

Voces Saludables

Mayo a Agosto 2024



1 ¿Qué es la atención humanizada durante el parto?

3 ¿Sabes qué es EDA?

5 Todo lo que debes saber sobre IRA

10 ¡En la FUCS financiamos tu matrícula!



- 3 ¿Sabes qué es EDA?
- 5 Todo lo que debes saber sobre IRA
- 7 ¿Qué es la atención humanizada durante el parto?
- 9 Picnic con la Dra. Amy
- 10 ¡En la FUCS financiamos tu matrícula!



Cont

Contenido



¿Sabes qué es EDA?



Es la presencia de tres o más deposiciones blandas o líquidas en 24 horas o el incremento en la frecuencia de evacuaciones normales para el individuo. En caso de un recién nacido y durante los primeros tres meses de vida, las deposiciones pueden ser líquidas, estas son normales siempre y cuando el niño no presente fiebre o falta de apetito.

1 ¿Cómo evitar que mi niño o niña presente una EDA?

- **Lactancia Materna:** exclusiva hasta los 6 meses y complementaria hasta los dos años.
- **Lavado de manos:** Los momentos clave para lavar las manos son: siempre al llegar a casa, antes de comer, antes de manipular los alimentos, al terminar de cambiar pañales, después de ir al baño, después de tener contacto con animales o sus excretas.

- ✓ **Vacunación:** el virus principal de diarrea en niños es el rotavirus el cual lleva al menor a deshidratación; esta puede prevenirse vacunando contra el rotavirus a los 2 y 4 meses según esquema de vacunación nacional.

2 ¿Cómo cuidar en casa a un niño con EDA?

- Brindar una mayor cantidad de líquidos a los que el niño acostumbra consumir, utilizar sales de rehidratación oral, agua, jugos de frutas (diluidos y sin azúcar), sopas.
- Continuar con la alimentación que está llevando (lactancia materna y/o alimentación rica en nutrientes).
- Aumentar los carbohidratos (papa, yuca, plátano) y las proteínas (pescado o huevo).
- No diluir los alimentos o frenar el consumo.





- ✓ Administrar Zinc bajo orden médica, administrar por 14 días para recuperar pérdidas por diarrea y prevenir futuros cuadros de la enfermedad.
- ✓ Consultar en caso de signos de alarma.

¿Cómo se pueden administrar líquidos en casa?

Algunos líquidos que se pueden preparar desde la casa son:

- ✓ **Basados en papa:** Poner el litro de agua y la media cucharadita de sal en una olla, adicionar las papas peladas y picadas y colocar a cocinar por 30 minutos, luego licuar, dejar enfriar y dársela al niño/a.
- ✓ **Basados en plátano:** Poner el litro de agua y la media cucharadita de sal en una olla, adicionar medio plátano pelado y picado y colocar a cocinar por 30 minutos, luego licuar, dejar enfriar y dársela al niño/a.
- ✓ **Basados en arroz tostado:** Tostar el arroz en un sartén sin agregar aceite, una vez tostado muela el arroz. Poner el litro de agua y la media cucharadita de sal en una olla, adicionar las ocho cucharadas de polvo de arroz tostado y colocar a cocinar por 15 minutos, dejar enfriar y dársela al niño/a.

Los líquidos a ser administrados para los niños son:

- ✓ A los menores de dos años: un cuarto a media taza de líquido.
- ✓ A los niños de dos a cinco años: 1 taza.
- ✓ No se les debe administrar gaseosas, bebidas hidratantes, jugos de frutas o purgantes.

Con relación a los alimentos estos deben ofrecerse 6 veces al día cada 3 o 4 horas, en porciones pequeñas y frecuentes, es importante seguir dando una comida de más hasta 2 semanas después de la enfermedad.

- ✓ Los lactantes deben ser alimentados con lactancia materna exclusiva y a libre demanda; en caso de que no sean amamantados debe recibir su fórmula láctea cada 3 horas.
- ✓ En mayores de 6 meses ofrecer cereales, verduras, hortalizas y otros alimentos.
- ✓ Los alimentos deben estar bien cocidos.

3 ¿Cuáles son los signos de alarma de la diarrea?

Debe consultar de manera inmediata en caso de:

- ✓ Más de 10 deposiciones en 24 horas.
- ✓ El niño empeora, no se ve bien, no despierta con facilidad.
- ✓ Vomita todo (4 episodios en las últimas 4 horas).
- ✓ Aparece fiebre, que no tenía antes.
- ✓ Se le ven los ojos hundidos.
- ✓ No come ni bebe nada.
- ✓ Presenta sangre en las deposiciones.
- ✓ No presenta mejoría al tercer día.
- ✓ Presenta convulsiones o ataques

Para más información, [ingresa aquí](#)



Todo lo que debes saber sobre IRA



Es el conjunto de patologías que afectan el sistema respiratorio, siendo una causa muy frecuente de muerte en los niños y niñas menores de 5 años, en especial por **Infección Respiratoria Aguda**.

Esta enfermedad afecta uno o varios órganos del sistema respiratorio y aunque se incrementa en épocas frías y húmedas, se puede presentar durante todo el año.

Entre las enfermedades respiratorias agudas más frecuentes se encuentran:

- ✓ Asma
- ✓ Rinofaringitis
- ✓ Amigdalitis
- ✓ Síndrome bronco obstructivo recurrente
- ✓ Bronquiolitis
- ✓ Neumonía

Este tipo de enfermedades pueden ser ocasionadas por virus, bacterias o elementos ambientales y deben ser

atendidas oportuna y adecuadamente.

