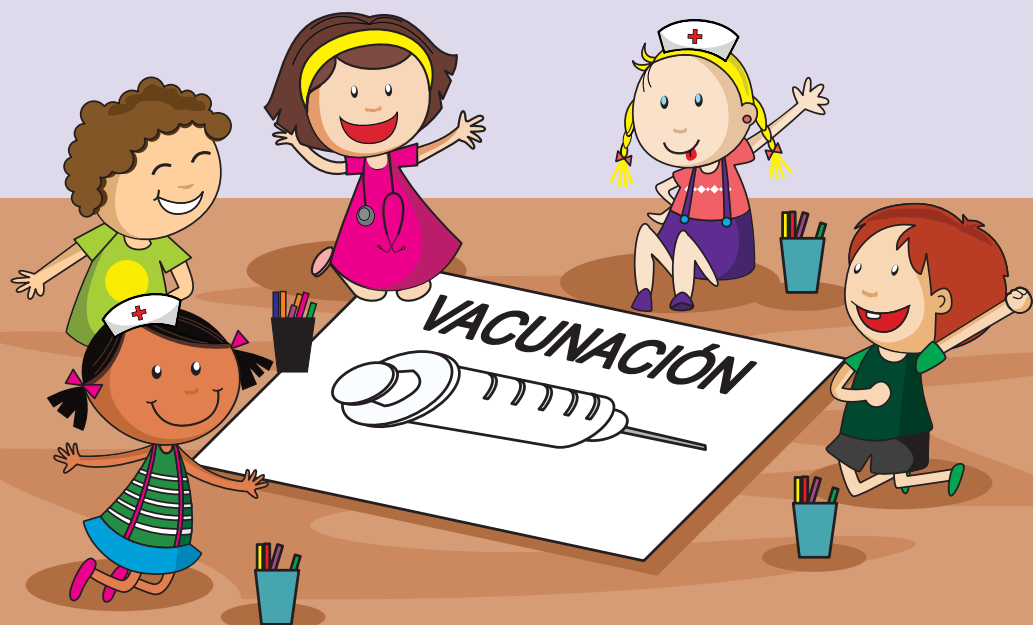


# Salud



# INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR - ICBF

Cristina Plazas Michelsen  
Directora General

Karen Cecilia Abudinen Abuchaibe  
Directora de Primera Infancia

Yenny Marcela Monroy Parra  
Subdirectora de Gestión Técnica para la Atención a la Primera Infancia

## **ALDEAS INFANTILES SOS COLOMBIA** CONVENIO FORTALECIMIENTO CALIDAD EDUCACIÓN INICIAL - 812 /2015

Angela María Rosales  
Directora Nacional

María Inés Cuadros Ferré  
Asesora Primera Infancia Proyectos Especiales  
Coordinadora Nacional  
Convenio Fortalecimiento Calidad Educación Inicial - 812 /2015

