

Nº 8 EDUCANDO A LOS MÁS CHICOS

Cuadernos para familias

El cuidado de la salud



Ministerio de
Educación
Presidencia de la Nación

Títulos de la Colección



1

Las familias



2

Los primeros años



3

El primer año de vida



4

Los niños y las niñas aprenden desde que nacen



5

¿Cómo soy?
¿Qué soy capaz de hacer?



6

Alimentarse es más que comer



7

El momento de la comida



8

El cuidado de la salud



9

Abrir la puerta para ir a jugar



10

Divertirse y aprender



11

Conversando nos entendemos



12

Desarrollo del lenguaje

Presidenta de la Nación

DRA. CRISTINA FERNÁNDEZ DE KIRCHNER

Jefe de Gabinete de Ministros

DR. JUAN MANUEL ABAL MEDINA

Ministro de Educación

PROF. ALBERTO E. SILEONI

Secretario de Educación

LIC. JAIME PERCZYK

Jefe de Gabinete

A.S. PABLO URQUIZA

Subsecretario de Equidad y Calidad Educativa

LIC. EDUARDO ARAGUNDI

Director Nacional de Políticas Socioeducativas

LIC. ALEJANDRO GARAY

Programa Nacional de Desarrollo Infantil

Coordinación General

Lic. Nancy Mateos

Elaboración de la Colección "Educando a los más chicos"

Marisa Canosa

Ana María Malajovich

Nancy Mateos

Clarisa Label

Redacción de contenidos: Lea Waldman

Corrección: Margarita Holzwarth

Ilustraciones: Daniela Kantor

Diseño de portada e interiores: Coralia Vignau

Equipo Técnico del Programa de Desarrollo Infantil

Prof. Cecilia Maneiro

Lic. Graciela Nejamkis

Lic. María Eugenia Waldhuter

Lic. Stella Pinasco

Lic. Elisa Castro

Revisión temática a cargo del personal técnico
de los Ministerios de Desarrollo Social y Salud de la Nación

Correcciones de la presente reimpresión

Equipo de producción Gráfica - Editorial DNPS

Coordinación: Laura Gonzalez

Carga de correcciones y reordenamiento de archivos:

Verónica Gonzalez - Nicolás Del Colle

Lectura: Laura Arce

Ministerio de Educación de la Nación
Educando a los más chicos : cuadernos para familias. - 1a ed. 5a reimp. - Buenos Aires :
Ministerio de Educación de la Nación, 2012.
24 p. ; 30x20 cm.

ISBN 978-950-00-0561-6

1. Guía para Padres. I. Título
CDD 649.102 42

Fecha de catalogación: 08/03/2012

Mucho más que crecer

Se aprende a ser madres y padres siéndolo en el día a día y compartiendo con otros experiencias y vivencias, alegrías, miedos y dudas. En **“Educando a los más chicos”**, ofrecemos algunas orientaciones para colaborar con el desarrollo y el bienestar de las niñas y niños en sus primeros años de vida.

La familia (cualquiera sea la forma que adopte) es el grupo humano en el cual las niñas y los niños nacen, crecen y se desarrollan.

El desarrollo es un proceso que comienza antes del nacimiento y perdura durante toda la vida, siendo muy importantes los primeros 5 años. El desarrollo significa mucho más que el crecimiento: comprende aspectos referidos a la salud, a la nutrición, a la crianza y educación de los niños y niñas.

Si bien es cierto que tener buena salud y una buena alimentación son condiciones fundamentales para poder vivir, no son suficientes para desarrollarse armónicamente. Además de la satisfacción de sus necesidades físicas, los chicos y chicas requieren que nos ocupemos de ofrecerles afecto, sostén, cuidados, palabras, juegos, miradas.

“Educando a los más chicos” presenta una serie de temas seleccionados con el propósito de acompañar y ayudar a la familia en la maravillosa tarea cotidiana de ser madres y padres.

