



**CURSO DE CUIDADORES DE PRIMERA INFANCIA
SEGUNDA COHORTE MAYO – DICIEMBRE DEL 2011**

MODULO No 8: CUIDADO DE LA SALUD.

PROGRAMAS: 25 a 27

LO QUE NUNCA PODEMOS OLVIDAR

- Una vacuna es una suspensión de microorganismos vivos pero atenuados o muertos o una toxina de ellos pero también atenuada. Su objetivo es que el cuerpo desarrolle defensas que lo protegerán contra la enfermedad cuando ocurra la exposición.
- No aplicar una vacuna es dejar al niño desprotegido frente a la enfermedad para la cual la vacuna brinda protección, por ejemplo no aplicar la vacuna de la poliomielitis, es dejar al niño susceptible a contagiarse de esta enfermedad lo cual puede dejarlo con parálisis en una o ambas piernas o en sus brazos.
- Puede vacunarse sin ningún riesgo a un niño con una enfermedad de menor importancia pues esto no afecta la eficacia de la vacuna. No son causas para dejar de aplicar una vacuna: gripa, diarrea o cualquier otra enfermedad leve, incluso si hay algo de fiebre.
- El resfriado común o gripa es producido por un virus, del cual se han descrito más de 200 tipos diferentes. Todos los tipos producen compromiso de las vías respiratorias superiores, por lo cual, el niño presenta mocos, obstrucción nasal, estornudos, dolor de garganta y fiebre, acompañado o no de tos.

- Durante los 3 primeros años de vida, los niños presentan entre 3 a 10 episodios de gripas al año, la mayoría de estas no son graves y duran entre 2 a 5 días
- Decimos que hay diarrea cuando se presentan deposiciones frecuentes, blandas o líquidas y que a menudo se acompañan también de vomito. Se presenta generalmente debido a virus, bacterias, parásitos o también a toxinas que pueden estar en los alimentos. También puede ser la señal de que algún alimento no le cayó bien a tu bebe.
- Los niños menores de 3 años de los países en desarrollo presentan en promedio 3 episodios diarreicos por año
- Las diarreas por lo general son auto limitadas duran de tres a cinco días.
- El suero NO detiene la diarrea, su función es mantener hidratado al niño mientras la diarrea cede.
- No debe darse ningún jarabe ni remedio que no sea formulado por el médico. La mayoría de estos jarabes no ayudan al niño a mejorarse y pueden incluso ser peligrosos.
- Cuando un niño enferma es fundamental que los cuidadores reconozcan los signos de peligro y busquen ayuda oportuna (ver anexos sobre signos de peligro de las gripa y diarreas).

LO QUE SIEMPRE DEBERIAMOS HACER

- Colocar todas las vacunas de acuerdo al carnet de vacunación, es una de las mejores acciones para ayudar a que crezcan sanos y libres de enfermedades. (para consultar las actualización pueden ingresar a la página del Ministerio de Protección social <http://www.minproteccionsocial.gov.co>).
- Para disminuir los efectos secundarios, se debe dar acetaminofén (dolex, tempra) en gotas para los más pequeños (3 gotas por kilo) y en jarabe para los mayores (la mitad del peso en centímetros, por ejemplo si pesa 10 kilos, dar 5 centímetros). Se debe comenzar UNA HORA ANTES DE LA VACUNA Y LUEGO CADA 6 HORAS POR UNO O DOS DIAS. Es importante durante

estos días cargar y mimar mucho al bebe pues es normal que se encuentre molesto o irritable (lloroncito).

- La mayoría de los niños con gripa pueden ser cuidados en su hogar, guardando reposo, continuando su alimentación, tratando su fiebre, dándole bebidas dulces para suavizar la garganta y aliviar la tos y aseo de la nariz.
- Si un niño con gripa presenta los signos de alarma es necesario consultar de inmediato al servicio de salud. También debe consultarse por consulta externa si un niño no mejora en 5 días o persiste tosiendo por más de dos semanas, pues puede tener tuberculosis, asma, tos ferina, sinusitis u otro problema (ver anexo para señales de peligro de gripa).
- Cuando un niño esta con diarrea los cuidadores deben evitar que se deshidrate, evitar que se desnutra y saber cuándo consultar.
- Para evitar que se deshidrate deben ofrecer el suero oral y más líquidos (ver anexo para preparación del suero).
- Para evitar que se desnutra es fundamental no suspender la alimentación durante la diarrea, pues aunque por lo general el niño se encuentra inapetente es necesario insistirle en porciones pequeñas y frecuentes. Debe continuarse la leche materna o la que usa normalmente, sin diluirla. También las sopas que contengan carne o pollo son muy recomendables. Si no obstante el niño no recibe nada es necesario cuando termine la diarrea ofrecerle al niño una comida adicional al día, durante una semana aproximadamente para que no haya atraso en el crecimiento
- No deben utilizarse bebidas gaseosas, azucaradas o líquidos para deportistas pues pueden agravar la diarrea.
- Es necesario cambiar su pañal apenas haga deposición y utilizar una crema protectora para evitar que se irrite su colita.
- Para prevenir las diarreas los cuidadores deben promover la leche materna, aplicar a los niños las vacunas completas, tener una buena higiene en la preparación de los alimentos, no comer carnes, huevos ni otros alimentos crudos o mal cocidos, proteger los alimentos de los moscos, lavarse las manos y utilizar agua potable (ver anexo para preparación agua potable).

