



DIRECCIÓN GENERAL
DE PROGRAMAS
DE SALUD



MINISTERIO
DE SALUD PÚBLICA
Y BIENESTAR SOCIAL

Presidencia
de la República
del Paraguay



PARAGUAY
TODOS
Y TODAS



PROGRAMA AMPLIADO
DE INMUNIZACIONES
PARAGUAY

Dirección de Salud Integral de la Niñez y Adolescencia

Libreta de Salud del niño y la niña

Nombre y Apellido: _____

C.I.Nº: _____

Recuerde: La inscripción del nacimiento en el Registro Civil es parte de su derecho.



CÓMO CUIDAR A TU BEBÉ EN EL PRIMER MES DE VIDA

Recomendaciones para la mamá, el papá y la familia

Cuidados del/la recién nacido/a en el hogar:

- Lavate siempre las manos con agua y jabón antes de tocar a tu bebé.
- Para dormir acostale boca arriba o de costado. No le cubras la cara porque puede asfixiarse.

Alimentación:

- Dale el pecho a libre demanda, es decir, cada vez que tu bebé te lo pida, al menos 8 a 10 veces al día.
- Para crecer tu bebé no necesita agua, té u otro tipo de leche hasta los 6 meses de vida.

Estimulación:

- Mirale a los ojos, acarícialo y hablale cariñosamente sobre todo al darle el pecho materno.
- Colgá objetos de colores (pelotitas, juguetitos, globos) donde tu bebé pueda mirar.
- Ponele música suave.
- EVITÁ PONERLE FRENTE AL TELEVISOR.

Cuidados del cordón umbilical y baño:

- No es necesario bañarle todos los días, para preservar la grasa natural que protege la piel.
- Mantenele siempre seca la zona del pañal para evitar la aparición de irritaciones e infecciones.
- Para limpiarle la zona del pañal podés usar aceite vegetal de cocina cada vez que le cambias el pañal.
- No uses esponjas, perfumes, talcos.
- Para limpiar el cordón, lavate las manos, utilizá agua y jabón o alcohol rectificado.
- No uses ombligo, gasa, polvos, ni cubras el cordón con el pañal.

Ambiente y Vestimenta:

- Ponele ropa liviana, preferentemente de algodón.
- Si hace frío colocale gorros y medias.
- La mejor forma de mantener la temperatura de tu bebé es colocarle en contacto piel a piel sobre tu pecho.
- Evitá el contacto con personas enfermas.
- Mantené el ambiente limpio y ventilado, libre de polvo casero y humo.

NO FUMAR DENTRO DE LA CASA NI CERCA DE LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS PARA PREVENIR ENFERMEDADES RESPITARORIAS

Esquema de controles para tu bebé

Al nacer	Primer control	Segundo control	Tercer control
Controles diarios hasta el alta	A las 48 a 72 horas del alta	A los 10 a 12 días del alta	A los 28 días de vida

Antes del alta de tu bebé ASEGURATE:

- Que la libreta de Salud de tu bebé esté completa.
- Que le hayan aplicado la vacuna BCG (para prevenir la tuberculosis).
- Que le hayan realizado el Test del Piccito o te hayan explicado cuándo y dónde realizarlo y/o retirarlo.
- Que te hayan explicado cómo te vas a dar cuenta si tu bebé tiene alguna enfermedad grave.
- Que te hayan entregado el Certificado de Nacido Vivo.



Presidencia
de la República
del Paraguay



Dirección de Salud Integral de la Niñez y Adolescencia

Libreta de Salud del niño y la niña

Registro provisorio o C.I. N°: _____

Apellidos: _____

Nombres: _____

Fecha de Nac.: ____/____/____ Sexo: M F Tiene certificado de nacido vivo? SI NO

Nombre de la Madre: _____ C.I.N°: _____ Telef.: _____

Nombre del Padre: _____ C.I.N°: _____ Telef.: _____

Departamento: _____ Municipio: _____ Barrio/Compañía: _____

Dirección: _____

Referencia para ubicar la casa: _____

La Libreta de Salud del niño y la niña contiene información sobre el seguimiento del crecimiento y desarrollo y el registro de vacunación que sirve para recordar las vacunas que recibió y las que aún le faltan, para protegerse contra enfermedades.

Es necesario presentar esta libreta para cada control del niño y la niña en el servicio de salud.

Cuidala y guardala para presentarla también para el ingreso escolar.

PROGRAMA AMPLIADO DE INMUNIZACIONES (PAI) - ESQUEMA DE VACUNACIÓN

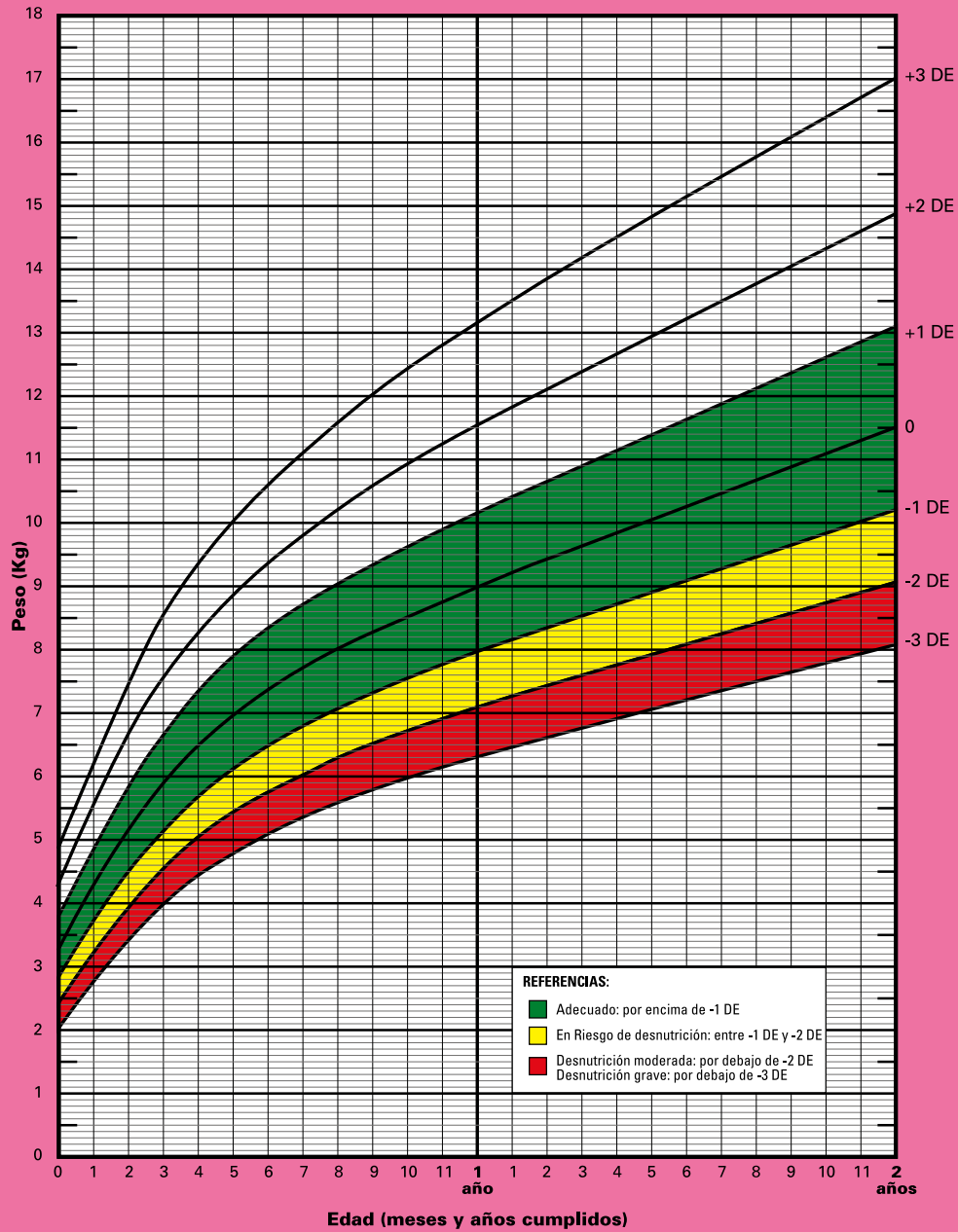
VACUNA	ENFERMEDADES CONTRA LAS QUE PROTEGE	EDAD O CONDICIÓN DE RIESGO PARA ADMINISTRACIÓN	DOSES	VÍA Y SITIO DE ADMINISTRACIÓN
BCG	Formas graves de Tuberculosis: *Meningitis tuberculosa *Tuberculosis miliar	Recién Nacido (menores de un año)	Dosis única	Intradérmica Tercio superior de la región de la mano del brazo derecho
NEUMOCOCO	Meningitis - Neumonías y otras enfermedades invasivas producidas por el Neumococo	2 meses 4 meses 12 meses	Primera dosis Segunda dosis Refuerzo	Intramuscular Cara anterolateral externa del muslo
OPV (SABIN ORAL)	Poliomielitis o Parálisis infantil	2 meses 4 meses 6 meses 18 meses 4 años	Primera dosis Segunda dosis Tercera dosis Primer refuerzo Segundo refuerzo	Oral 2 Gotas
PENTAVALENTE (DPT + HB + Hib)	Difteria - Tétanos - Tos Ferina - Hepatitis B - Meningitis - Neumococo y otras por Hib	2 meses 4 meses 6 meses	Primera dosis Segunda dosis Tercera dosis	Intramuscular Cara anterolateral externa del muslo
DPT	Difteria Tétanos Tos ferina	18 meses (o 1 año después de la aplicación de la tercera dosis de Pentavalente) 4 años	Primer Refuerzo Segundo Refuerzo	Intramuscular: Cara anterolateral externa del muslo (18 meses) Brazo derecho o izquierdo (4 años)
ROTAVIRUS	Diarreas por Rotavirus (previene la deshidratación severa y complicaciones)	2 meses 4 meses	Primera dosis Segunda dosis	Oral
SPR	Sarampión Parotiditis (paperas) Rubéola	12 meses 4 años	Primera dosis Refuerzo	Subcutánea Brazo izquierdo
AA	Fiebre Amarilla	1 a 59 años	Dosis única	Subcutánea Brazo derecho
Anti-Influenza estacional	Complicaciones por Influenza	6 a 17 meses 18 a 23 meses 24 a 35 meses	2 dosis con intervalo de un mes 1 dosis 1 dosis	Intramuscular Cara anterolateral externa del muslo
Td	Tétanos Difteria	Adultos mayores (50 años y más) Enfermos crónicos (todas las edades) Embarazadas Trabajadores de salud Trabajadores de servicios esenciales	1 dosis cada año	Intramuscular Brazo derecho o izquierdo
HB	Hepatitis B	10 años Otras edades y embarazadas Enfermos crónicos, Trabajadores de salud y otros grupos de riesgo	1 dosis según antecedentes con DPT/Penta Según antecedentes con DPT/Penta Primera dosis: primer contacto Segunda dosis: 1 mes de la primera Tercera dosis: 6 meses de la seg.	Intramuscular Brazo derecho o izquierdo

Vacunas obligatorias - Desde el nacimiento hasta los 10 años - Fecha de Nac.:

Vacunas	Dosis	Edad de vacunación	Fecha	Nº Lote	Firma del vacunador
BCG	Única	Recién Nacido			
OPV Pentavalente Neumococo Rotavirus	Primera dosis	2 meses			
OPV Pentavalente Neumococo Rotavirus	Segunda dosis	4 meses			
OPV Pentavalente	Tercera dosis	6 meses			
SPR AA Neumococo	Dosis de esquema	12 meses (1 año)			
	Refuerzo				
OPV DPT	Primer Refuerzo	18 meses (o un año después de la 3º dosis)			
OPV DPT SPR	Segundo Refuerzo	4 años			
	Refuerzo				
ANTI- INFLUENZA	Primera	6 a 17 meses			
	Segunda	6 a 17 meses			
	Refuerzo	18 a 23 meses			
	Refuerzo	24 a 35 meses			
Td	Refuerzo	10 años			
	Refuerzo	20 años			
OTRAS (Hepatitis A y Varicela)*					