Las sociedades, al igual que las familias y las personas cambian en sus ideas y en sus prácticas en relación con estos temas, entre ellas las cuestiones relativas a la consideración del género en la sociedad.

Es en este sentido que decidimos compartir esta breve reflexión y hacer el ejercicio de pensar que entre “los más chicos”, se encuentran tanto las niñas como los niños, así como también el vínculo con hombres y mujeres responsables de su crianza y desarrollo, y de este modo continuar pensando en todos los aspectos que hacen a la crianza.

Asimismo, los Estados, a través de políticas activas acompañan y promueven estos cambios. Desde el año 2005 a la actualidad se han concretado leyes como la Ley 26.061 de Protección Integral de los derechos de niñas, niños y adolescentes, la Ley 26.206 de Educación Nacional, la Ley 26.150 de Educación Sexual Integral, el Plan Nacional de Educación Obligatoria, la Asignación Universal por hijo, el Programa Nacional de Desarrollo Infantil, entre otros, que avanzan en la concreción de la garantía de los derechos para todas las niñas y todos los niños de nuestro país.

Es a partir de este recorrido transitado que los invitamos a volver a reflexionar sobre las cuestiones abordadas, valorizando la propia experiencia con la intención de fortalecer nuestros conocimientos y adecuar a ellos las prácticas cotidianas con nuestros hijos e hijas. Vale la pena intentarlo.

El cuidado de la salud

Cuidar la salud de las niñas y los niños desde el hogar, es realizar prácticas cotidianas que los protejan. Algunos ejemplos de esto son: ventilar los ambientes cerrados y lavarse las manos con agua y jabón antes de preparar los alimentos.

Tomar en cuenta estas recomendaciones contribuye a prevenir las enfermedades que se pueden evitar, tratar a tiempo las que se presentan y reducir la gravedad de las mismas.



Las niñas y los niños tienen derecho a la lactancia, a la vacunación, a la alimentación y al amor. Estos son factores que los protegen y los defienden de las enfermedades.



La alimentación

La leche materna es el mejor alimento y el único necesario para el bebé **hasta los 6 meses** y no lo sustituye ningún otro. Durante ese período, le brinda **todos** los elementos nutritivos que requiere. El bebé no necesita comer **nada más**.



Desde los 6 meses hasta el año se agregan, de a poco, otros alimentos: papillas de verduras, papillas de fruta, trocitos de carne o hígado, leche, quesos, yogur, huevo.



Cuando lleven a la niña o al niño a los controles de salud, pregunte qué tipo de alimentación necesita el pequeño. Después del año, pueden comer de todo y lo más aconsejable es que coman variado.

Hay que tener en cuenta que **la anemia** por falta de hierro es un problema muy común en los niños pequeños y en las mujeres embarazadas. Cuando a un niño le falta hierro puede alterarse su crecimiento y su desarrollo.

Es necesario prevenir esta falta dándole unas gotitas de hierro **desde los 6 meses** hasta el año. Las gotitas se entregan en el Centro de Salud. A veces, cuando el médico se lo indica, hay que darlas **hasta los dos años**.



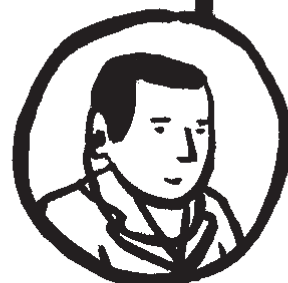
Los controles de salud

Es fundamental llevar a los chicos a los controles de salud desde el nacimiento, aunque se los note sanos. Cuanto más pequeños, más frecuentes deben ser esos controles, por los grandes cambios que ocurren en esta etapa.



Los controles se van espaciando según la edad y de acuerdo con el siguiente esquema:

Desde que nace hasta los 6 meses, un primer control entre los 7 y 10 días, y luego, un control por mes.