Sus complicaciones pueden ser severas, por lo cual se debe acudir al médico ante cualquier síntoma, seguir el tratamiento completo y evitar el contacto con personas sintomáticas (fiebre, tos, etc)

¿Cuáles son los síntomas?

- ✓ Tos
- ✓ Estornudo
- ✓ Dolor de cabeza
- ✓ Dolor de garganta
- ✓ Dolor de oídos
- ✓ Malestar general
- ✓ Flemas
- ✓ Ronquera
- ✓ En algunos casos, fiebre

Estos síntomas pueden durar de 8 a 15 días

¿Cuáles son los signos de alarma?

En niños y niñas es importante estar pendiente de los siguientes signos y





presencia de cualquiera de ellos:

- ✔ Aumento en la frecuencia respiratoria o respiración rápida
- ✔ Movimiento de la nariz (aleteo nasal)
- ✔ Hundimiento de las costillas al respirar
- ✔ Ruidos extraños al respirar o “le silba el pecho”
- ✔ Uñas o labios morados
- ✔ No recibe comidas, ni bebidas y vomita lo que consume
- ✔ Si el niño o la niña es menor de 2 meses y presenta hipotermia (temperatura menor de 36,2 grados centígrados tomados con termómetro en axila) o disminuye el apetito.
- ✔ Si es mayor de 2 meses y presenta fiebre superior a 38,5 grados centígrados, que se mantenga por más de tres días o que no ceda con el acetaminofén.
- ✔ Niño y niña mayor de 2 meses con fiebre por menos de tres días, pero que permanece muy decaído cuando cede la fiebre.
- ✔ Ataques o convulsiones.
- ✔ Decaimiento y somnolencia.

Para los niños, jóvenes y adultos se debe estar pendiente de:

- ✔ Tos persistente y dificultad para respirar.
- ✔ Dolor en el pecho al respirar o toser.
- ✔ Fiebre mayor a 38,5 grados centígrados, durante más de dos días.
- ✔ Expectoración purulenta o con pintas de sangre.





¿Qué es la atención humanizada durante el parto?



Por: Sandra P. Ortiz M. - Profesional de Humanización

El parto es uno de los momentos más significativos en la vida de una mujer y de su familia. Por eso, el parto humanizado se basa en el respeto a los derechos de la mujer, su autonomía, y la atención personalizada y continua durante todo el proceso de parto y nacimiento.

Este proceso implica una atención integral que va más allá de lo físico, teniendo en cuenta las necesidades emocionales, psicológicas y sociales de la mujer y su familia. Hablar sobre el parto humanizado en nuestro hospital es crucial por varias razones:

Comunicación efectiva: Se debe brindar una atención humanizada con enfoque diferencial según los determinantes sociales de la mujer y su familia, permitiendo que la mujer tome decisiones de manera informada y tenga una adecuada interacción social con el personal médico y asistencial.

Atención basada en evidencia científica:

Todo el proceso de atención está basado en evidencia científica actualizada, incluyendo guías de manejo y protocolos.

Apoyo emocional de un acompañante:

La mujer podrá estar acompañada al momento del parto, si así lo desea, por una persona de su confianza, realizando una gestión previa ante la oficina de Ginecología el área de coordinaciones médicas.

Alivio del dolor: Se utilizan métodos no farmacológicos y farmacológicos para el manejo del dolor.

Fomento del apego y la lactancia materna:

Un parto humanizado facilita el contacto piel a piel inmediato entre la madre y el recién nacido, lo que promueve el establecimiento temprano del vínculo afectivo y favorece la lactancia materna.





¿Qué es la atención humanizada durante el parto?

Apoyo en el duelo gestacional o perinatal: El médico tratante deberá proporcionar primeros auxilios psicológicos y solicitar las interconsultas necesarias al equipo interdisciplinario, según el estado de salud física y mental de la paciente.

En conclusión, el parto humanizado se caracteriza por brindar una atención con **"manos cálidas y confiables"** basada en evidencia, en un ambiente respetuoso y de apoyo emocional. La presencia de un equipo interdisciplinario que brinda contención y acompañamiento afectivo contribuye a reducir el estrés y el miedo asociados con el parto, favoreciendo una experiencia más positiva y satisfactoria para la mujer y su familia.





Llevando
La Lactancia
de la evidencia a la práctica

Jueves **5** de septiembre

🕒 11:00 a.m. a 1:00 p.m.

📍 Zona verde frente a la fuente
Hospital Infantil Universitario de San José

Cupos limitados

Manos cálidas y confiables





¡En la **FUCS**
financiamos hasta el
100% de tu matrícula!

Contamos con un diverso
sistema de financiación
para crédito educativo.

¡Haz clic aquí



para más información!



www.fucsalud.edu.co

| VIGILADA MINEDUCACIÓN | Acreditación Alta Calidad Res. 000106/2024 Vigencia 6 años.



Comité de Comunicaciones

Dra. Laima Lucía Didziulis, Directora General - **Dra. María Victoria Vanegas**, Subdirectora Médica - **Dr. Fernando de la Torre**, Subdirector Administrativo y Financiero - **Dra. Anayanci Córdoba**, Coordinadora de Calidad - **Dra. Sandra Piedad Barrera**, Coordinadora Gestión Humana - **Leidy Mayerly Hernández** - Coordinadora de Sistemas, Equipo de Comunicaciones. **Nathalia Hernández Aristizabal** Directora de Comunicaciones y Relaciones Públicas **Daniela Urazán Ruiz** Coordinadora de Comunicación Interna

Contáctenos

www.hospitalinfantildesanjose.org.co
Cra. 52 No.67A-71 PBX: (601) 4377540



HOSPITAL INFANTIL
UNIVERSITARIO
DE SAN JOSÉ