

UUDS

Mi Universidad

**ENFERMERIA EN EL
CUIDADO DEL NIÑO Y
ADOLESCENTE**

**Nombre del alumno: ALEXIS JOSUE
LOPEZ SOLORZANO**

**Nombre del maestro: MARIA JOSE
HERNANDEZ MENDEZ**

Nombre del tema: SUPER NOTA

**Nombre de la materia: ENFERMERIA EN
EL CUIDADO DEL NIÑO Y
ADOLESCENTE**

**Nombre de la licenciatura: enfermería
general**

Cuatrimestre: 7

PERIODOS DE CRECIMIENTO POSTNATAL.

se refiere al desarrollo físico y biológico que ocurre desde el nacimiento hasta la madurez.

RITMOS DE CRECIMIENTO Y CAMBIOS EN EL CUERPO HUMANO:

1. PERIODO NEONATAL (0 A 28 DÍAS)

CARACTERÍSTICAS:

- El recién nacido experimenta una pérdida de peso en los primeros días (aproximadamente el 10% del peso corporal), que se recupera hacia el final de la segunda semana.
- Su crecimiento es rápido, pero más enfocado en la estabilización de los sistemas fisiológicos.



OBJETIVO:

- Adaptación del recién nacido a la vida extrauterina.
- Establecimiento de funciones vitales (respiración, digestión, regulación de la temperatura).

(0 A 28 DÍAS)

Cambios:

- Desarrollo del sistema respiratorio y cardiovascular para funcionar independientemente de la placenta.
- Ajuste a la alimentación por vía oral (lactancia).



Alimentación:

- Lactancia materna exclusiva: Se recomienda desde el nacimiento hasta los 6 meses de vida.
- Si no es posible, se puede recurrir a la leche de fórmula adecuada para recién nacidos.

CUIDADOS:

- Monitoreo del peso para asegurar la adecuada recuperación después de la pérdida inicial.
- Mantener la temperatura corporal: Evitar el frío, ya que los recién nacidos tienen dificultades para regularla.
- Fomentar la lactancia materna y capacitar a las madres sobre el amamantamiento.
- Higiene del cordón umbilical para prevenir infecciones.
- Asegurar que el bebé duerma en una posición segura (boca arriba) para prevenir el síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).



ACCIONES DE ENFERMERÍA

- Valoración inicial del recién nacido: Monitorear los signos vitales, realizar el test de Apgar, y evaluar la adaptación a la vida extrauterina.
- Fomento de la lactancia materna: Educar a la madre sobre la importancia de la lactancia y ofrecer apoyo para establecer una lactancia efectiva.
- Cuidado del cordón umbilical: Enseñar a los padres la correcta higiene del cordón para prevenir infecciones.
- Orientación sobre vacunación: Asegurar que los padres conozcan el calendario de vacunación y la importancia de la inmunización temprana.
- Control del crecimiento: Realizar mediciones de peso, talla y perímetro cefálico para asegurar que el bebé está creciendo adecuadamente.

PERIODOS DE CRECIMIENTO POSTNATAL.

se refiere al desarrollo físico y biológico que ocurre desde el nacimiento hasta la madurez.

RITMOS DE CRECIMIENTO Y CAMBIOS EN EL CUERPO HUMANO:

2. PERIODO DE LACTANCIA (1 MES A 2 AÑOS)

CARACTERÍSTICAS:

- Aumenta rápidamente la longitud corporal y el peso.
- Primeros hitos en el desarrollo, como sostener la cabeza, sentarse, gatear y caminar.
- La dentición comienza alrededor de los 6 meses.



OBJETIVO:

- Crecimiento rápido en términos de peso y talla.
- Desarrollo de habilidades motoras y cognitivas.
- Establecimiento de una base inmunológica.

(1 MES A 2 AÑOS)

Cambios:

- Desarrollo de los dientes primarios (dentición).
- Mejora en la coordinación y control motor.



Alimentación:

- Lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses. Después de eso, se introduce la alimentación complementaria, pero se mantiene la lactancia materna hasta los 2 años o más.
- Alimentos sólidos introducidos gradualmente a partir de los 6 meses (frutas, verduras, cereales, proteínas).
- Evitar alimentos ultraprocesados, azúcar y sal.