Desde los 6 meses hasta el año, como mínimo es necesario un control cada 2 meses.

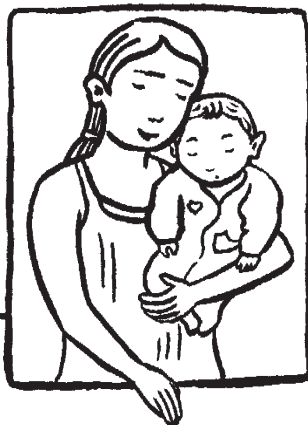
Entre 1 y 2 años, un control cada 3 meses.

Entre 2 y 3 años, un control cada 6 meses.

Desde los 3 años en adelante, un control por año.



Las vacunas



Durante los 6 primeros años de vida, las niñas y los niños deben recibir vacunas. Son importantes para prevenir enfermedades que pueden ser muy graves si las contraen de pequeños y no están protegidos, como la tuberculosis, el sarampión, la hepatitis, la poliomielitis, etc.

Un niño vacunado está más fuerte para defenderse de una enfermedad peligrosa y protegido de las complicaciones graves.



● Algunas vacunas se dan en más de una dosis y de acuerdo con la edad. Para que las niñas y los niños estén protegidos es necesario darles **todas** las dosis. Si por alguna razón no recibieron alguna de las dosis, hay que llevarlos lo más rápido posible a vacunarse.



● Es necesario ir al médico cuando el niño está con temperatura, tiene diarrea, vómitos o cualquier otra manifestación de enfermedad. De la misma manera, no duden en consultar si observan que el bebé no sonríe, no emite sonidos, está muy quieto, duerme mucho o **cualquier cosa que les llame la atención.**

El amor

Tener buena salud y estar bien alimentados son aspectos fundamentales para que los niños crezcan y se desarrollen adecuadamente. Pero esto no es suficiente. Es importante que reciban afecto por parte de los adultos cercanos y sobre todo de los padres. Los abrazos, las caricias, las sonrisas, hablar y jugar con ellos, posibilitan el crecimiento y desarrollo saludable de los niños. Son alimentos que los nutren, les permiten sentirse seguros y tener confianza en ellos mismos.

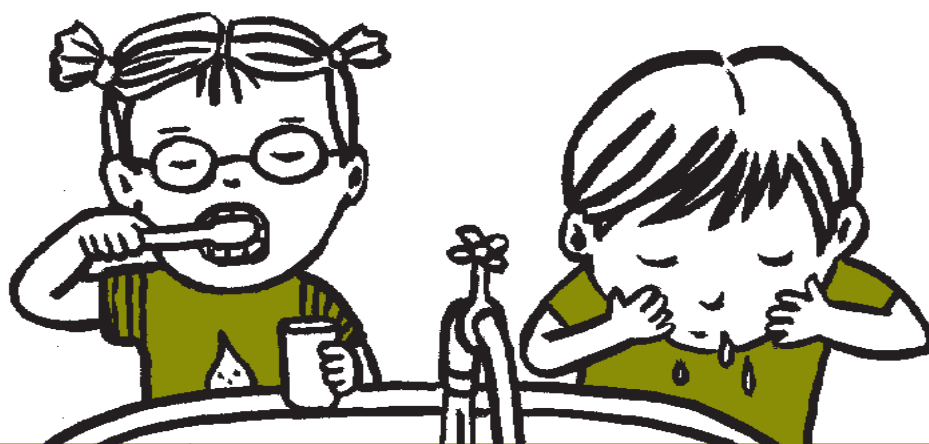
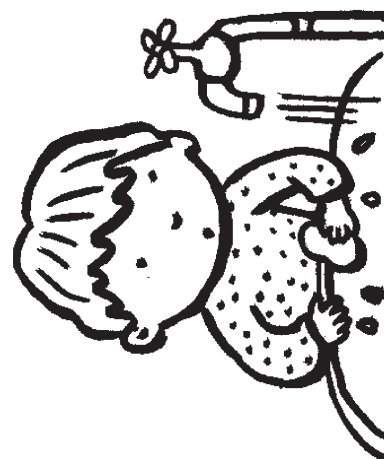
Esto permitirá que puedan jugar bien con otros niños, decir lo que piensan, ser curiosos y tener ganas de aprender.