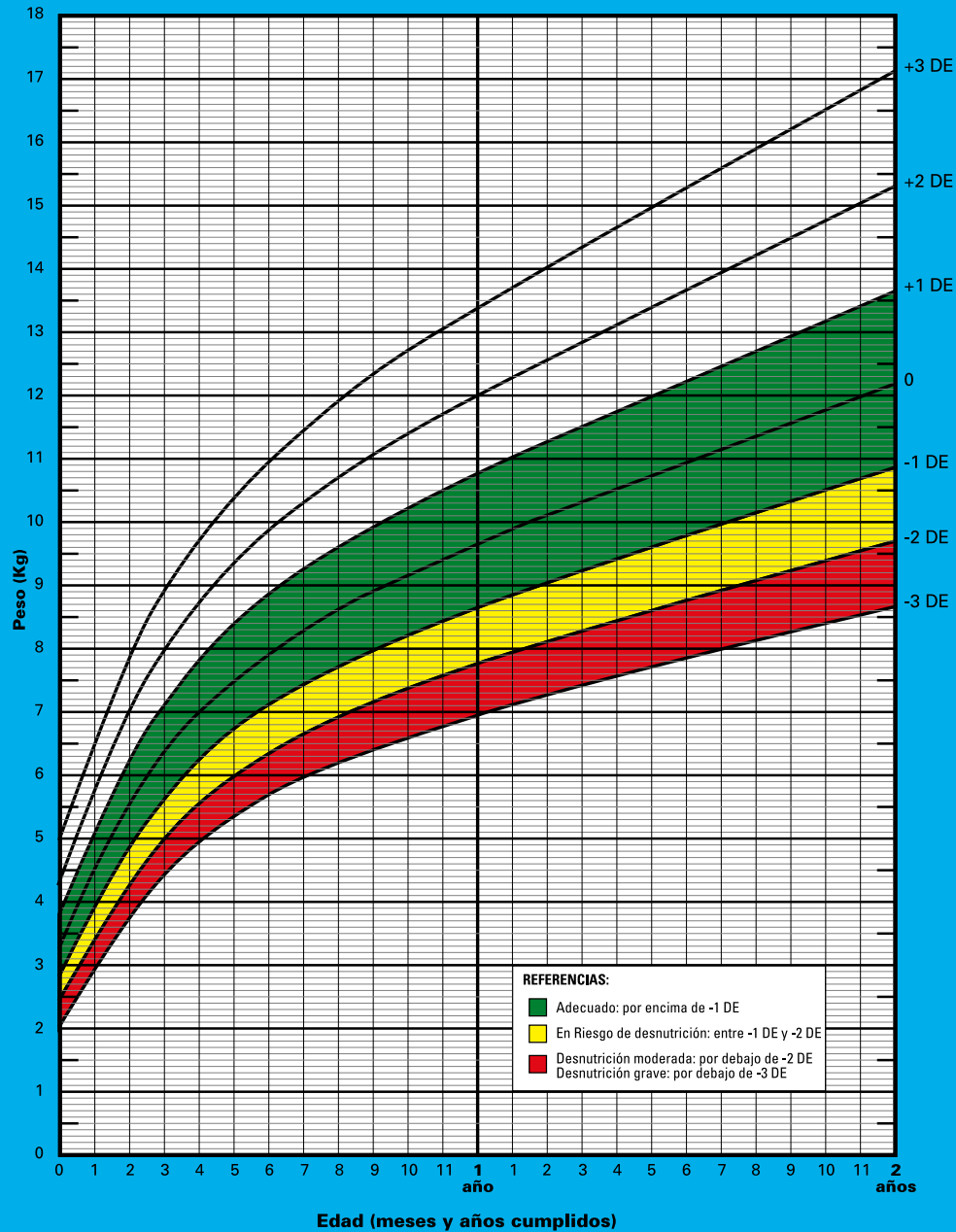
*Recomendadas por la Sociedad Paraguaya de Pediatría, pero no forman parte del Esquema Regular de Vacunación del M5PyBS

PESO/EDAD DE 0 A 2 AÑOS (NIÑAS)



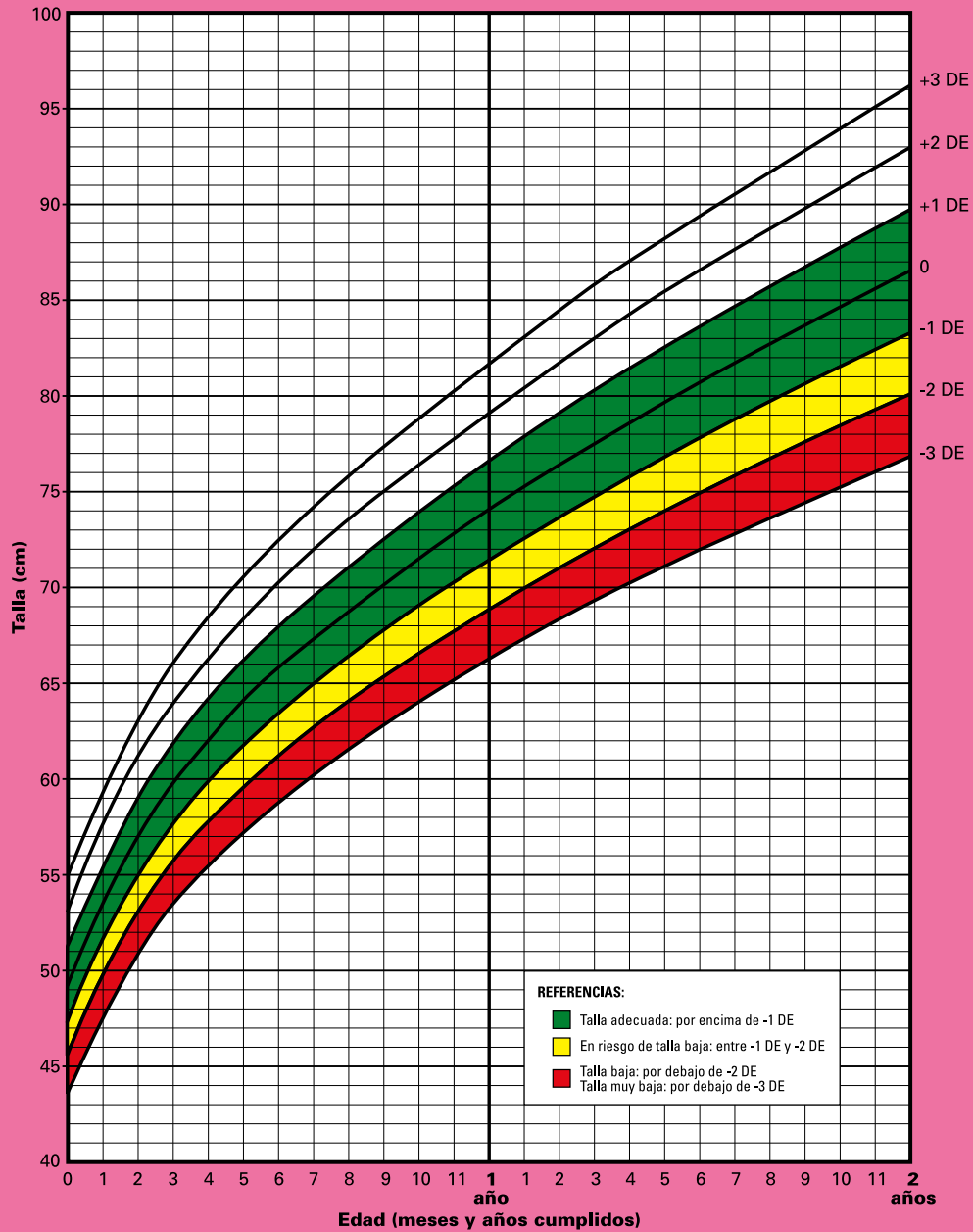
OMS Estándares de crecimiento infantil

PESO/EDAD DE 0 A 2 AÑOS (NIÑOS)



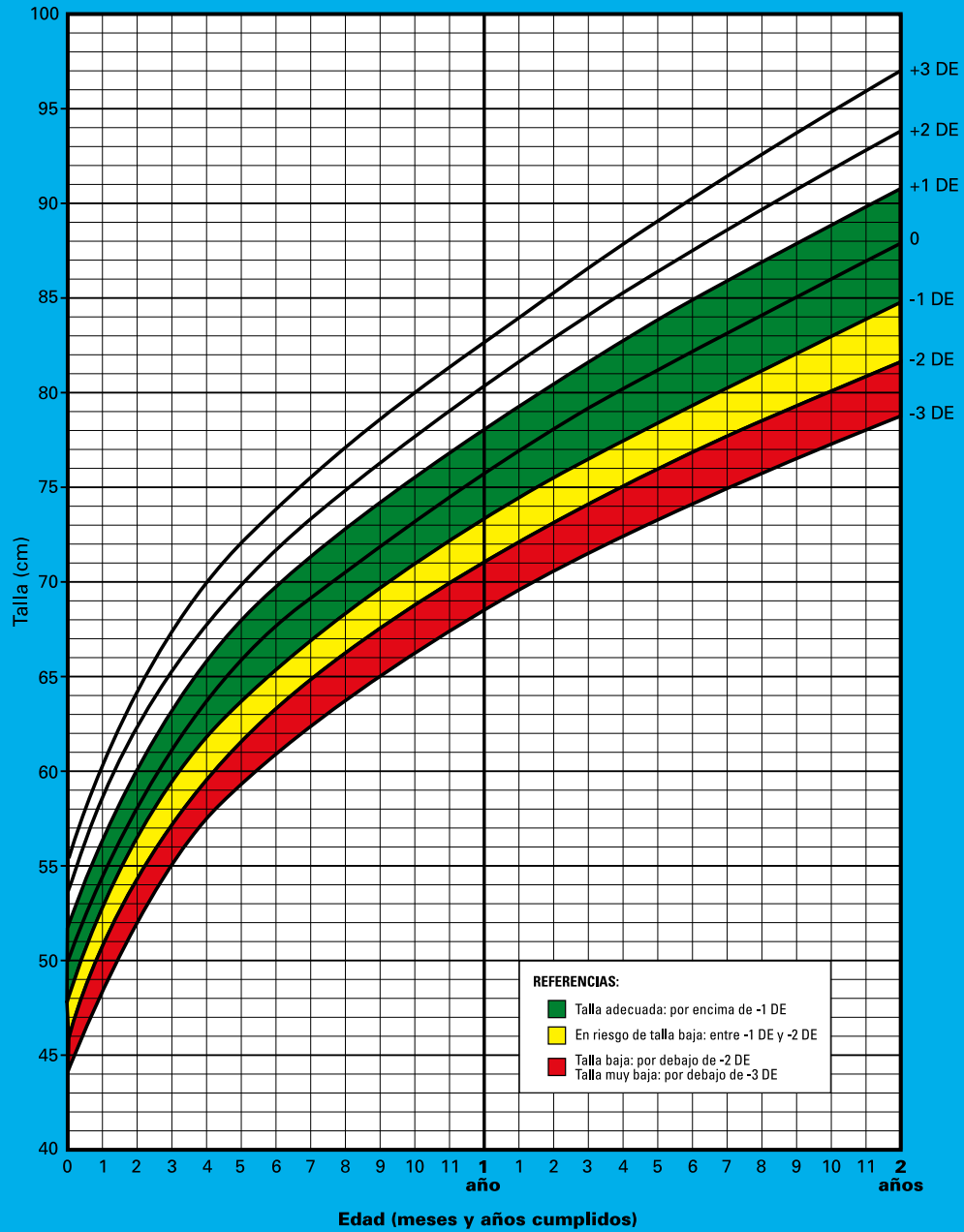
OMS Estándares de crecimiento infantil

TALLA/EDAD DE 0 A 2 AÑOS (NIÑAS)



