



USC

Mi Universidad

Nombre del Alumno: Karla Sofía Tovar Albores

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

Parcial: Cuarto

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

Nombre del profesor: Karla Jaqueline Flores Aguilar

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Séptimo

Introducción

La introducción al programa de salud en la atención del niño aborda la importancia de garantizar el bienestar integral durante las etapas críticas de crecimiento y desarrollo infantil. Este programa se basa en estrategias y acciones diseñadas para proteger, promover y mejorar la salud física, mental y emocional de los niños desde su nacimiento hasta la adolescencia. La infancia es una etapa clave en el desarrollo humano, ya que durante estos años se establecen las bases para el crecimiento físico, el aprendizaje y la formación de hábitos. Una atención adecuada permite prevenir problemas de salud, detectar alteraciones tempranas y asegurar que cada niño alcance su máximo potencial. Además, al cuidar al niño, se impacta positivamente en su calidad de vida a largo plazo y en la sociedad en general.

Control del crecimiento y desarrollo: Supervisar el peso, la talla y los hitos del desarrollo infantil

Nutrición adecuada: Promover lactancia materna exclusiva hasta los seis meses y una dieta balanceada.

Vacunación: Garantizar el cumplimiento del esquema de inmunización para proteger contra enfermedades prevenibles.

Atención a enfermedades prevalentes: Brindar tratamiento oportuno para enfermedades respiratorias, gastrointestinales y otras comunes en la infancia.

Educación a las familias: Capacitar a los cuidadores en prácticas de crianza y cuidado.

Programa
de la
Salud
en la
atención
del
niño



Alimentación



Una alimentación adecuada para los niños debe incluir:

- Una dieta balanceada con cereales, lácteos, carnes, huevos, frutas y verduras.
- Tomar al menos 1.5 litros de agua
- Evitar alimentos altamente procesados, como refrescos, galletas y embutidos.
- Comer al menos cada 3 o 4 horas.
- Incluir frutas y verduras en las comidas y los refrigerios.
- Consumir poca sal y poco azúcar en las comidas.



Desarrollo Psicomotriz



Del nacimiento hasta los 6 meses
Psicomotricidad gruesa:
 • Control Postural de la cabeza.
 • Volteo de la cabeza hacia arriba o hacia abajo.
Psicomotricidad fina:
 • Reflejo de manos reflexo al inicio.
 • Seguimiento visual de objetos.

De 1 a 2 años
Psicomotricidad gruesa:
 • Caminar sin apoyo y explorar el entorno.
 • Subir y bajar escaleras con ayuda.
Psicomotricidad fina:
 • Construcción de torres pequeñas con bloques.