Hablando de higiene, el ejemplo es un buen maestro...

La higiene personal, de la vivienda, de los alimentos y del barrio promueven la salud y contribuyen a prevenir las enfermedades.

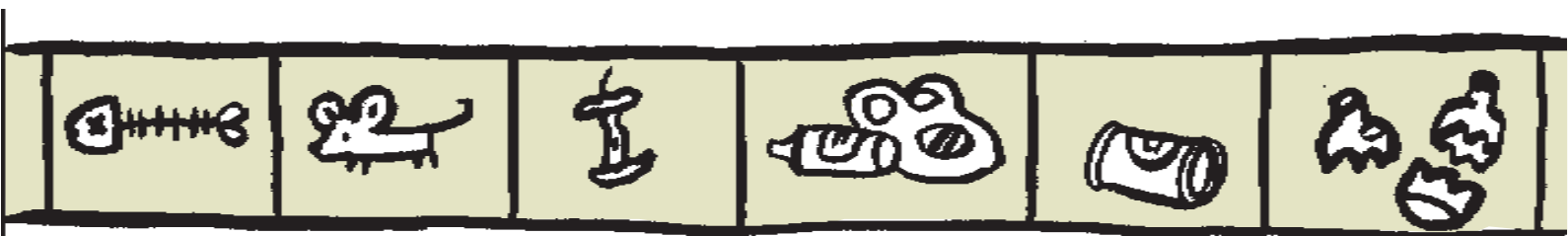
✪ Es importante el aseo personal, así como lavarse las manos varias veces al día, siempre antes de las comidas y luego de ir al baño.



✿ En la vivienda es esencial mantener la limpieza y la ventilación; pasar un paño húmedo para evitar el polvo y tapar el tacho de basura. No es bueno fumar cerca de los niños y es recomendable evitar el cigarrillo dentro del hogar.

✿ En cuanto a los alimentos, es preciso cuidar especialmente su limpieza y conservación: lavar bien las verduras, hervir el agua (o agregar dos gotitas de lavandina por litro) y cocinar bien las carnes. Además, es necesario el lavado de los platos, cubiertos y ollas.

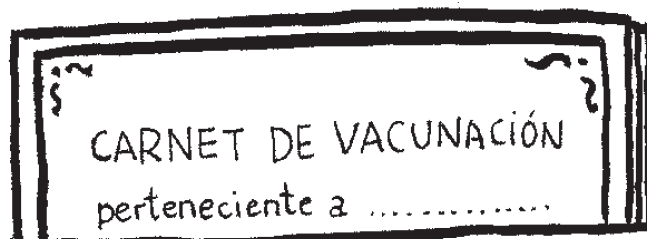




- ✪ En el barrio es importante tratar de solucionar entre todos ciertos problemas, como por ejemplo la basura, el agua contaminada, las cloacas o los pozos ciegos, los animales sueltos.

Para que los chicos incorporen hábitos de higiene, hay que ser constante e insistir para que el aseo sea una práctica diaria y natural. Como tantas otras cosas, la higiene se enseña con el ejemplo.





**Tratar de prevenir y de evitar
enfermedades es una manera muy
importante de transmitir amor.**



Títeres con medias

Estos títeres son muy simples de hacer. Prácticamente lo que se hace es “disfrazar” una media con distintos elementos. Se pueden crear diferentes personajes según los materiales con que se cuenta.

Desde los 2 años en adelante, los chicos pueden manejar solos los títeres de media. Pero ya alrededor del año y medio, disfrutan de cualquier obrita que representen los adultos.