- Es fundamental que los cuidadores se laven las manos antes de preparar los alimentos, después de ir al baño, de cambiar el pañal del niño, cuando regresen de la calle.
- Es fundamental consultar si el niño o la niña que tienen diarrea o gripa presentan señales de peligro (ver anexo).

ANEXO 1

SIGNOS DE PELIGRO INFECCION RESPIRATORIA AGUDA

Los siguientes son los signos de alarma que indican que la mamá debe consultar o regresar al Servicio de Urgencias:

- SI TIENE MENOS DE 2 MESES
- RESPIRACIÓN RÁPIDA (más de 40 por minuto en mayores de 2 meses o más de 50 en menores).
- DIFICULTAD PARA RESPIRAR (silbido, respiración ruidosa, tiraje, “se le forran las costillas”)
- NO PUEDE BEBER NI TOMAR EL PECHO
- VOMITA TODO
- EMPEORA O NO SE VE BIEN
- ESTA IRRITABLE (“muy llorón”, “no se calma con nada”) O AL CONTRARIO SOMNOLIENTO E INACTIVO
- FIEBRE QUE NO CEDE O CONTINUA POR MAS DE DOS DIAS
- PRESENTA DOLOR DE OIDO O GARGANTA O ERUPCION O GRANOS EN LA PIEL
- ORINA POCO O NO ORINA

También debe acudir a una consulta con su médico por consulta externa si:

- No mejora en 5 días, AUNQUE NO SE PRESENTEN SIGNOS DE ALARMA
- Lleva más de 3 SEMANAS con tos (puede tratarse de una enfermedad crónica).

ANEXO 2: ATENCIÓN DE LA DIARREA.

SIGNOS DE PELIGRO DIARREA

- Sangre en la materia fecal
- Deposiciones líquidas y abundantes en 24 horas más de 10 en 24 horas.
- Vomito abundante (más de 4 en 1 hora)
- Fiebre alta o aparece fiebre (otra enfermedad?)
- Que el niño no pueda comer ni beber ni tomar el pecho o este somnoliento.
- Señales de deshidratación: sed intensa, ojos hundidos, llanto sin lágrimas.
- Empeora y no se ve bien
- Lleva más de 3 días enfermos y no mejora.

AGUA SEGURA

- Agua hervida o
- Clorada: 2 gotas de hipoclorito de sodio (“límpido” o “lejía”) por cada litro, dejarla reposar media hora antes de consumirla.

SUERO ORAL

- 1 sobre de sales de rehidratación oral (suero en sobres) en 1 litro de agua
- 1 botella de suero oral ya preparado de los que se consiguen en el comercio (Pedyalite).
- 8 cucharaditas rasas de azúcar y una cucharadita rasa sal en un litro de agua hervida.

AUTOEVALUACION No. 8

NOMBRE: _____

Esta es una oportunidad de mostrar algo de lo que usted ha aprendido en el programa de la Hora Fantástica, por favor responda este formato con sus propias palabras y recuerde que puedes escuchar los programas **25 a 27** nuevamente, en caso de que tenga dudas o inquietudes o puede también comentarlas con la profesora de la FAN.

Cómo actúan las vacunas y cuál es el peligro de no colocarlas?

Que cuidados deben darse en casa a un niño con gripa y tos?

Cuáles son las señales de alarma de un niño con gripa, que le indican a la mamá o al cuidador, que debe acudir o regresar a urgencias:

Qué líquidos son adecuados para darle a un niño con diarrea?

Como se prepara el suero casero en caso de no contar con los sobres para prepararlo?

Cuáles son las señales que alertan a un cuidador para acudir o regresar a Urgencias si el niño tiene diarrea?

Señale F, si considera que la afirmación es falsa o "V" si considera que es verdadera con respecto a lo aprendido en este modulo

Para evitar que los niños sufran, lo mejor es colocarles solo las primeras dosis de las vacunas y no los refuerzos.	
La mayoría de las enfermedades leves como gripas y diarreas NO son causa para aplazar las vacunas.	
Las mujeres embarazadas deben colocarse nuevamente TODAS las vacunas para así proteger a su bebe	
Lo mejor cuando un niño comienza con gripa es darle antibióticos para que no le coja ventaja.	
Cuando el médico le receta antibióticos a los niños, es mejor no darlos completos, porque acaban con las defensas	
Si un niño tiene gripa lo más importante es comprarle un remedio para la tos de los que venden en cualquier farmacia	
Los mejores remedios para suavizar la garganta y aliviar la tos son aquellos que contienen dulce como las mezclas con miel o panela, con leche, jugo de limón o de naranja	
No es normal que un niño de 6 meses con gripa tenga una respiración rápida (más de 40 respiraciones por minuto) y esto es motivo para consultar por urgencias.	
No es normal que un niño lleve tosiendo más de 2 o 3 semanas y se debe asistir a consulta con el pediatra.	
Es mejor no usar los inhaladores por que los niños se pueden volver dependientes	
Las bebidas para deportistas como el gatorade o la Coca-Cola son muy buenas para los niños con diarrea	
El suero detiene la diarrea	
El suero oral sirve para mantener hidratado al niño mientras la diarrea mejora.	