CUIDADOS:

- Vacunación: Asegurar que el niño reciba todas las vacunas recomendadas.
- Monitoreo del desarrollo: Seguir el progreso de hitos como el control de la cabeza, la marcha y el lenguaje.
- Higiene bucal: Limpiar las encías del bebé antes de la aparición de los dientes y, después de los 6 meses, comenzar con un cepillo de dientes suave.
- Proporcionar un entorno seguro para prevenir accidentes a medida que el bebé comienza a explorar y moverse más



ACCIONES DE ENFERMERÍA

- Seguimiento del crecimiento: Realizar controles periódicos para evaluar el peso, la talla y el desarrollo psicomotor.
- Fomento de la alimentación adecuada: Aconsejar a las madres sobre la alimentación complementaria adecuada a partir de los 6 meses, sin abandonar la lactancia materna.
- Prevención de accidentes: Enseñar a los padres sobre las medidas de seguridad en el hogar, ya que los bebés comienzan a moverse y explorar.
- Apoyo en el desarrollo motor: Dar indicaciones sobre ejercicios o juegos para estimular el gateo, caminar y otras habilidades motoras.
- Orientación en la dentición: Explicar los cuidados básicos de los primeros dientes y cómo aliviar molestias de la dentición.



PERIODOS DE CRECIMIENTO POSTNATAL.

se refiere al desarrollo físico y biológico que ocurre desde el nacimiento hasta la madurez.

RITMOS DE CRECIMIENTO Y CAMBIOS EN EL CUERPO HUMANO:

3. INFANCIA TEMPRANA (2 A 5 AÑOS)

CARACTERÍSTICAS:

- El crecimiento en términos de peso y estatura se desacelera en comparación con el periodo de lactancia.
- Importante desarrollo del cerebro y del sistema nervioso.
- Mejora de las habilidades motoras finas y gruesas (correr, saltar, dibujar, etc.).



OBJETIVO:

- Refinar las habilidades motoras, cognitivas y del lenguaje.
- Fomentar la independencia y la socialización.

(2 A 5 AÑOS)

Cambios:

- Aparece la dentadura primaria completa.
- Desarrollo de la autonomía (vestirse, comer solo, usar el baño).



Alimentación:

- Dieta variada: Incluir frutas, verduras, proteínas, cereales integrales, y lácteos.
- Fomentar la autoalimentación supervisada para el desarrollo de habilidades motrices.
- Limitar el consumo de azúcares añadidos y productos ultraprocesados.

CUIDADOS:

- Establecer rutinas para alimentación, sueño y actividades físicas.
- Proporcionar entornos seguros para fomentar la exploración y el aprendizaje.
- Fomentar el juego y la actividad física para mejorar el desarrollo motor.
- Continuar con los controles médicos periódicos para evaluar el crecimiento y desarrollo.



ACCIONES DE ENFERMERÍA

- Control del desarrollo psicomotor: Evaluar el desarrollo del lenguaje, habilidades motoras finas y gruesas, y socialización.
- Educación sobre nutrición: Asesorar a los padres sobre la importancia de una dieta equilibrada que favorezca el crecimiento saludable.
- Promoción de la vacunación: Asegurar que el niño esté al día con el esquema de vacunación, educando sobre la importancia de prevenir enfermedades.
- Promoción de higiene personal: Enseñar a los padres y niños sobre el lavado de manos, cuidado dental y otros hábitos de higiene.
- Fomento de la actividad física: Sugerir actividades que promuevan el desarrollo motor, como juegos al aire libre y deportes acordes a su edad.

PERIODOS DE CRECIMIENTO POSTNATAL.

se refiere al desarrollo físico y biológico que ocurre desde el nacimiento hasta la madurez.

RITMOS DE CRECIMIENTO Y CAMBIOS EN EL CUERPO HUMANO:

4. INFANCIA INTERMEDIA (6 A 10 AÑOS)

CARACTERÍSTICAS:

- Crecimiento más constante, pero sin los "picos" de crecimiento de la lactancia o la adolescencia.
- Desarrollo de habilidades cognitivas y sociales, como la resolución de problemas y la interacción con compañeros.
- Aparición de los primeros dientes permanentes.



OBJETIVO:

- Continuar con el crecimiento físico estable y fortalecer habilidades sociales y emocionales.
- Prepararse para la pubertad.

(6 A 10 AÑOS)

Cambios:

- Mayor control y coordinación motora.
- Desarrollo del sentido de independencia y responsabilidad



Alimentación:

- Dieta equilibrada: Incluir alimentos ricos en nutrientes para apoyar el crecimiento y el rendimiento escolar.
- Aumentar el consumo de calcio y vitamina D para el desarrollo óseo.
- Mantener hábitos de alimentación saludables (desayuno adecuado, porciones controladas, etc.).