Materiales:

- Media. Si el tamaño de la media es grande, la va a manejar fácilmente un adulto, si es pequeña, podrá hacerlo un chico.
- Pedacitos de tela, pajitas, botones, plumas, restos de lana, algodón, tapitas de gaseosas, etc.
- Aguja e hilo. Gomitas elásticas.
- Pegamento.



¡Manos a la obra!

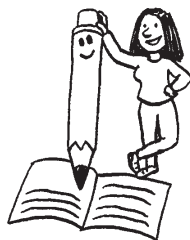
1. Introducir la mano en la media con el puño cerrado. De esa manera podrá imaginar la cara del personaje que se va a crear.
2. Luego de pensar qué se quiere hacer, se cosen o pegan los elementos con que se cuente para caracterizar al títere.
3. Si se le quieren hacer orejas, se pellizca un trozo de media a cada lado, sosteniéndola con gomitas.
4. Se puede coser una pequeña pollera, frunciendo la tela con un trocito de elástico para acomodarla en la muñeca.

¡Qué divertido queda y qué importante puede ser para el pequeño tener un títere hecho para él!



RECUERDOS DE HACE TIEMPO

¿Hay alguna anécdota o relato que les gustaría que conozcan los chicos? A ellos, los relatos sobre cosas que les sucedieron a los grandes, les interesan mucho. Por ejemplo, que les cuenten si a Uds. también los vacunaron, si tenían miedo a las vacunas o qué sentían cuando iban al consultorio del médico.



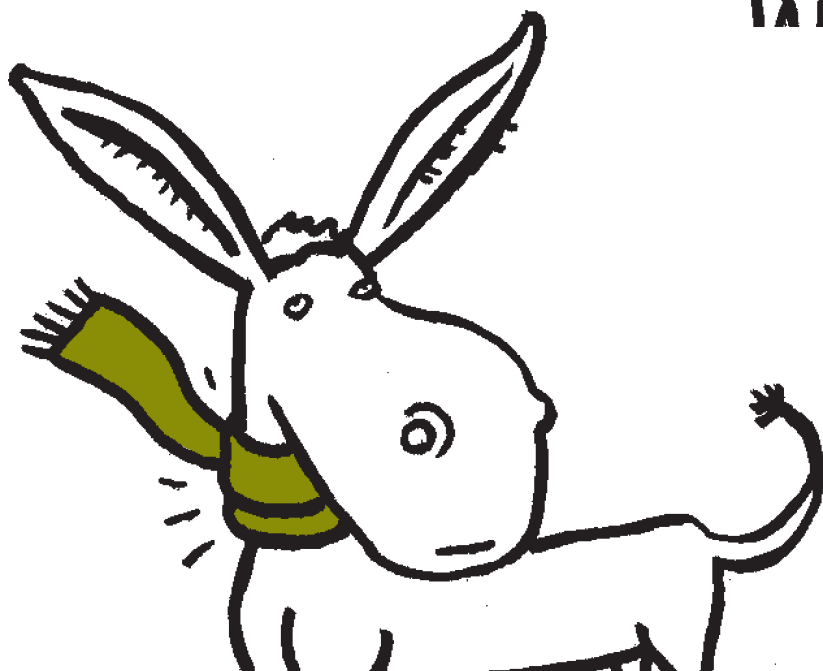
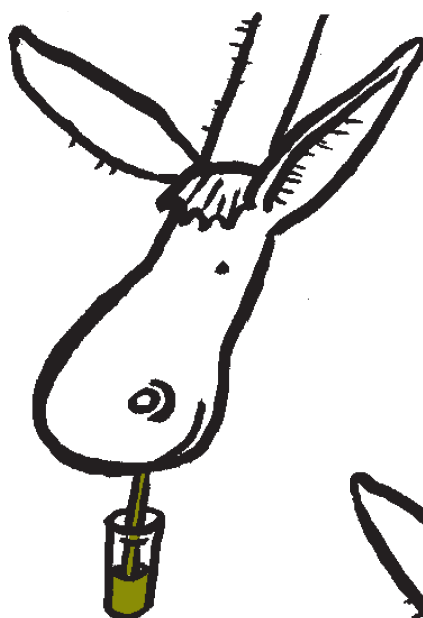
A mi burro

