



DECÁLOGO DE LA SALUD INFANTIL



Atencion desde el embarazo: Asegurar el acceso a servicios de salud y alimentación para madres embarazadas y lactantes.



Salud preventiva: Se enfoca en proteger su bienestar a través de revisiones regulares, vacunas, y medidas para prevenir enfermedades y accidentes.



Vacunas: Se administran en diferentes etapas del desarrollo, a partir del nacimiento, para asegurar que su sistema inmunológico se fortalezca y pueda combatir enfermedades específicas.





DECÁLOGO DE LA SALUD INFANTIL



Acompañar su desarrollo: Implica crear un entorno estimulante y seguro que promueva el crecimiento y el aprendizaje, mientras se respeta su autonomía. Esto se puede lograr a través de la interacción constante, la estimulación sensorial, la lectura, el juego y la promoción de la autonomía.



Descanso y sueño: Los recién nacidos necesitan dormir entre 14 y 17 horas al día. Es importante establecer una rutina tranquila y segura para la hora de dormir, que ayude al bebé a relajarse y a sentirse seguro.



Alimentación saludable: Se enfoca en la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses; después, se introduce una alimentación complementaria adecuada y se mantiene la lactancia hasta los 2 años de edad.





DECÁLOGO DE LA SALUD INFANTIL

7

Salud dental: Después de cada comida, se debe prevenir la acumulación de bacterias. Una vez que los dientes de leche aparezcan, hay que comenzar a cepillarlos suavemente con un cepillo de dientes blando y agua.

8

Cuerpo y movimiento: Los bebés realizan movimientos espontáneos que les permiten explorar su cuerpo y el entorno, desarrollando habilidades motoras y cognitivas.

9

Salud emocional: Capacidad para experimentar, expresar y regular emociones de forma saludable, así como para formar lazos afectivos seguros con sus cuidadores.

10

Hogar seguro: Toma medidas para garantizar la seguridad de tu bebé en el hogar, como instalar barandillas en las escaleras y resguardar medicamentos y productos químicos.