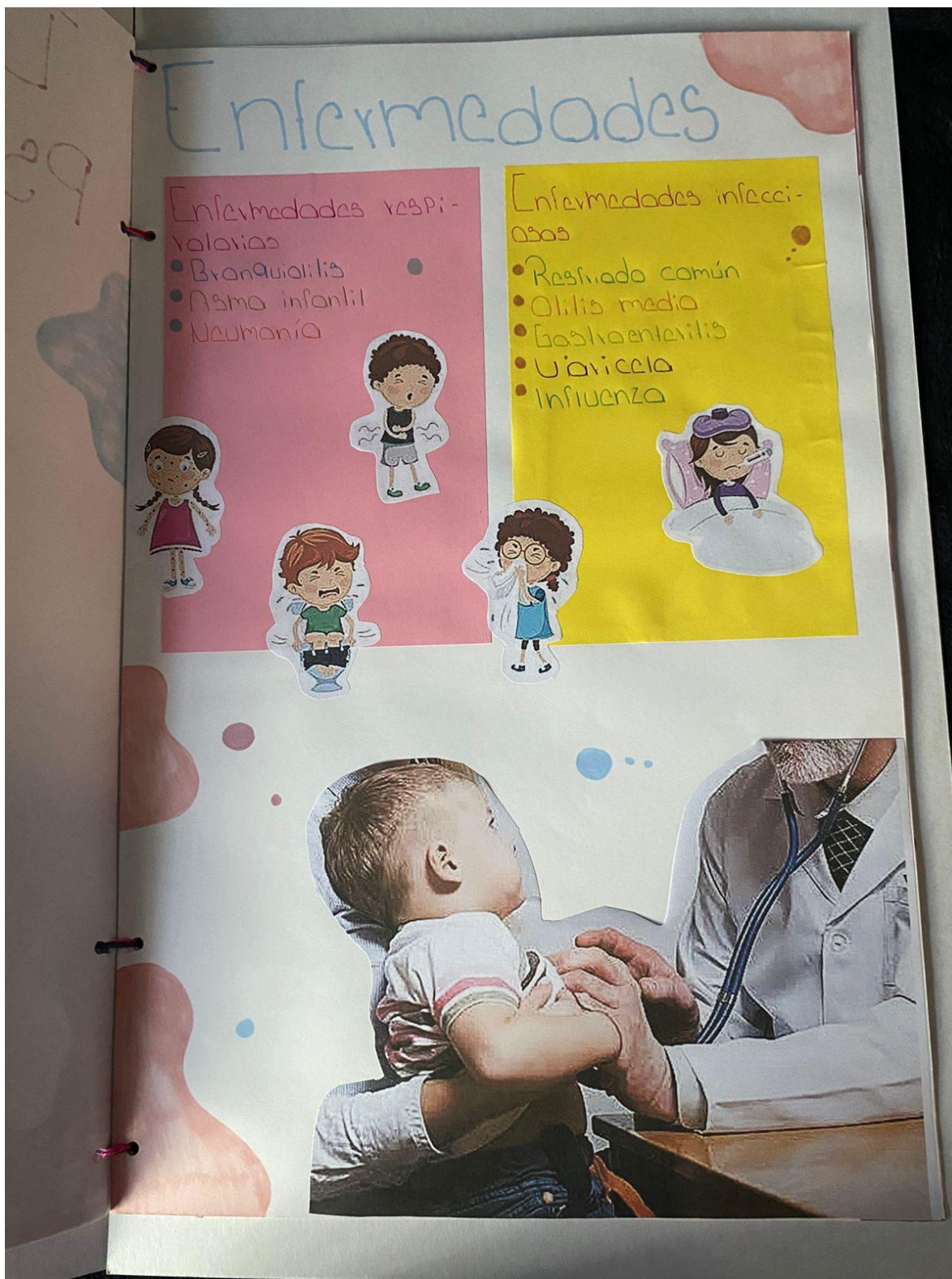
Etapas del desarrollo Psicomotriz en el niño

De 6 a 12 meses
Psicomotricidad gruesa:
 • Capacidad de sentarse sin apoyo.
 • Gateo. Primeros intentos de ponerse de pie con ayuda.
Psicomotricidad fina:
 • Manipulación más precisa de objetos.

De 2 a 3 años
Psicomotricidad gruesa:
 • Saltar con ambos pies.
 • Mejor control del equilibrio.
Psicomotricidad fina:
 • Inicio de trazos básicos en papel.

De 3 a 5 años
Psicomotricidad gruesa:
 • Saltar en un pie, balancearse y correr por meses en actividades físicas.
Psicomotricidad fina:
 • Uso más hábil de tijeras y lápices.