(Del folclore español)

A mi burro, a mi burro
Le duele la cabeza
Y el médico le ha dado
Una gorrita gruesa
Una gorrita gruesa
Mi burro enfermo está
Mi burro enfermo está

A mi burro, a mi burro
Le duele la garganta
Y el médico le manda
Una bufanda blanca
Una bufanda blanca
Mi burro enfermo está
Mi burro enfermo está

A mi burro, a mi burro
Ya no le duele nada
Y el médico le manda
Un jugo de naranja
Un jugo de naranja
Mi burro sano está
Mi burro sano está



Otra poesía

(Autor anónimo)

Entro por una puerta, tilín
salgo por un portón, tolón
veo un niño hermoso, tilín
y un perro juguetón, tolón
tilín, tolón, colita de ratón.



Se pueden inventar historias para contar

Puede ser por ejemplo, la historia entre un caballo, un reloj y una señora.

¿Cómo puede empezar el relato?

¿Dónde sucede?, ¿es un lugar conocido?, ¿viven muchas personas?, ¿qué hacen?, ¿hay árboles, hay flores?

¿Qué pasó de pronto?

¿Cómo termina la historia?

Si les gusta la idea, van a poder contar muchas historias diferentes.



Hay un dicho popular que dice

“Muchos pocos hacen mucho”.

La responsabilidad del Estado en materia de salud no se puede reemplazar. Sin embargo, tampoco se puede reemplazar lo que es capaz de hacer la familia y la comunidad para promover y fomentar el bienestar y la salud de las niñas y los niños.

Cuando vamos al centro de salud, ¿preguntamos todo lo que queremos saber acerca de nuestros hijos?

Recuerden que preguntar es un Derecho.



PARA CUALQUIER MOMENTO

Los más chiquitos se divierten...

La arañita: con las manos hacen movimientos hacia arriba y dicen

–Sube, sube, sube, alto, alto, alto y... ¡se cayó!

(Bajen la mano de golpe)



Los más grandecitos también se divierten...

¿Se acuerdan del juego del **Veó, Veó?**

–Veó, veó,

–¿Qué ves?

–Una cosa.

–¿Qué cosa?

–Maravillosa.

–¿De qué color?

Se elige el color de alguna cosa que está cerca de donde están jugando.

Se dice el color (por ejemplo rojo).

El chico tiene que adivinar qué es.



Calendario Nacional de Vacunación de la República Argentina 2012 (Actualizado a Febrero de 2012)

(Consultar al médico acerca de las vacunas que deben recibir los niños que comenzaron su vacunación según el calendario anterior)

VACUNAS	BCG (1)	Hepatitis B (HB) (2)	Neumococo Conjugada (3)	Penta- valente (DTP-HB-Hib) (4)	Cuádruple (DTP-Hib) (5)	Sabin (OPV) (6)	Triple Viral (SRP) (7)	Gripe	Hepatitis A (HA) (8)	Triple bacteriana Celular (DTP) (9)	Triple bacteriana Acelular (dTpa) (10)	Doble bacteriana (dT) (11)	VPH (12)	Doble Viral (SR) (13)	Fiebre Amarilla (FA) (14)	Fiebre Hemorrágica Argentina (FHA) (15)
EDAD																
Recién nacido	Única Dosis (A)	1ª Dosis (B)														
MESES	2		1ª Dosis	1ª Dosis		1ª Dosis										
	4		2ª Dosis	2ª Dosis		2ª Dosis										
	6			3ª Dosis		3ª Dosis										
	12		Refuerzo				1ª Dosis	Dosis Anual (E)	Única Dosis						1ª Dosis	
	18				1º Refuerzo	4ª Dosis										
AÑOS	24															
	5-6 (Ingreso escolar)									2º Refuerzo						
	11						Iniciar o completar esquema (D)				Refuerzo		3 Dosis (mujeres) (J)			
	A partir de los 15															Única Dosis
	16											Refuerzo (I)				
Embarazadas	Cada 10 años											Refuerzo			Refuerzo	
								Dosis Anual (F)				Refuerzo (K)				
								Dosis Anual (G)						Única Dosis (D)		
Puerperio																
Personal de Salud		3ª Dosis						Dosis Anual			1ª Dosis (H)					