CUIDADOS:

- Apoyo emocional: Fomentar la autoestima y la confianza en las interacciones sociales.
- Hábitos saludables: Promover la actividad física regular y el descanso adecuado.
- Supervisar el desarrollo dental y mantener una buena higiene bucal.
- Asegurar que se respeten las vacunas escolares y los controles médicos anuales



ACCIONES DE ENFERMERÍA

- Evaluación del estado nutricional: Monitorear la alimentación del niño para asegurar que reciba los nutrientes adecuados para su crecimiento.
- Apoyo emocional y social: Identificar posibles problemas emocionales o de comportamiento, ofreciendo apoyo y derivación a otros profesionales si es necesario.
- Educación sobre hábitos saludables: Fomentar rutinas de sueño, alimentación, higiene y ejercicio que ayuden al crecimiento físico y mental del niño.
- Promoción de la salud bucodental: Reforzar la importancia de una buena higiene dental y las visitas periódicas al odontólogo.
- Prevención de accidentes: Educar sobre el uso adecuado de cinturones de seguridad, cascos y medidas de seguridad en el hogar y escuela.

PERIODOS DE CRECIMIENTO POSTNATAL.

se refiere al desarrollo físico y biológico que ocurre desde el nacimiento hasta la madurez.

RITMOS DE CRECIMIENTO Y CAMBIOS EN EL CUERPO HUMANO:

5. PUBERTAD (10 A 18 AÑOS)

CARACTERÍSTICAS:

- Aceleración del crecimiento (estirón puberal).
- Desarrollo de los órganos sexuales y aparición de características sexuales secundarias (vello corporal, cambios en la voz, etc.).
- Cambios hormonales significativos, que influyen tanto en el desarrollo físico como emocional.



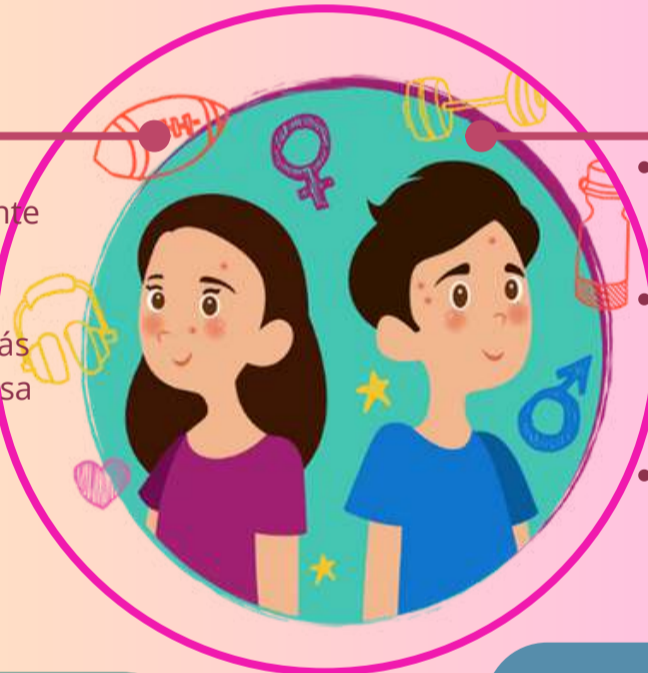
OBJETIVO:

- Desarrollo de las características sexuales secundarias y crecimiento acelerado.
- Establecimiento de la identidad y la madurez emocional

(10 A 18 AÑOS)

Cambios:

- Las niñas generalmente alcanzan la pubertad antes que los niños.
- Los huesos crecen más rápidamente, y la masa muscular aumenta, sobre todo en los varones.



Alimentación:

- Incremento de necesidades calóricas debido al crecimiento rápido.
- Incluir alimentos ricos en proteínas, hierro, calcio, y vitaminas para apoyar el desarrollo muscular y óseo.
- Evitar alimentos ultraprocesados y fomentar una dieta equilibrada.

CUIDADOS:

- Educación sobre cambios físicos: Hablar sobre la pubertad, el ciclo menstrual y la higiene personal.
- Apoyo emocional: Estar atentos a los cambios de humor y problemas relacionados con la autoestima o la imagen corporal.
- Fomentar la actividad física y los deportes para promover el desarrollo físico y mental saludable.

ACCIONES DE ENFERMERÍA

- Educación sobre cambios físicos: Informar y preparar a los adolescentes y a sus familias sobre los cambios hormonales y físicos, como el desarrollo de características sexuales secundarias.
- Promoción de la salud sexual y reproductiva: Educar sobre métodos anticonceptivos, prevención de enfermedades de transmisión sexual y respeto hacia su cuerpo.
- Promoción de la salud mental: Brindar apoyo emocional, identificar signos de problemas de salud mental (ansiedad, depresión) y promover un entorno de confianza.
- Fomento de hábitos de vida saludables: Promover la actividad física, una alimentación adecuada, y evitar el consumo de sustancias nocivas (alcohol, tabaco, drogas).



PERIODOS DE CRECIMIENTO POSTNATAL.

se refiere al desarrollo físico y biológico que ocurre desde el nacimiento hasta la madurez.