Plato del buen Comer

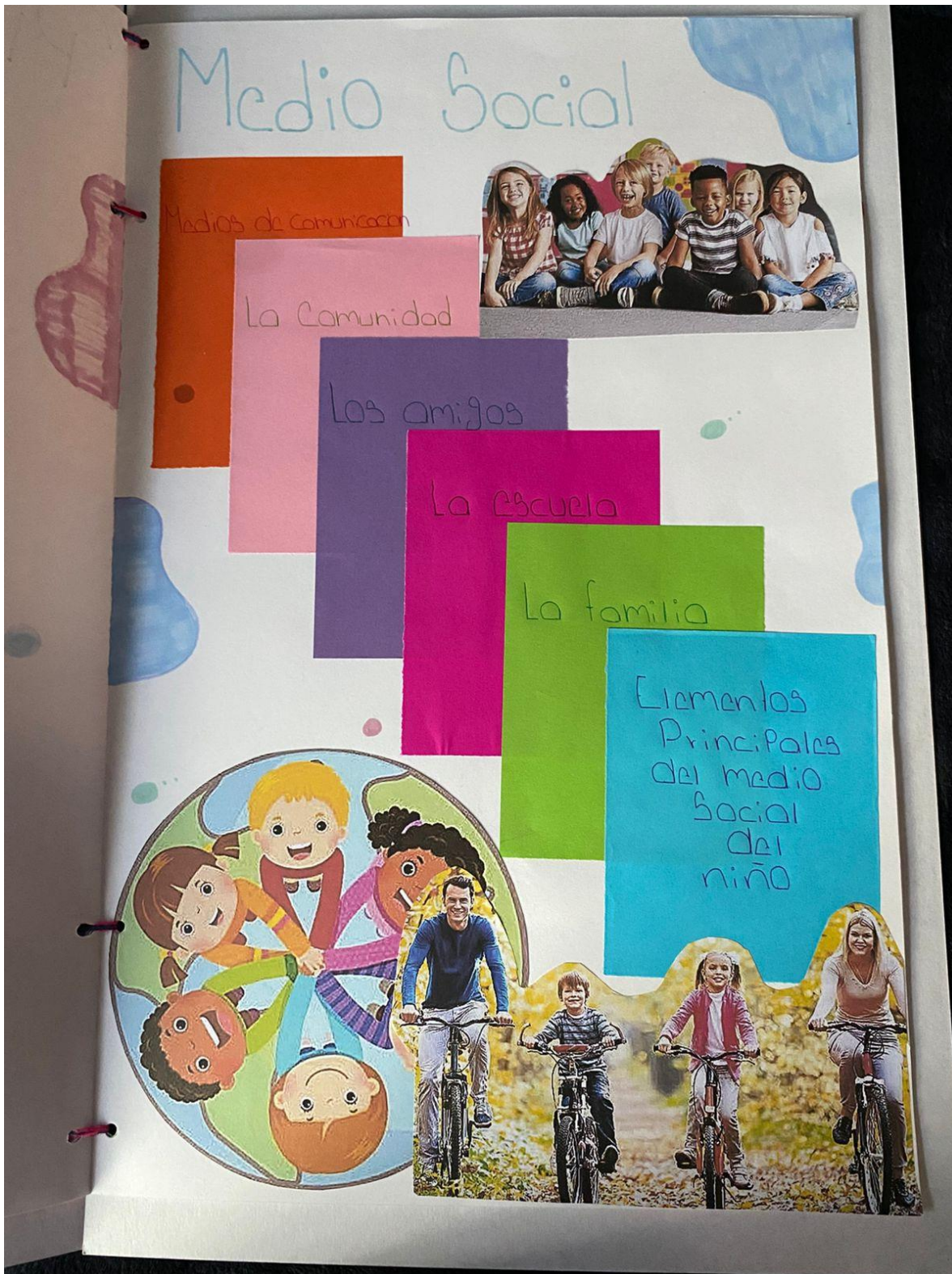


Principios básicos del Plato del buen comer
 Promueva una alimentación variada, equilibrada y suficiente.
 Evite el consumo excesivo de azúcares, aceites y sal.
 Mantenga complementando la dieta con agua natural como bebida principal.



Beneficios del Plato del buen comer

- Mejora la nutrición y previene deficiencias alimentarias.
- Ayuda a mantener un peso saludable.
- Reduce el riesgo de enfermedades crónicas, como hipertensión, diabetes y problemas cardiovasculares.



Fomento del Ejercicio



Incorporar el ejercicio como juego

- Diseñar actividades que sean divertidas, como competencias de carreras o búsquedas del tesoro.

Dar el ejemplo

- Los niños tienden a imitar a los adultos, por lo que practicar actividades físicas en familia es muy beneficioso.

Establecer una rutina

- Programar tiempo para el ejercicio cada día, como parte de las actividades habituales.

Proporcionar espacio y materiales adecuados

- Acceso a áreas seguras como parques, bicicleta, pelotas u otros recursos.

Incentivar actividades diurnas

- Inscribir al niño en deportes o actividades en equipo para motivar su participación y socialización



Limitar el tiempo frente a pantallas

- Promover alternativas activas al tiempo excesivo frente a dispositivos electrónicos

Salud dental

Importancia de la salud dental infantil

- Prevención de caries: La caries es una enfermedad muy común en la infancia.
- Desarrollo adecuado: Los dientes de leche son cruciales para masticar, hablar y mantener el espacio para los dientes permanentes.
- Establecimiento de hábitos saludables: Los buenos hábitos dentales desde pequeños, garantizan la salud bucal a largo plazo.

Hábitos para una buena salud dental

- Cepillado regular
- Uso de hilo dental
- Alimentación adecuada
- Evitar malos hábitos