“Calendario de Vacunación actualizado a Febrero de 2012. Para más información consultar <http://www.msal.gov.ar/index.php/component/content/article/46/184-calendario-nacional-de-vacunacion-2012>”

- (A) Antes de egresar de la maternidad.
- (B) En las primeras 12 horas de vida.
- (C) Si no hubiera recibido el esquema completo, deberá completarlo. En caso de tener que iniciarlo: aplicar 1ra dosis, 2da dosis al mes de la primera y 3ra dosis a los seis meses de la primera.
- (D) Si no hubiera recibido dos dosis de Triple Viral o una de Triple Viral más 1 dosis Doble Viral.
- (E) Deberán recibir en la primovacuna 2 dosis de vacuna separadas al menos por cuatro semanas.
- (F) En cualquier trimestre de la gestación.
- (G) Madres de niños menores a seis meses que no se vacunaron durante el embarazo.
- (H) Personal de Salud que atiende niños menores de 1 año.
- (I) Los que comenzaron el plan dTpa les corresponderá este refuerzo a los 21 años.
- (J) Aplicar 1ra dosis, 2da dosis al mes de la primera y la 3ra dosis a los seis meses de la primera.
- (K) Iniciar o completar esquema.

(1) **BCG:** Tuberculosis (formas invasivas)

(2) **HB Hepatitis B**

(3) Previene la meningitis, neumonía y sepsis por neumococo.

(4) **DPT-HB-Hib:** (Pentavalente) difteria, tétanos, Tos convulsa, Hep B, Haemophilus influenzae b.

(5) **DPT-Hib:** (Cuádruple) difteria, tétanos, Tos convulsa, Haemophilus influenzae b.

(6) **OPV:** (Sabin) Poliomielitis oral.

(7) **SRP:** (Triple viral) sarampión, rubéola, paperas.

(8) **HA:** Hepatitis A.

(9) **DTP:** (Triple bacteriana celular) difteria, tétanos, Tos convulsa.

(10) **dTpa:** (Triple bacteriana acelular) difteria, tétanos, Tos convulsa.

(11) **dT:** (Doble bacteriana) difteria, tétanos.

(12) **VPH:** virus papiloma humano.

(13) **SR:** (Doble viral) sarampión, rubéola.

(14) **FA:** (Fiebre amarilla) residentes o viajeros a zonas de riesgo.

(15) **FHA:** (Fiebre hemorrágica argentina) residentes o trabajadores con riesgo ocupacional en zonas de riesgo.

Para recordar:

Para que los chicos estén protegidos contra las enfermedades que previenen las vacunas, es necesario darles todas las dosis.

Si por cualquier razón les falta alguna dosis hay que llevarlos lo más rápido posible a vacunarse, aunque estén resfriados o con catarro.

En los Servicios de Salud y en los Hospitales, las vacunas son gratuitas.



MATERIAL DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA



Ministerio de
Educación
Presidencia de la Nación

DNPS Dirección Nacional
DE POLÍTICAS
SOCIOEDUCATIVAS

PROGRAMA NACIONAL
DE DESARROLLO INFANTIL