RITMOS DE CRECIMIENTO Y CAMBIOS EN EL CUERPO HUMANO:

6. ADOLESCENCIA TARDÍA Y MADUREZ JOVEN (18 A 21 AÑOS)

CARACTERÍSTICAS:

- Se completa el crecimiento en estatura y el desarrollo de la masa muscular.
- El sistema esquelético y los órganos sexuales alcanzan la madurez.



OBJETIVO:

- Finalizar el crecimiento físico y consolidar el desarrollo emocional y psicológico.
- Fomentar la independencia y la responsabilidad en la salud.

(18 A 21 AÑOS)

Cambios:

- Alcance de la estatura final.
- Consolidación de la identidad personal y sexual.



Alimentación:

- Dieta balanceada: Mantener una dieta rica en nutrientes, especialmente en calcio para la salud ósea.
- Controlar el consumo de alimentos altos en grasas saturadas, azúcares y sal.

CUIDADOS:

- Promoción del autocuidado: Fomentar hábitos saludables como el ejercicio regular, el descanso y una alimentación equilibrada.
- Apoyo en la toma de decisiones sobre la salud física, emocional y sexual.
- Fomentar la salud mental mediante el manejo del estrés, las relaciones interpersonales saludables, y la prevención de enfermedades.



ACCIONES DE ENFERMERÍA

- Promoción de autocuidado: Fomentar la toma de decisiones saludables en términos de nutrición, ejercicio y salud mental.
- Educación sobre prevención: Aumentar la conciencia sobre la prevención de enfermedades, la importancia de revisiones médicas regulares y la vacunación.
- Apoyo en la transición a la vida adulta: Brindar información sobre la salud sexual, reproductiva y emocional, así como prevención de riesgos relacionados con las relaciones interpersonales, el estrés y la presión social.
- Fomento de la responsabilidad en la salud: Animar a los jóvenes a ser responsables de su salud, promoviendo chequeos preventivos y estilos de vida equilibrados.

FACTORES QUE REGULA EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO.

El crecimiento y desarrollo están regulados por diversos factores, que actúan de manera conjunta e influyen en el proceso desde el nacimiento hasta la adultez.

1. FACTORES GENÉTICOS

- **Herencia:** Las características físicas y el potencial de crecimiento están determinados por la información genética heredada de los padres. Por ejemplo, la estatura o predisposición a ciertas enfermedades pueden estar ligadas a la genética familiar.
- **Alteraciones genéticas:** Mutaciones o condiciones genéticas como el síndrome de Down, acondroplasia, o enfermedades metabólicas congénitas, pueden alterar el crecimiento normal y el desarrollo.



2. FACTORES HORMONALES

- **Hormona del crecimiento (GH):** Secretada por la glándula pituitaria, es esencial para el crecimiento en la infancia y adolescencia. Estimula el crecimiento de huesos largos y tejidos.
- **Hormonas sexuales (estrógeno y testosterona):** Durante la pubertad, estas hormonas inducen el desarrollo de las características sexuales secundarias y contribuyen al "estirón puberal". También cierran las placas de crecimiento de los huesos.

HORMONAS FEMENINAS



3. FACTORES NUTRICIONALES

- **Macronutrientes (proteínas, grasas y carbohidratos):** Las proteínas son esenciales para el crecimiento de tejidos, mientras que los carbohidratos y grasas proporcionan la energía necesaria para el crecimiento.
- **Micronutrientes:**
 - **Calcio y vitamina D:** Fundamentales para el desarrollo óseo.
 - **Hierro:** Crucial para el desarrollo cognitivo y la formación de glóbulos rojos.
 - **Yodo:** Necesario para la producción de hormonas tiroideas que regulan el crecimiento.
 - **Zinc:** Importante para el crecimiento celular y el sistema inmunológico

Hábitos nutricionales incorrectos



4. FACTORES AMBIENTALES

- **Condiciones socioeconómicas:** Niños que crecen en condiciones de pobreza tienen mayor riesgo de desnutrición, menor acceso a servicios de salud, y más probabilidades de sufrir enfermedades infecciosas.
- **Acceso a la atención médica:** El acceso a controles médicos regulares, vacunas, y tratamiento temprano de enfermedades afecta directamente el crecimiento y desarrollo saludable.

5. FACTORES PSICOSOCIALES

- **Apego y afecto:** Un entorno afectivo positivo, con amor, seguridad y apoyo, es esencial para el desarrollo emocional y social. Niños con un vínculo seguro con sus cuidadores tienden a tener un desarrollo más saludable.
- **Estimulación temprana:** El acceso a experiencias estimulantes, como juegos, lecturas, y conversaciones, favorece el desarrollo cognitivo. Los primeros años de vida son críticos para la formación de conexiones neuronales.

