- Vacunación
- Lavado de manos
- Alimentación saludable
- Actividad física
- Control médico regular
- Entorno seguro

• Lactancia materna.

Plato del bien comer

GUIA DE ALIMENTACION

Sabemos que el buen funcionamiento de los órganos el crecimiento y el desarrollo dependen en gran medida del consumo en cantidad y calidad de los alimentos. El equilibrio entre la ingesta y la quema es el resultado de un buen estado de nutrición.

"JARRA DEL BUEN BEBER"

Es una guía que tiene información importante para el cuidado de la salud, la cual define el consumo de bebidas por día de una persona, intenta prevenir el consumo exagerado de bebidas con exceso de azúcar y que sean dañinas para la salud.

"Medio social"

El medio social juega un papel crucial en el desarrollo de los niños.

> **DESARROLLO EMOCIONAL Y SOCIAL**

- Interacción con pares: ayuda a desarrollar habilidades sociales como la empatía, cooperación y resolución de conflictos.
- Vínculos familiares: influye en la autoestima y la seguridad emocional del niño.

> **APRENDIZAJE**

- Influencias culturales: (Entorno social, valores y normas culturales, educación: interacciones en la escuela y actividades fuera del aula).

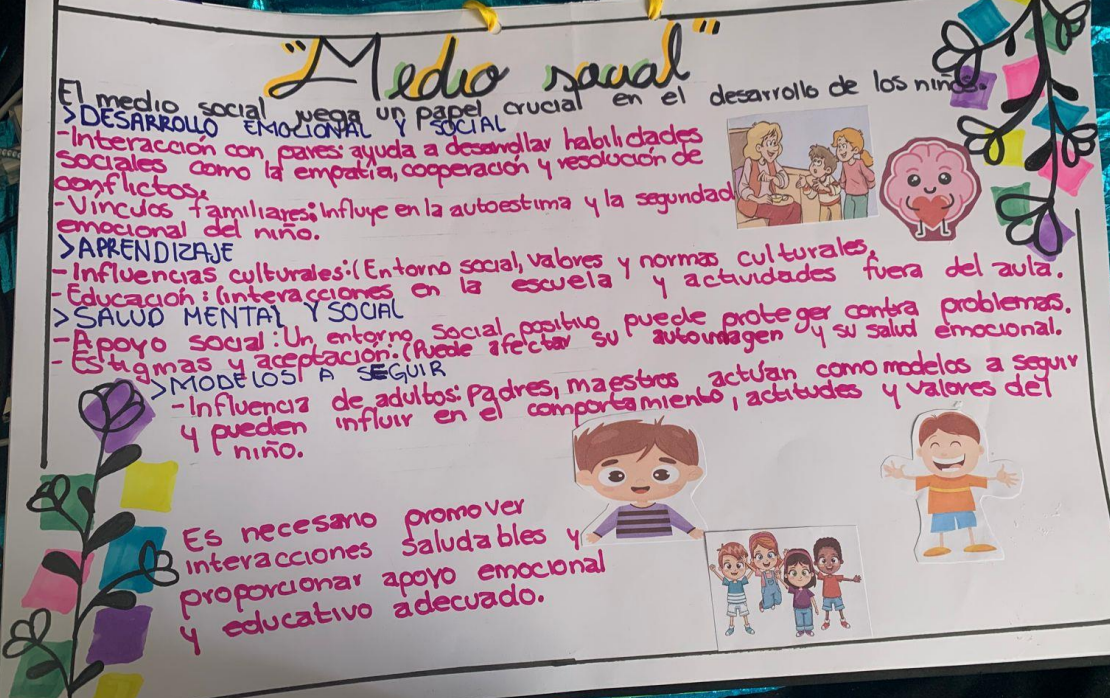
> **SALUD MENTAL Y SOCIAL**

- Apoyo social: Un entorno social positivo puede proteger contra problemas.
- Estigmas y aceptación: (Puede afectar su autoimagen y su salud emocional).

> **MODELOS A SEGUIR**

- Influencia de adultos: padres, maestros actúan como modelos a seguir y pueden influir en el comportamiento, actitudes y valores del niño.

Es necesario promover interacciones saludables y proporcionar apoyo emocional y educativo adecuado.



Fomentar el ejercicio

La actividad física en niños es fundamental para su desarrollo integral, ya que contribuye no solo a su salud física, sino también a su bienestar emocional y social.

> BENEFICIOS FÍSICOS:

- Desarrollo muscular y óseo
- Control del peso: ayuda a mantener un peso saludable y prevenir la obesidad infantil.
- Salud cardiovascular: mejora la salud del corazón y pulmones.

> BENEFICIOS PSICOLÓGICOS:

- Reducción del estrés
- Aumento de autoestima
- Mejora el sueño.

> BENEFICIOS SOCIALES

- Trabajo en equipo fomenta el compañerismo y la colaboración.
- Desarrollo de habilidades sociales.

ACTIVIDADES FÍSICAS COMO:

- Jugar al aire libre.
- Deportes organizados.
- Actividades recreativas.
- Juegos con pelotas.

"Salud dental"

La higiene dental en niños es fundamental para asegurar una buena salud bucal y prevenir problemas como caries, enfermedades de las encías y otros trastornos relacionados con la cavidad oral.

- > **INICIO TEMPRANO**
 - Desde el nacimiento: aunque los bebés no tienen dientes, se pueden empezar limpiando sus encías con un paño húmedo después de las comidas.
 - Aparición de los dientes: cuando aparecen los primeros dientes, se debe comenzar a cepillarlos.
- > **CEPILLADO**
 - Frecuencia: dos veces al día, especialmente antes de dormir.
 - Técnica: usar un cepillo de dientes suave y adecuado para su edad.
 - Pasta dentífrica: usar una pasta dental con flúor, adecuada para su edad, una cantidad del tamaño de un guisante para niños mayores de 3 años.
- > **USO DE HILO DENTAL**
- > **VISITAS AL DENTISTA**
- > **AUMENTACIÓN SAUDABLE**
- > **EDUCACIÓN Y HÁBITOS**
- > **USO DE PROTECTOR BUCAL.**