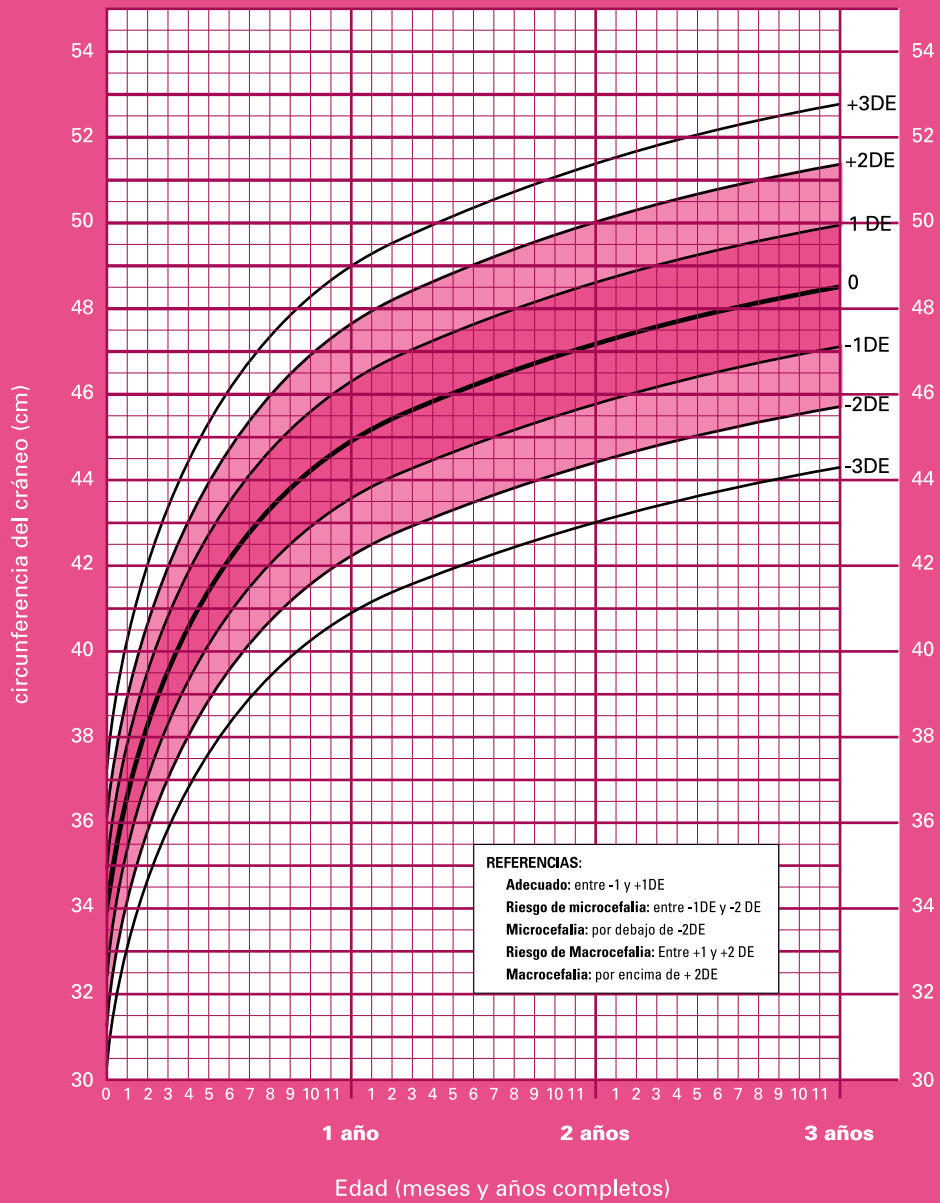
OMS Estándares de crecimiento infantil

TALLA/EDAD DE 0 A 2 AÑOS (NIÑOS)



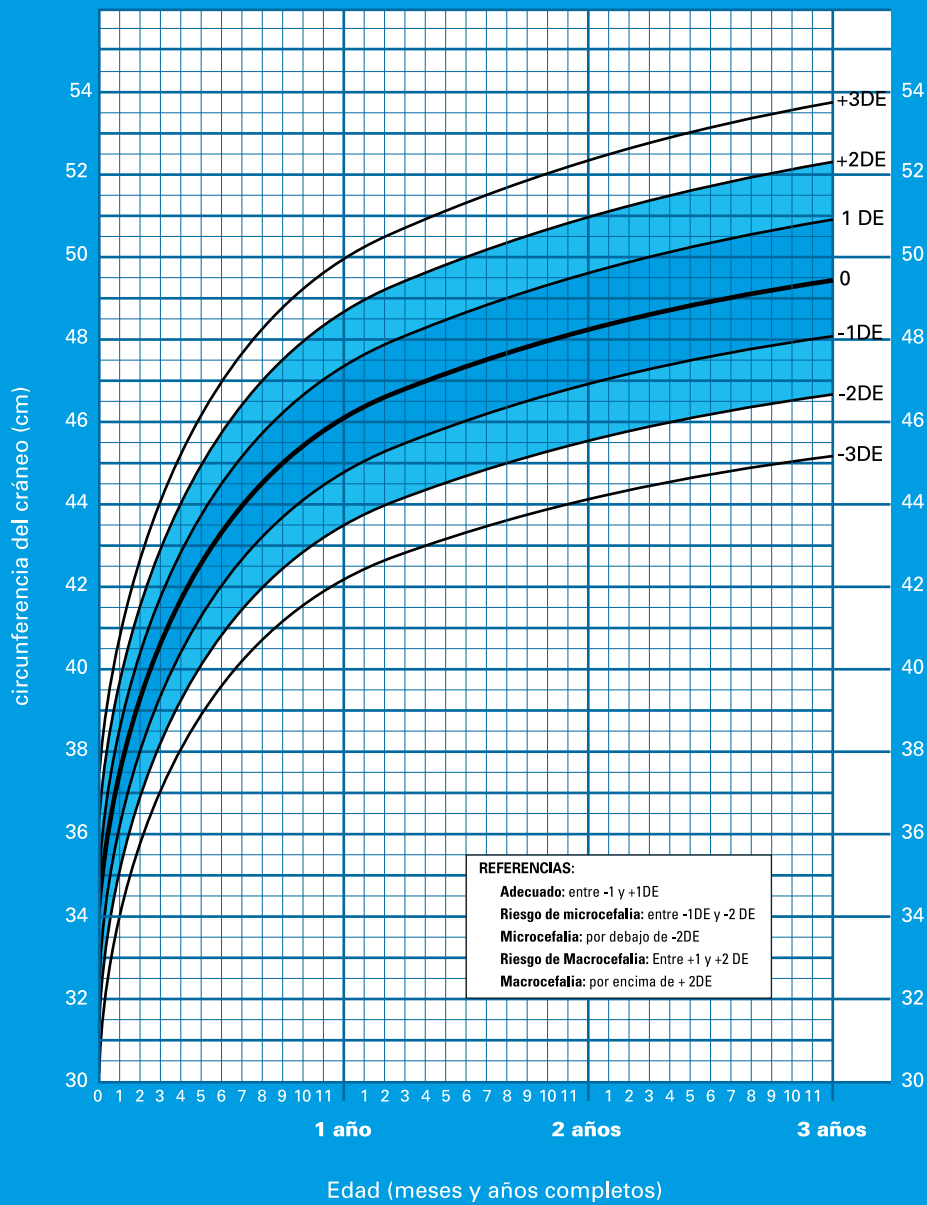
OMS Estándares de crecimiento infantil

CIRCUNFERENCIA CEFÁLICA DE 0 A 3 AÑOS (NIÑAS)



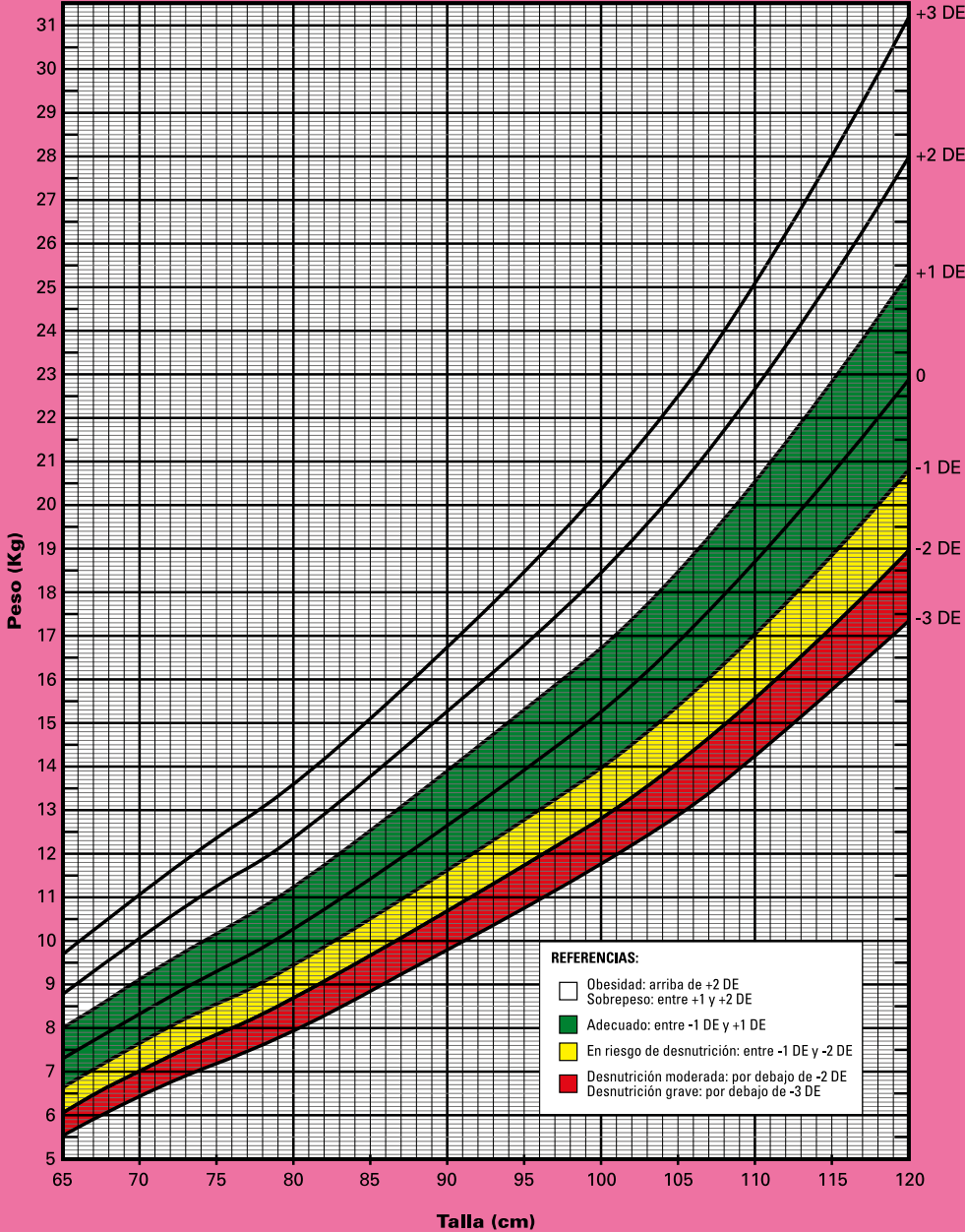
OMS Estándares de crecimiento infantil

CIRCUNFERENCIA CEFÁLICA DE 0 A 3 AÑOS (NIÑOS)



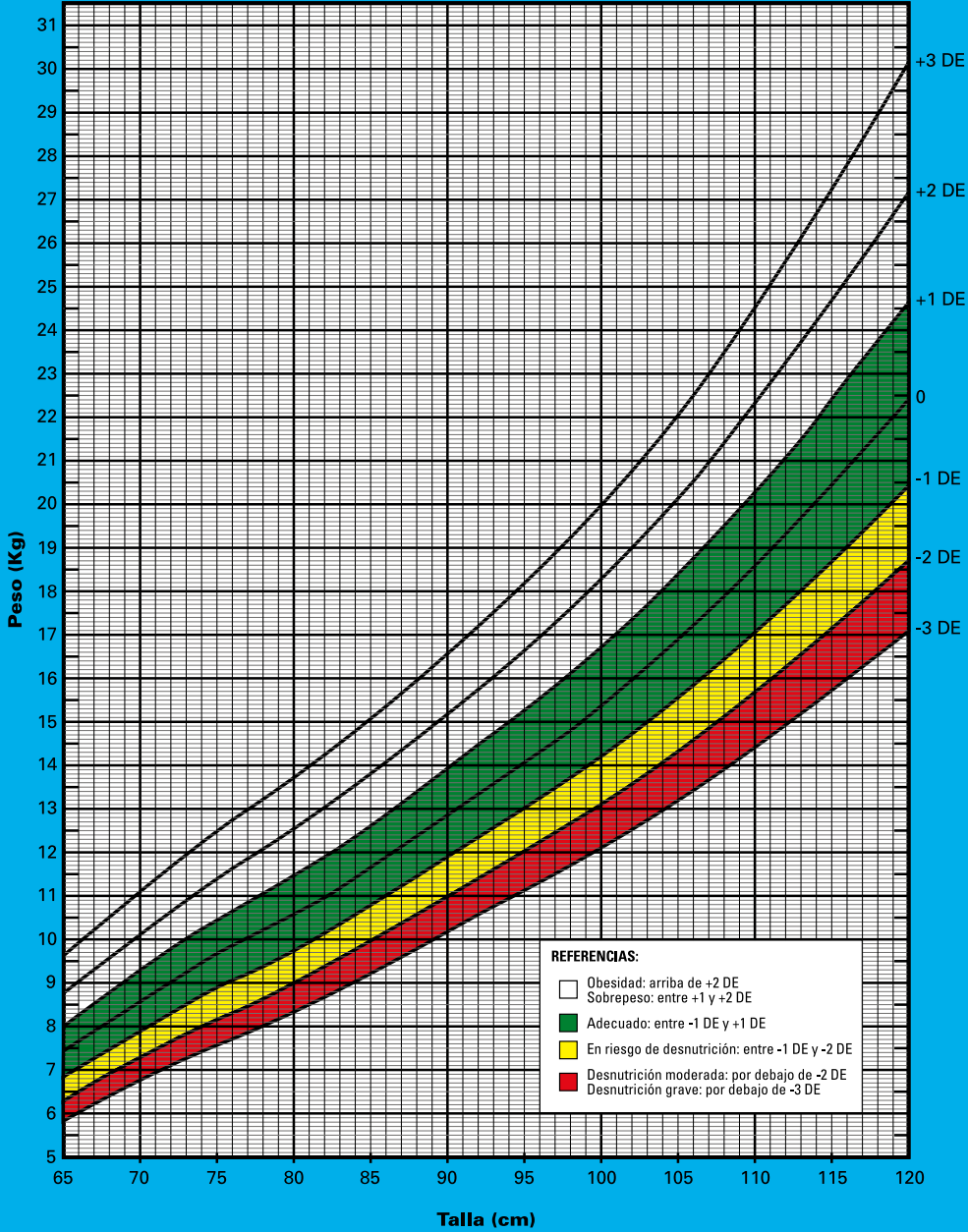
OMS Estándares de crecimiento infantil

PESO/TALLA DE 2 A 5 AÑOS (NIÑAS)



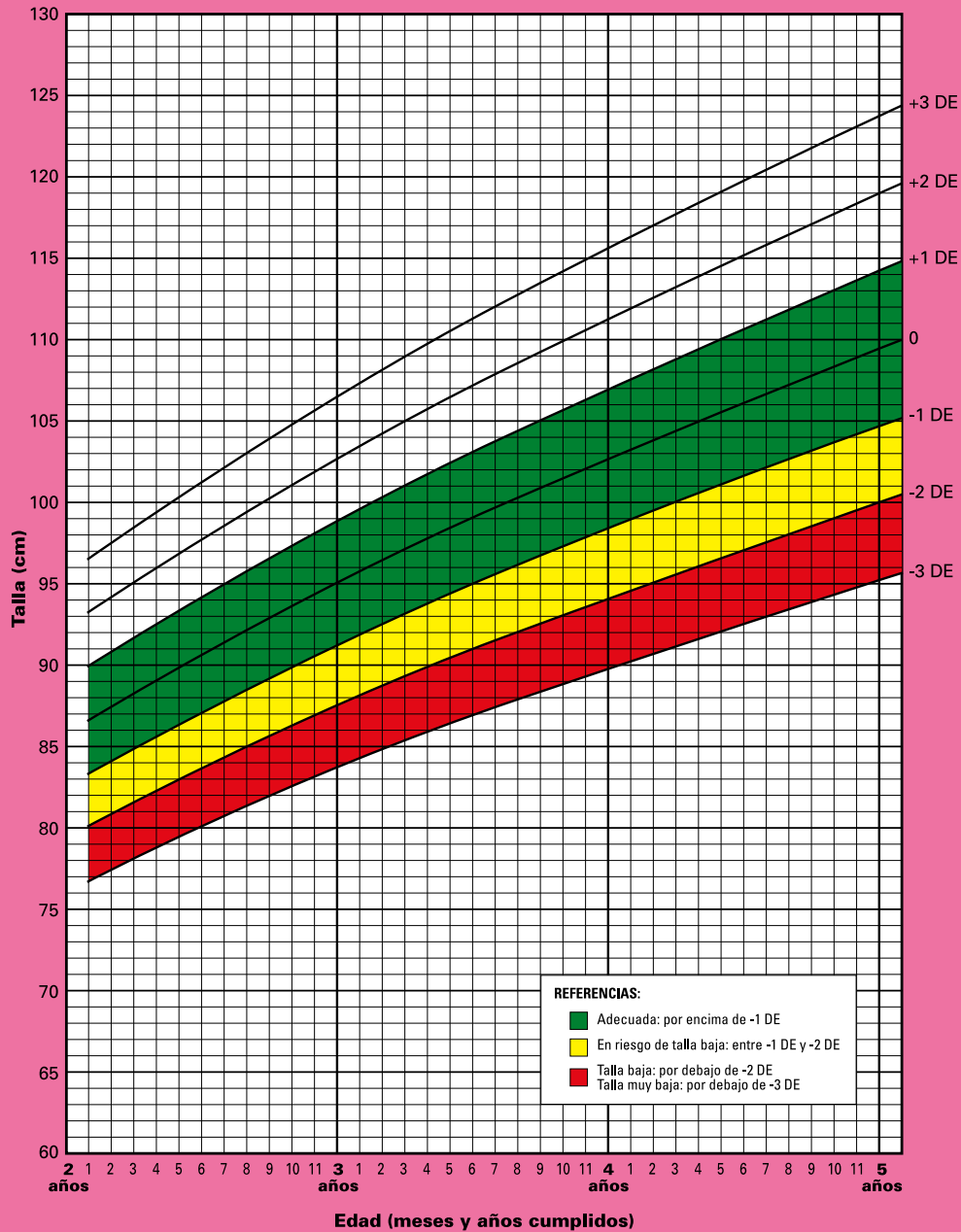
OMS Estándares de crecimiento infantil

PESO/TALLA DE 2 A 5 AÑOS (NIÑOS)



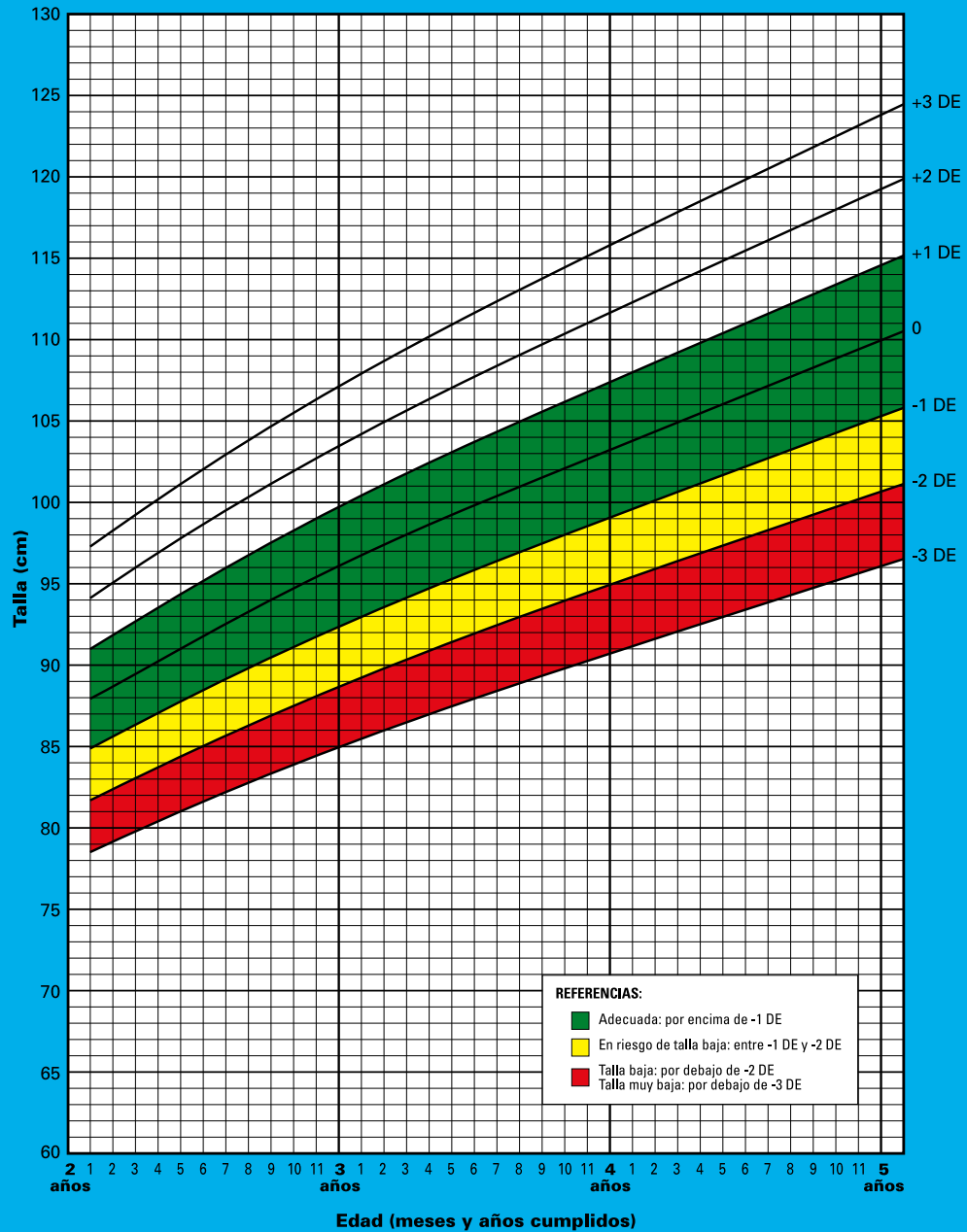
OMS Estándares de crecimiento infantil

TALLA/EDAD DE 2 A 5 AÑOS (NIÑAS)



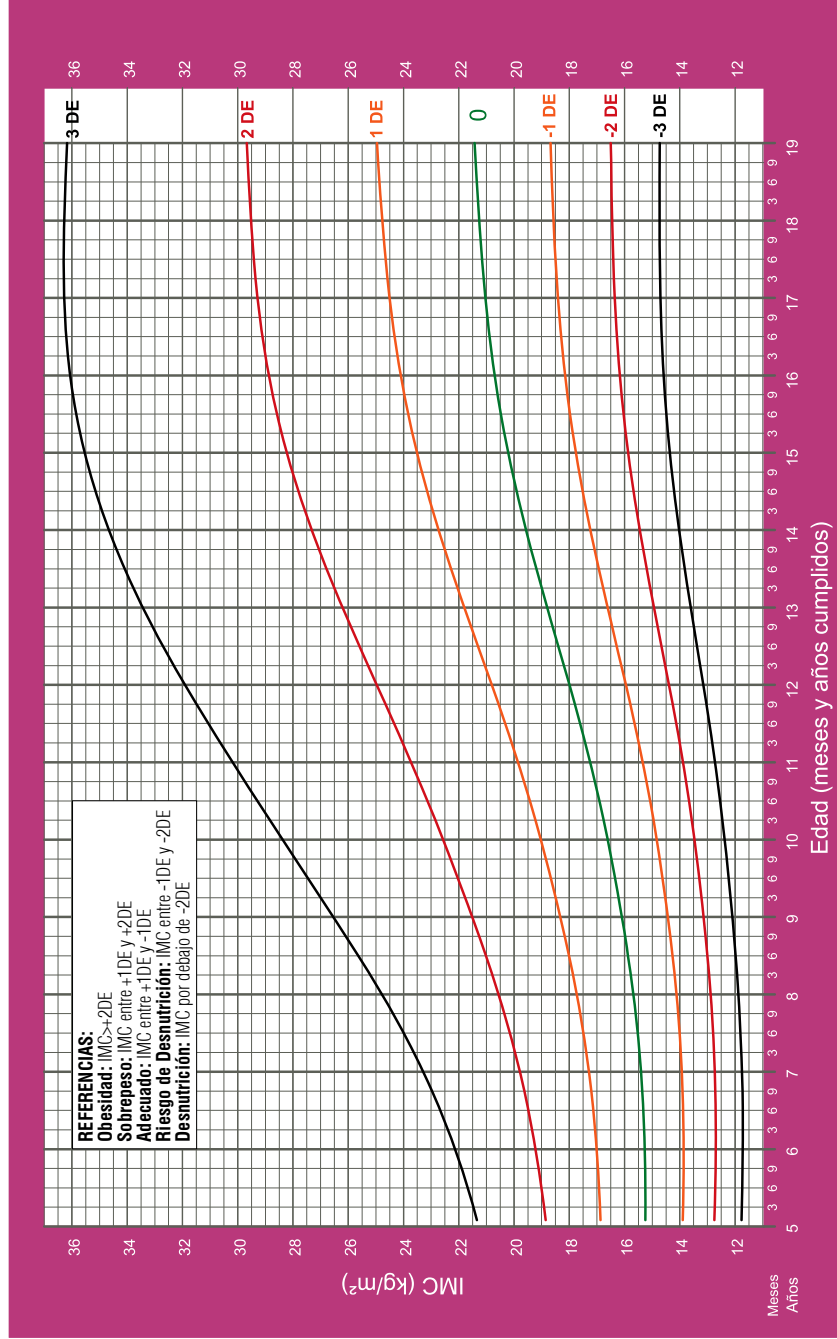
OMS Estándares de crecimiento infantil

TALLA/EDAD DE 2 A 5 AÑOS (NIÑOS)



OMS Estándares de crecimiento infantil

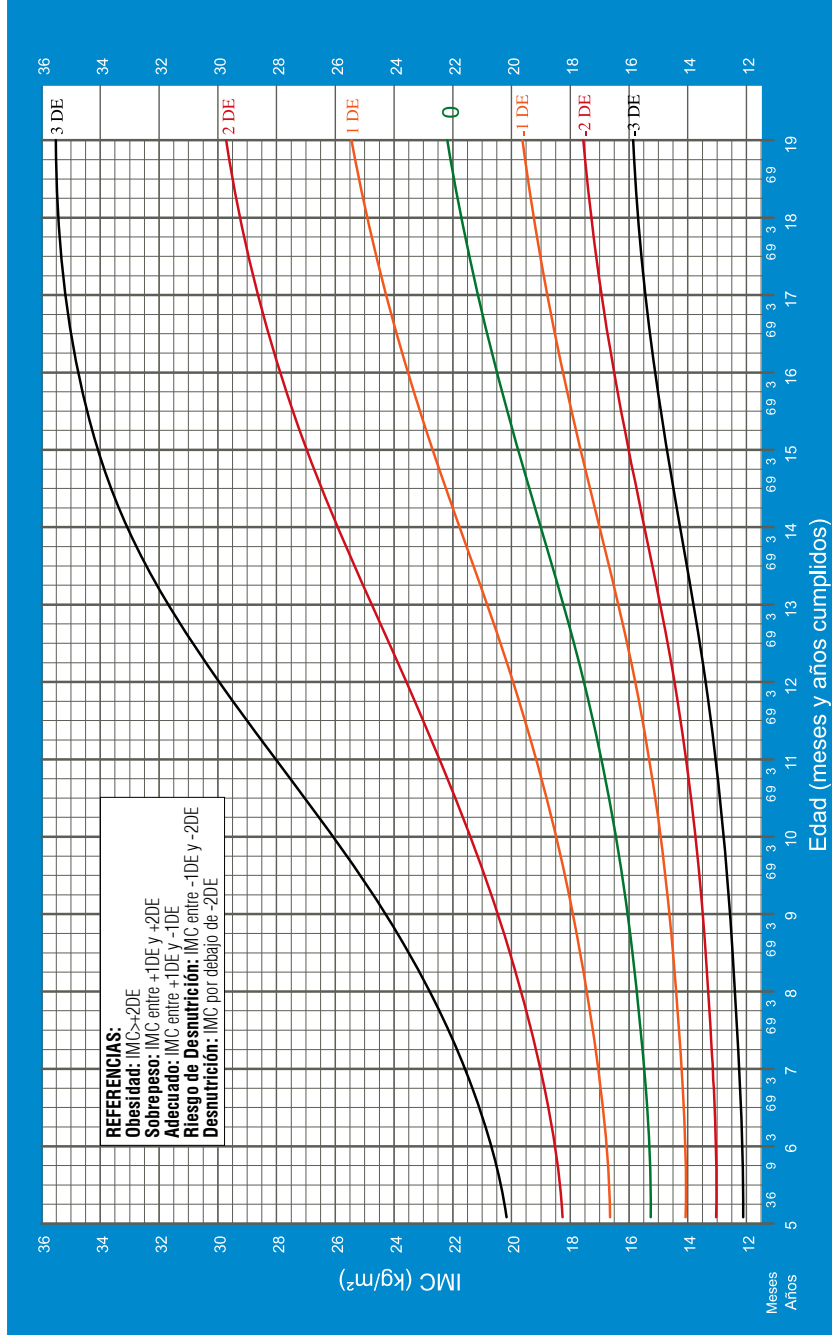
IMC/EDAD DE 5 A 19 AÑOS (MUJERES)



2007 Referencia WHO

Para evaluar el estado nutricional se utiliza el Índice de Masa Corporal (IMC), que se calcula dividiendo el Peso (en Kg.) por la Estatura (en metros al cuadrado): **IMC=kg/m²**

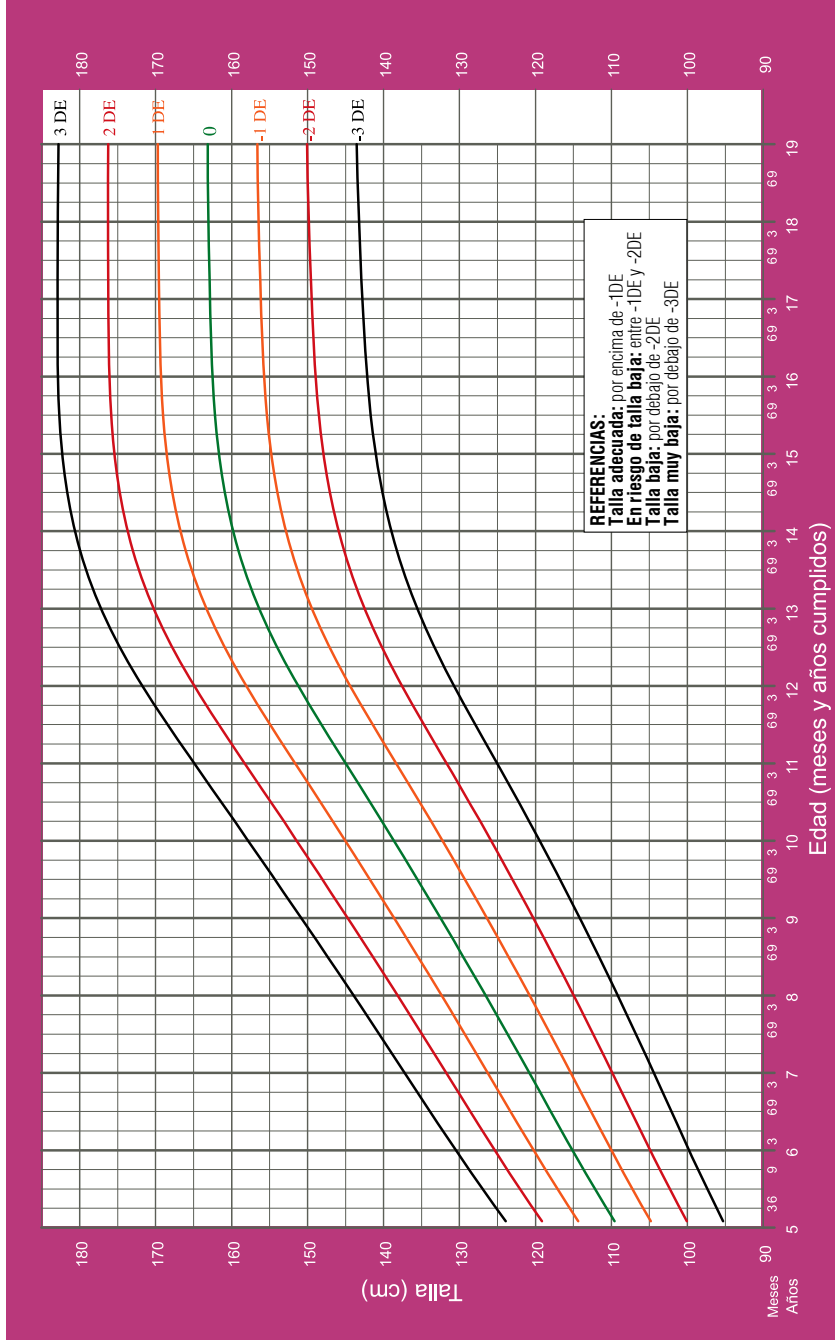
IMC/EDAD DE 5 A 19 AÑOS (VARONES)



2007 Referencia WHO

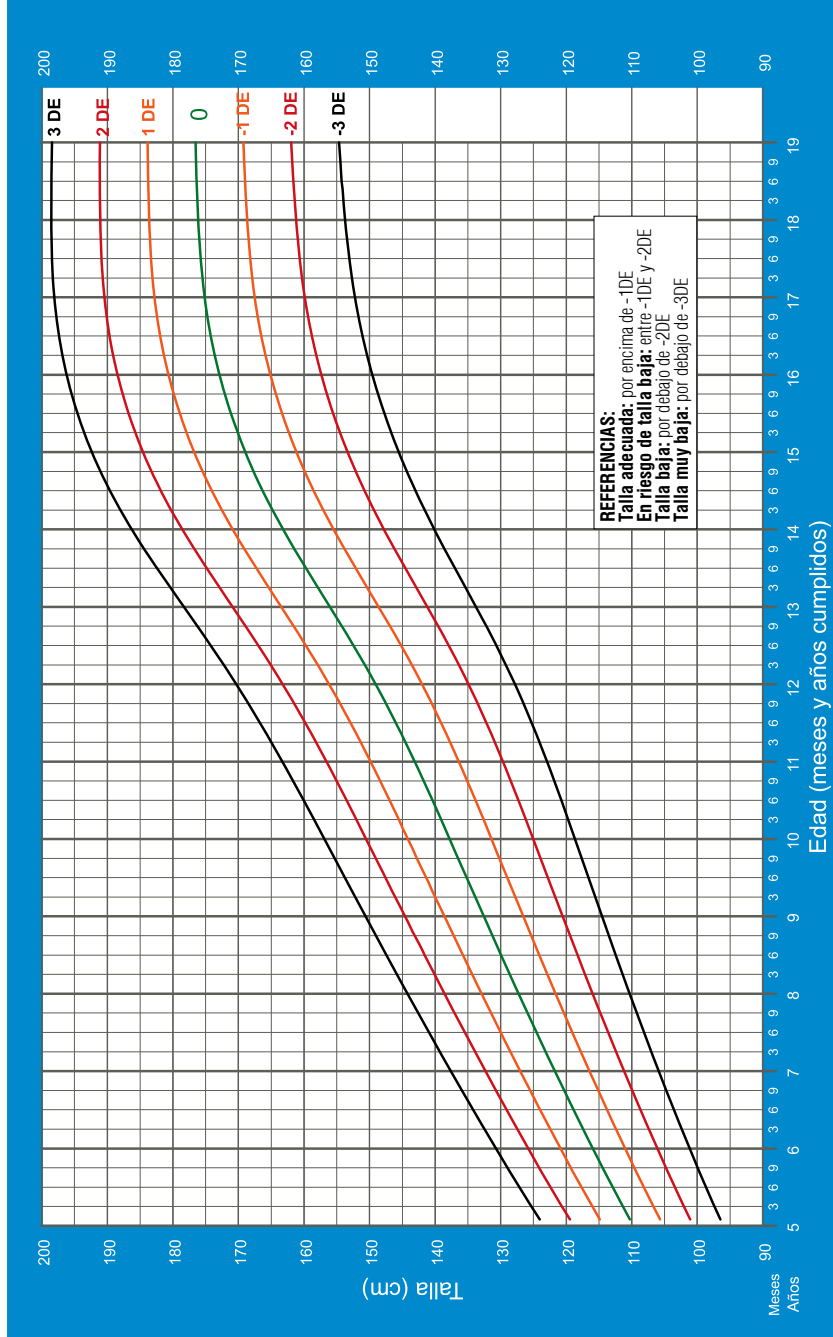
Para evaluar el estado nutricional se utiliza el Índice de Masa Corporal (IMC), que se calcula dividiendo el Peso (en Kg.) por la Estatura (en metros al cuadrado): **IMC=kg/m²**

TALLA/EDAD DE 5 A 19 AÑOS (MUJERES)



2007 Referencia WHO

TALLA/EDAD DE 5 A 19 AÑOS (VARONES)



Lactancia Materna: Un regalo para toda la vida.



¿Por qué es importante la lactancia Materna?

La leche materna exclusiva es el mejor alimento para tu bebé hasta los 6 meses de vida y luego hasta los 2 años acompañada de otros alimentos; porque:

- Disminuye el riesgo de enfermedades como diarrea, resfrío, neumonía, alergias y desnutrición.
- Tiene todos los nutrientes que necesita para crecer: sano, fuerte, seguro e inteligente.
- Se digiere fácilmente con lo que tiene menos riesgo de sufrir cólicos (dolor de panza) y estreñimiento.
- Hace que vos, tu bebé y la familia sean muy unidos.

Tus dudas o preguntas sobre la Lactancia Materna tienen respuesta.

“No tengo suficiente leche”

Durante los primeros 2 a 3 días de vida de tu bebé, tu cuerpo produce la primera leche o calostro, que si bien sale en pequeñas cantidades es muy alimenticio y es suficiente para tu bebé. Tu leche aumentará en cantidad de forma progresiva: Cuanto más le des de mamar a tu bebé, más leche vas a tener.

“Mi bebé llora mucho, ¿será que mi leche no le satisface?”

El bebé mama habitualmente cada 2 a 3 horas y debe hacerlo todas las veces que quiera, es decir, a libre demanda. Si el bebé llora puede ser por otras razones, por ejemplo: está incómodo, tiene el pañal sucio, siente calor o frío, tiene sueño, hay mucho ruido a su alrededor o demasiados visitantes. Si tu bebé mama bien crecerá y subirá de peso adecuadamente.

“No puedo trabajar y dar de mamar a la vez”

En Paraguay, el código laboral (LEY 213/93 Art. 133/136) protege a la mujer trabajadora que decide dar de mamar con dos permisos diarios de 30 minutos durante su jornada laboral.

Para asegurar que tu bebé siga tomando tu leche mientras estás fuera de casa, podés sacarte la leche en forma manual o con un extractor especial y conservarla en envases limpios, bien tapados y refrigerados según como te indique el trabajador de salud.

Extracción manual de la Leche Materna

Para que tu bebé se alimente mientras estás fuera de casa o para aliviar la congestión del pecho, podés sacar tu leche de la siguiente forma:

A. PREPARACIÓN:

Lavate las manos con agua y jabón.



B. ESTIMULACIÓN:

Presiona firme y cuidadosamente tu pecho hacia el tórax y realiza movimientos circulares con los dedos en diferentes puntos desde la base de la mama hacia el pezón.



C. EXTRACCIÓN:

Con el pulgar por arriba y los dedos índice y medio por debajo del pezón con la areola entre ellos, empuja tu pecho hacia las costillas y mediante movimientos giratorios hacia el pezón, presiona y vacía la mama suavemente sin deslizar los dedos.



CONSEJOS PARA LA MADRE DURANTE LA LACTANCIA

Consumí abundante frutas y verduras y aumentá el consumo de lácteos durante el tiempo que tu bebé mame.
Evitá el consumo de frituras y alimentos muy condimentados, productos envasados y gaseosas.
Evitá completamente cigarrillos y el consumo de alcohol.
Caminá todos los días por lo menos durante 20 a 30 minutos salvo que tu médico indique reposo y trata de descansar mientras tu bebé duerme.
No es recomendable hacer dietas para adelgazar durante el periodo de embarazo y lactancia.

RECORDÁ: Dar de mamar es la mejor decisión para que tu bebé reciba el mejor alimento. Solicitá ayuda y consejo a los trabajadores de salud para lograr una buena lactancia.

CONSEJOS PARA LA ALIMENTACIÓN DEL NIÑO Y NIÑA (SANO O ENFERMO)



Hasta los 6 meses de edad

- Dale el pecho todas las veces que el niño o niña quiera, de día y de noche, por lo menos 8 veces en 24 horas (a libre demanda).
- La leche materna contiene todos los nutrientes necesarios para el buen crecimiento y desarrollo de tu niño o niña.
- No le des ninguna otra comida o líquidos, ni siquiera agua, té o infusiones.
- No le des chupete ni biberón.



De 6 a 8 meses de edad

- Continúa dándole el pecho todas las veces que el niño o niña quiera.
- Además de la leche materna, comenzará a darle de a poco otros alimentos, hasta alcanzar al menos 2 cucharadas por ejemplo de:
- Puré de mandioca, zanahoria, batata, zapallo y/o papa polenta de maíz, arroz siempre con carne molida de pollo o vaca; es recomendable agregar en cada platito de la comida 1 cucharadita de aceite vegetal crudo (de girasol, soja o maíz). Dale estos alimentos recién preparados (tibios) por lo menos 2 veces al día (almuerzo y cena).
- También es bueno que coma puré de frutas (Ej.: banana, mamón, manzana, mango, pera) por ejemplo a la media mañana.



De 9 a 11 meses de edad

- Continúa dándole pecho.
- El bebé ya debe estar comiendo a la media mañana, el almuerzo y la cena, y además se puede agregar a su alimentación:
- Puré de legumbres (Ej. poroto, arveja, poroto manteca, lentejas)
- Huevo duro entero (hasta 3 veces por semana), carne de pescado, hígado, queso fresco o yogurt.
- Dale por lo menos 1 plato pequeño en cada comida.
- Cociná con sal yodada en pequeña cantidad.
- Ofrecele alimentos recién preparados y tibios, cortados en trocitos pequeños o molidos y poco condimentados, agrégale a la comida 1 a 2 cucharaditas de aceite vegetal (maíz, soja o girasol).



De 12 meses a 2 años de edad

- Continúa dándole pecho si es posible.
- A estas edades es recomendable que coma:
 - Cereales, tubérculos y derivados: fideo o arroz o harina de maíz o harina de trigo o mandioca o batata o papa en el almuerzo y la cena; y hasta 2 pancitos por día.
 - Carnes de pollo, vaca, pescado, pavo: 4 o 5 veces a la semana.
 - Legumbres (poroto, lenteja): 2 a 3 veces a la semana.
 - Leche y derivados (yogurt o queso): todos los días.
 - Verduras y frutas: todos los días.
 - Aceite: en pequeña cantidad.
 - Azúcares o mieles: en pequeña cantidad.
 - Se debe cocinar con sal yodada en pequeña cantidad.
 - En cada horario de cada comida ofrecele un plato pequeño de alimentos recién preparados (tibios) de la olla familiar, cortados en trocitos pequeños y poco condimentados.



Preescolar 2 a 5 años

- Es importante que el niño o niña realice 5 comidas al día:
 - Desayuno: 1 taza de leche con cereales o con 1 pan (puede acompañar con mermelada o margarina).
 - Media mañana: frutas ó 1 yogurt ó 1 huevo duro (hasta 3 veces por semana)
 - Almuerzo: Aproximadamente 1/2 plato de fideos o arroz o pastas o papas con porotos o con carne (1 presa chica de pollo o carne vacuna o pescado). Acompañado siempre con ensalada de verduras crudas. Por ejemplo: soyo de carne con verduras, guiso de arroz o fideo con carne o pollo, locro, porotos con fideo y queso, cualquiera de éstos con ensalada de lechuga y tomate u otro vegetal. Postre: frutas o ensalada de frutas.
 - Merienda: 1 taza de leche con 1 pan con queso, o calabaza (andai) con leche o arroz con leche.
 - Cena: Igual que el almuerzo. Por ejemplo: arroz con queso, bife de hígado con puré de papa, guiso de arroz y carne molida; siempre con ensalada de verduras o vegetales.
- Para el recreo en el JARDIN/ PREESCOLAR es mejor que:
 - Consuma una fruta, yogurt o leche, sándwich de queso.
 - Se evite completamente papas fritas, gaseosas, golosinas o galletitas dulces o saladas.



Escolar 6 a 9 años

- Es importante que el niño o niña realice 5 comidas al día:
 - Desayuno: 1 taza de leche con 1 pan con queso o 1 taza de yogurt con cereales.
 - Media mañana: frutas, yogurt con cereales o huevo duro (hasta 3 veces por semana), leche o sándwich de queso.
 - Almuerzo: Aproximadamente 3/4 de un plato de fideos ó arroz o pastas ó papas con porotos o con carne (1 presa chica de pollo ó carne vacuna o pescado). Acompañado siempre con ensalada de verduras crudas. Por ejemplo: soyo de carne con verduras, guiso de arroz o fideo con carne o pollo, locro, porotos con fideo y queso, cualquiera de éstos con ensalada de lechuga y tomate u otro vegetal. Postre: frutas o ensalada de frutas.
 - Merienda: 1 taza de leche con pan con queso, calabaza (andai) con leche, arroz con leche o licuado de frutas con leche con galletitas de agua.
 - Cena: Igual que el almuerzo. Ejemplos: Tarta de espinaca o Pascualina de acelga, soufflé de verduras con arroz, 3/4 de un plato de fideos o arroz o polenta o papas con una porción de carne siempre con ensalada de verduras o vegetales.
- Es muy importante que se asegure que consuma al menos 3 porciones de lácteos: 2 tazas de leche y una taza de yogurt o 1 feta o trozo pequeño de queso (30 gramos=tamaño de una cajita de fósforos).
- Para el recreo en la escuela es mejor que:
 - Consuma como colación (recreo o merienda) una fruta, yogurt o leche, sándwich de queso (lo citado para la media mañana).
 - Se evite completamente papas fritas, gaseosas, golosinas o galletitas dulces o saladas.

OBSERVACIÓN: Un grupo especial de niños y niñas son aquellos con antecedentes de enfermedad celiaca o alergia alimentaria familiar en los que se sugiere introducir cereales, como trigo, avena, cebada y centeno, huevos y pescado más tardíamente, recién al año de edad. **RECORDÁ:** Tu niño o niña esta comiendo lo suficiente si sube de peso en cada control con el trabajador de salud. **PARA TODAS LAS EDADES:**

- En todo momento evitar peleas familiares, la hora de comer debe ser agradable.
- Permitile que se sirva con la cuchara, si se ensucia, no le reproches.
- Permitile compartir la mesa con los demás miembros de la familia.
- Aplaudí su habilidad de comer solo o sola.

VALORAR EL DESARROLLO DEL NIÑO Y LA NIÑA PAUTAS DEL DESARROLLO

Lo que el niño y la niña pueden realizar:

0 a 1 MES

- Succiona vigorosamente.
- Brazos y piernas flexionadas.
- Hace puño sin incluir pulgar.
- Responde a sonidos.
- Mira el rostro.
- Mueve las extremidades ante estímulos sonoros.



1 MES A MENOS DE 2 MESES

- Vocaliza (uuu) (aaa).
- Movimiento de piernas, alternado (pedaleo).
- Manos abiertas.
- Sonrisa social.



2 MESES

- Mira el rostro de la otra persona.
- Sigue con la mirada un objeto en la línea media.
- Reacciona al sonido.
- Eleva la cabeza estando boca abajo.



4 MESES

- Responde al examinador.
- Agarra objetos.
- Emite sonidos.
- Sostiene la cabeza.



6 MESES

- Intenta alcanzar un juguete.
- Lleva objetos a la boca.
- Localiza un sonido.
- Gira sobre su abdomen (pasa de boca arriba a boca abajo).
- Empieza a sentarse solo/a



Mamá, Papá, cuidador/a, hermano/a, podés ayudar a adquirir habilidades al niño/a así:

- Mirale a los ojos, acarícialo, hablale con cariño en todo momento, y sobre todo, mientras le das el pecho materno.
- Llamale por su nombre, tu hijo o hija tiene identidad propia.
- Ponele boca abajo para ejercitarse levantando la cabeza, sólo cuando está despierto y acompañado de un adulto.
- Ejercitá al niño o niña extendiendo suavemente sus brazos y piernas.
- Cantale o ponele música suave.
- No utilices la TV como compañía de tu hijo o hija.
- Leele o contale un cuento sosteniéndole en tus brazos.

Además de lo anterior:

- Dale objetos no peligrosos y enseñale los nombres, color y temperatura.
- Limpiale los dientes desde que salen, con el cepillo dental o gasita húmeda.
- Ponele boca arriba y levántale hasta quedar sentado.

9 MESES

- Juega a taparse y descubrirse (koreko - guá).
- Transfiere objetos de una mano a otra.
- Duplica las sílabas.
- Se sienta sin apoyo.
- Gatea.



12 MESES

- Imita gestos (Ej.: Aplaudir)
- Utiliza el dedo pulgar y el índice como pinza.
- Repite palabras.
- Camina con apoyo.



15 MESES

- Realiza gestos a pedido.
- Coloca cubos en un recipiente.
- Dice 1 palabra.
- Camina sin apoyo.



18 MESES

- Identifica dos objetos.
- Garabatea espontáneamente.
- Dice 3 palabras.
- Camina para atrás.
- Usa cuchara y tenedor.
- Construye torre con 2 cubos.



24 MESES

- Se saca la ropa.
- Construye torre con 3 cubos.
- Señala 2 figuras.
- Patea una pelota.
- Señala partes de su cuerpo.



Además de lo anterior:

- Dale los alimentos con taza y cuchara en la mesa familiar.
- Hablale mucho con palabras sencillas y bien pronunciadas para ayudarle a desarrollar bien su lenguaje.
- Permitile gatear sin descuidarte de él o ella.
- Ayudale a ponerse de pie y caminar, no uses andador, es peligroso.
- Jugué con él o ella devolviéndole los juguetes que tira.

Además de lo anterior:

- Dale una pelota y jugué con él o ella.
- Permitile descubrir su entorno pero sin dejarle solo o sola.
- Mostrale figuras y decile sus nombres.

Además de lo anterior:

- Ayudale a dar pasos solito o solita.
- Enseñale partes del cuerpo, ropas y colores.
- Acompañale con cariño y paciencia en el momento en que realiza sus necesidades fisiológicas.
- Permitile jugar con libros, revistas y juguetes adecuados a su edad (sonajeros, carritos, pelota, etc.)

Además de lo anterior:

- Permitile jugar con agua y arena sin dejarle solo o sola.
- Aplaudí su habilidad de comer solo o sola.
- Leele cuentos y comentá con el o ella.
- Permitile ayudar a vestirse y desvestirse.

Además de lo anterior:

- Permitile que ayude en las tareas de la casa.
- Escuchale cuando te cuenta historias, cuentos.
- Estimulá su imaginación.
- Pedile que haga tiritas o pelotitas de papel.

3 AÑOS

- Se para solo en un pie.
- Copia y/o traza un círculo.
- Contesta 2 o más preguntas.
- Forma oraciones con 3 o 4 palabras, construyendo frases, usa verbos.
- Controla esfínteres de día.
- Viste una ropa.



4 AÑOS

- Salta en un pie.
- Baja escaleras alternando ambos pies.
- Utiliza botones y cierres.
- Sigue 3 ó 4 órdenes consecutivas.
- Copia una cruz.
- Se cepilla los dientes solo/a.



5 A 9 AÑOS

- Es capaz de recortar y colorear áreas limitadas de las figuras.
- Juega en equipo, distribuye su tiempo.
- Comprende las reglas de los juegos.
- Necesita privacidad para vestirse y bañarse.
- Monta bicicleta sin caerse.



Además de lo anterior:

- Enseñale a cruzar la calle. Dale ejemplo de respetar las reglas de tránsito y tomale de la mano siempre para cruzar la calle.
- Enseñale a cantar y a repetir canciones de juegos.
- Escuchale atentamente y respóndele en forma sencilla y con la verdad.
- Enseñale a doblar hojas de papel en forma diagonal o varias veces seguidas para hacer un abanico.
- Muéstrale como pasar y atar los cordones.
- Ayúdale a hacer juguetes de materiales reciclables. Ej.: muebles, casitas de cartón o cartulina, pandorga, etc.
- Enseñale el peligro de subir a los árboles y techos.

Además de lo anterior:

- Ayúdale dándole ejemplos de justicia, solidaridad, respeto, disciplina y honestidad.
- Ayúdale a adquirir hábitos higiénicos: baño diario, cepillado de dientes, ejercicios físicos, alimentación adecuada y a cuidar el medio ambiente.
- Dale confianza para que denuncie si alguien intenta manosearle o es maltratado o maltratada.
- Anímale a realizar tareas de la casa de acuerdo a su capacidad, independientemente de sexo. Ej.: arreglar la cama, la mesa, ordenar sus juguetes y los cuadernos.

CUIDÁ LOS DIENTES DE TUS HIJOS O HIJAS

- La leche materna contiene todos los nutrientes para tener huesos y dientes sanos.
- El cuidado bucal del niño y niña se inicia antes de la aparición de los dientes. A los 6 meses aparecen los primeros dientes, a los 2 años se completa la dentición temporaria o “dientes de leche” y a los 6 años aparecen los primeros molares permanentes, detrás de los de leche sin que se caigan ninguno de ellos. Es el momento de llevar a tu niño/a al servicio odontológico para que le realicen el sellado de fosas y fisuras, para prevenir la aparición de caries.
- Desde el primer momento límpiale la boca con el dedo índice envuelto en una gasa humedecida con agua. Cuando aparezca el primer diente, utilizá un cepillo dental pequeño y blando.
- De acuerdo a su edad dale alimentos nutritivos como: carne, pescado, leche, verduras, frutas, huevos.
- Se recomienda evitar el consumo de galletitas, caramelos, bebidas azucaradas.
- Ayudale a realizar una buena higiene bucal, inmediatamente después de comer. Insistile en el último cepillado nocturno y luego de consumir alimentos azucarados.



- La utilización del Flúor de acuerdo a la indicación de tu odontólogo es importante para el cuidado de los dientes, pues fortalece el esmalte dental y evita la formación de caries.
- El uso de chupete y biberón favorece la formación de caries y deformidades en los huesos que contienen los dientes.

CEPILLALE CORRECTAMENTE LOS DIENTES, SIGUIENDO ESTOS PASOS



Los dientes de arriba se cepillan hacia abajo o en círculos.



Los dientes de abajo se cepillan hacia arriba o en círculos.



Las muelas se limpian con un movimiento circular.



No olvides cepillar la lengua, con un suave movimiento de barrido de adentro hacia fuera (de atrás hacia adelante).



La limpieza bucal se completa con el uso del hilo dental, así ayudará a limpiar las caras proximales (de los costados), entre los dientes. Insistile en el uso correcto para prevenir lesiones de caries y de las encías.

Un niño y niña educado estará motivado hacia la prevención, el cuidado de su higiene bucal y su aseo personal.

LLEVALE A LA CONSULTA ODONTOLÓGICA

- Cuando van apareciendo los dientes y luego cada 6 meses.
- Para que le sellen los surcos y fisuras de los primeros molares permanentes, luego los premolares y segundos molares permanentes, y le realicen las fluorizaciones desde los 6 años en adelante.

RECORDÁ: que además debés llevarle de inmediato cuando:

- Se golpean, se fracturan o caen los dientes.
- Presentan cambios de color, caries o inflamación de las encías.

CÓMO PREVENIR LESIONES Y ACCIDENTES

El niño o niña a medida que va creciendo se moviliza de un lugar a otro, lo que hace que esté en peligro constante.

Seguí estos consejos:

Niño o niña de 0 a 6 meses

No le dejes solo o sola, ni al cuidado de otro menor.

Mantené altas las varillas de la cuna.

Mantené fuera de su alcance todo objeto pequeño, cortante, con puntas o filoso, caliente.

No uses sábanas sueltas, ni almohadas, ni colchones con forro plástico.

Si viajas en automóvil (el niño o niña) debe ir en el asiento trasero en brazos de la madre o de ser posible en asientos especiales para él o ella.

La temperatura del agua cuando le bañás debe ser templada (ni caliente ni fría).

Si le ponés en la hamaca (kyha), no le dejes solo o sola. La hamaca debe estar colocada a poca altura del suelo y bien asegurada.

Niño o niña de 7 a 11 meses

Además de lo anterior

Recordá que el niño o niña no debe ir a la cocina.

Mantené fuera de su alcance cacerolas, braseros, calentadores, estufas, fósforos, encendedores u otros utensilios calientes.

Guardá los medicamentos en un armario con llave.

Mantené fuera de su alcance venenos, insecticidas, detergentes, bebidas alcohólicas.

No pongas venenos ni productos tóxicos en botellas de gaseosas.

Mantené en buena forma las instalaciones eléctricas.

Protegé los enchufes.

Mantené tapados los pozos, tanques de agua, piscina, etc.

Dale alimentos en forma de puré o cortados en pequeños trocitos para evitar el atragantamiento, no le des caramelos, chicles, etc.

Evitá el uso de andador.

Niño o niña de 1 año

Además de lo anterior

Colocá rejas o un seguro en las ventanas.

Enseñale a no tocar enchufes y electrodomésticos en general ni a introducir objetos puntiagudos en la boca.

No le dejes solo o sola cerca de arroyos, lagunas, piscinas, latonas y baldes con agua.

Niño o niña de 2 a 3 años

Además de lo anterior

Enseñale el peligro de acercarse al fuego, salir a la calle, cruzar la ruta.

Cuidá que no se atragante con trozos de alimentos, caramelos, etc.

Guardá las armas de fuego descargadas, en un lugar seguro, lejos de su alcance.

Niño o niña de 4 a 5 años

Además de lo anterior

Cuidale de los animales domésticos como gatos, perros y otros. Las mascotas deben ser vacunadas.

Recordá bajar del transporte primero para luego ayudar a bajar a tu hijo o hija.

Enseñale que no debe permitir que ninguna persona, aunque sean familiares, intente acariciarle sus partes íntimas y que cuente si alguien intenta hacerlo.

Niño o niña de 6 a 9 años

La disciplina, orientación, las normas y pautas de comportamiento impartidas desde la familia son esenciales para el desenvolvimiento de tu hijo o hija.

Por seguridad, es aconsejable acompañarles durante esta etapa.

Las bicicletas deben ser del tamaño adecuado y usar siempre el casco. Si la bicicleta es utilizada por la noche debe estar equipada con luces y espejos.

Enseñale a conocer las reglas de tránsito, a ser prudente y atento. Preferentemente no tengas armas de fuego, escondelas y nunca las guardes cargadas.

No permitas que juegue en excavaciones.

Enseñale a nadar y flotar. Las piletas deben estar protegidas según recomendaciones correspondientes.

Enseñale a jugar teniendo cuidado de no lastimarse la boca ni los dientes.

ATENCIÓN A LAS ENFERMEDADES MÁS COMUNES EN LA INFANCIA

LLEVALE INMEDIATAMENTE A TU NIÑO O NIÑA A UN SERVICIO DE SALUD SI PRESENTA SEÑALES DE PELIGRO

- No toma nada, no puede mamar.
- Vomita todo lo que toma.
- Tiene convulsiones o ataques.
- No despierta o es difícil de despertar.
- Está muy desnutrido.
- Su piel se pone azulada o muy pálida o amarilla.
- El ombligo sangra o tiene secreción amarilla o tiene olor desagradable o la piel que lo rodea está enrojecida o hinchada o no cae.
- Tiene secreción en sus ojos.
- O te parece que tu niño/a “no se ve bien”.


Recordá que además debés llevarle de inmediato en los siguientes casos:

<i>Si tiene tos o presenta dificultad para respirar:</i>	Respiración rápida (juku'a). Quejido (pyahe). La piel se hunde bajo las costillas (py'aho), tiraje. Ruidos raros al respirar.
<i>Si tiene diarrea o presenta:</i>	Los ojos hundidos. Al pellizcarle la piel vuelve lentamente a su lugar. Sangre en las heces. Heces líquidas y abundantes.
<i>Si está enfermo/a:</i>	Tiene fiebre. Empeora y no mejora.


LLEVALE A LA CONSULTA SI PRESENTA PROBLEMAS EN SU DESARROLLO

- No logra una o más habilidades adquiridas para la edad.
- No te mira a los ojos o no sonríe entre los 2 y 3 meses.
- No logra sostener la cabeza a los 4 meses.
- No puede agarrar objetos a partir de los 4 meses.
- No logra emitir vocales o sonidos guturales a los 6 meses.
- No se sienta sólo a los 9 meses.
- No camina con apoyo a los 12 meses.
- No avisa para orinar a los 3 años.
- No puede relacionarse: inhibición, timidez, pasividad, agresividad e impulsividad en exceso, ausencia del juego, miedo persistente.
- No logra el rendimiento escolar esperado para su edad.


CLAP-OPS/OMS HISTORIA CLINICA DEL NIÑO O NIÑA - BASE										ESTABLECIMIENTO										H.C. Nº									
APELLIDO Y NOMBRE - NIÑA/NIÑO _____ C.I. _____ MADRE _____ C.I. _____ PADRE _____ C.I. _____ DOMICILIO _____ URBANO <input type="checkbox"/> RURAL <input type="checkbox"/> domicilio <input type="checkbox"/> LOCALIDAD _____ REG. SANITARIA _____ TEL.: _____ mensaje <input type="checkbox"/> SEXO f <input type="checkbox"/> m <input type="checkbox"/>																													
ANTECEDENTES PERINATALES CARNÉ PERINATAL presentado: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> PATOLOGÍA EMB., PARTO Y PUERP.: No <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> EDAD GESTAC. AL NACER: menor 37 <input type="checkbox"/> sem. mayor 41 <input type="checkbox"/> LUGAR DEL PARTO: DOMICILIO <input type="checkbox"/> INSTITUCIONAL <input type="checkbox"/> Cód. _____ LONGITUD: _____ cm PESO AL NACER: _____ g PER. CEF.: _____ cm APGAR minuto 1º: _____ 5º: _____ ASFIXIA: No <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> REANIMACION: No <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/>										PATOLOGÍAS RN: No <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> EGRESO RN: sano <input type="checkbox"/> con patología <input type="checkbox"/> TEST DEL PIECITO: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>										FECHA DE NACIMIENTO día: _____ mes: _____ año: _____ N° H.C. PERINATAL: _____									
FAMILIA MADRE EDAD años: _____ años aprobados: _____ ALFABETA: sí <input type="checkbox"/> no <input type="checkbox"/> menos de 6 años <input type="checkbox"/> ESTUDIOS años aprobados: _____ años aprobados: _____ SITUACIÓN DE LA PAREJA: estable <input type="checkbox"/> sin pareja <input type="checkbox"/> otra <input type="checkbox"/> ESTADO CIVIL: casada <input type="checkbox"/> soltera <input type="checkbox"/> otro <input type="checkbox"/> HORAS FUERA DE CASA: horas por día: _____ en esas horas el cuidado del niño es: Familiar: Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> adecuado <input type="checkbox"/> inadecuado <input type="checkbox"/>										PADRE EDAD años: _____ años aprobados: _____ ALFABETO: sí <input type="checkbox"/> no <input type="checkbox"/> menos de 6 años <input type="checkbox"/> OCUPACION: _____ SI ES REMUNERADO: FLO <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>										VIVIENDA INTEGRANTES DEL HOGAR: madre <input type="checkbox"/> padre <input type="checkbox"/> hermanos <input type="checkbox"/> otros <input type="checkbox"/> HERMANOS: vivos <input type="checkbox"/> muertos <input type="checkbox"/> En el hogar: conectado a la red <input type="checkbox"/> no conectado a la red <input type="checkbox"/> fuera del hogar <input type="checkbox"/> AGUA-EXCRETAS: <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> COMPARTIR LA CAMA: no <input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/>									
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS ninguno <input type="checkbox"/> hereditarios <input type="checkbox"/> adquiridos <input type="checkbox"/>										LACTANCIA Duración en meses: _____ exclusiva <input type="checkbox"/> no <input type="checkbox"/>										ANTECEDENTES PATOLÓGICOS ninguno <input type="checkbox"/> hereditarios <input type="checkbox"/> adquiridos <input type="checkbox"/>									
OBSERVACIONES 																													

 Este color significa ALERTA

FECHA		EDAD días meses (m) años (a)	PESO kg. Entre -1 y -2 DE -2 y -3 DE	TALLA cm	PER.CR. <P 10 >P 90	DESARROLLO Probable o Posible atraso en el desarrollo	EXAMEN			ALIMENTACION			VACU- NAS al día	PATOLOGIAS Y PROBLEMAS Códigos	REFE- RIDO		
día	mes						año	FISICO	SENSORIAL	BUCAL	Pecho exclusivo	Vit./Hierro				Adecuada a Edad	no
						no	si	si	no	si	no	si	no	no	si	no	si
Responsable																	
Fecha próxima visita																	
						no	si	si	no	si	no	si	no	no	si	no	si
Responsable																	
Fecha próxima visita																	
						no	si	si	no	si	no	si	no	no	si	no	si
Responsable																	
Fecha próxima visita																	
						no	si	si	no	si	no	si	no	no	si	no	si
Responsable																	
Fecha próxima visita																	
						no	si	si	no	si	no	si	no	no	si	no	si
Responsable																	
Fecha próxima visita																	
						no	si	si	no	si	no	si	no	no	si	no	si
Responsable																	
Fecha próxima visita																	
						no	si	si	no	si	no	si	no	no	si	no	si
Responsable																	
Fecha próxima visita																	

 Este color significa **ALERTA**

FECHA		EDAD	PESO Kg.	TALLA cm.	PER. CR.	DESARROLLO	EXAMEN		ALIMENTACION			VACU-	PATOLOGIAS Y		REFE-		
día	mes	año	Entre -1 y -2 DE -2 y -3 DE		<P 10 >P 90	Probable o Posible atraso en el desarroll	FISICO	SENSORIAL	BUCAL	Pecho exclusivo	Vit./Hierro	Adecuada a Edad	NAS	Códigos	PROBLEMAS	RIDO	
							si no	si no	si no	si no	si no	si no	si no	no si			
															Responsable		
															Fecha próxima visita		
															Responsable		
															Fecha próxima visita		
															Responsable		
															Fecha próxima visita		
															Responsable		
															Fecha próxima visita		
															Responsable		
															Fecha próxima visita		
															Responsable		
															Fecha próxima visita		
															Responsable		
															Fecha próxima visita		

 Este color significa **ALERTA**

LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS TENEMOS DERECHO



a la igualdad sin distinción de raza, credo o color.



a un nombre y apellido y a una nacionalidad.



a educación y cuidados especiales para niños y niñas con capacidades diferentes.



a una educación gratuita y a disfrutar de los juegos.



a recibir protección contra el abandono y la explotación en el trabajo.



a una protección especial para nuestro pleno desarrollo físico, mental y social.



a una alimentación, vivienda y atención médica adecuada.



a comprensión y amor por parte de nuestra familia y la sociedad.



a recibir ayuda en primer lugar en casos de desastres.

RECORDÁ: Todos debemos ayudar a nuestros niños y niñas a conocer sus derechos y que sean cumplidos, como también enseñarles a tener pequeñas responsabilidades de acuerdo a su edad, que le permitan adquirir las capacidades necesarias en las diferentes etapas de la vida.



a formarse en un espíritu de solidaridad, amistad, comprensión y justicia entre los pueblos.