Marcela Forero Moreno  
Laura Juliana Ossa Aya  
Redacción y edición

**DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN:** SD Estudio Digital SAS

**IMPRESIÓN:** Medios Directos

**ISBN 978-958-8854-42-7**

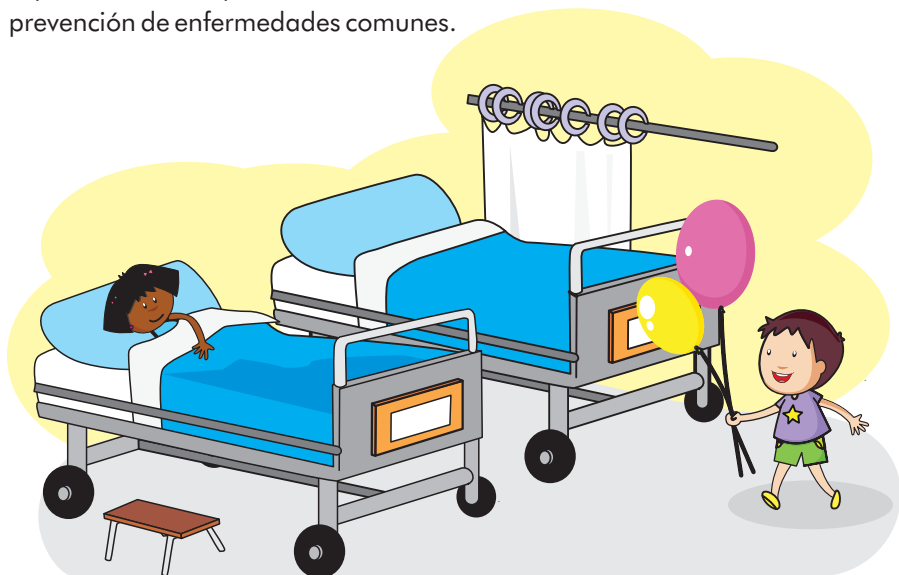
Todos los derechos reservados, prohibida su venta

# Introducción

Los centros de desarrollo infantil y hogares infantiles deben incluir en su proyecto pedagógico acciones de promoción de la salud y prevención de enfermedades. Estas deben estar orientadas a promover un estilo de vida saludable en los niños, niñas y sus familias.

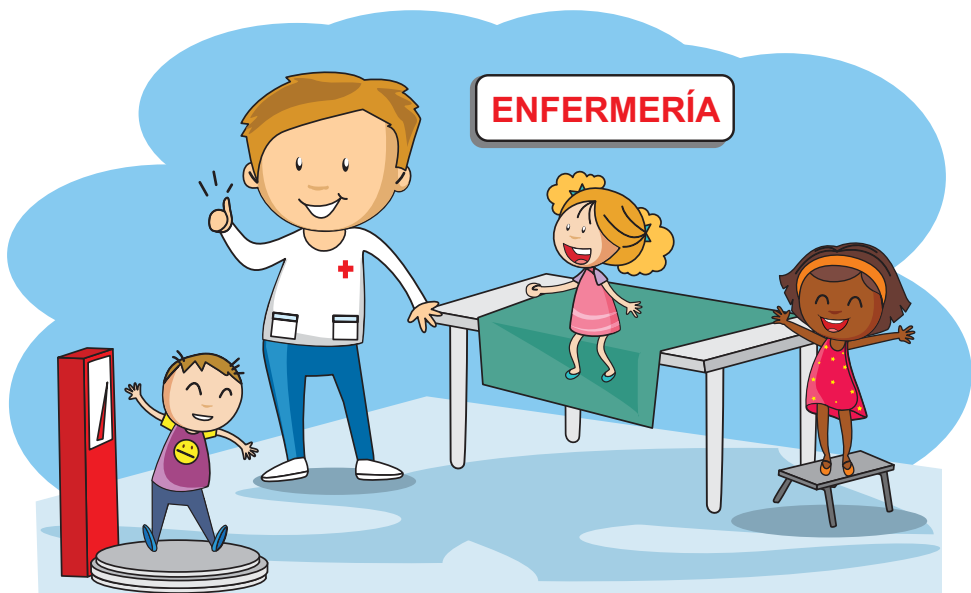
Una forma de promover el derecho a la salud de los niños y niñas es incorporando material pedagógico, de lectura y de juego, donde ellos y ellas puedan reconocer el autocuidado y la importancia de un estilo de vida saludable.

Así mismo, todos los cuidadores, agentes educativos, maestros y maestras deben conocer temas sobre la salud en la primera infancia, especialmente aquellos relacionados con la prevención de enfermedades comunes.



La salud de los niños y las niñas es una prioridad y lo más importante es mejorar las condiciones de vida de la primera infancia. Se debe asegurar que las personas adultas conozcan y comprendan las acciones de promoción de la salud, prevención de las enfermedades y sobre todo que las pongan en práctica.

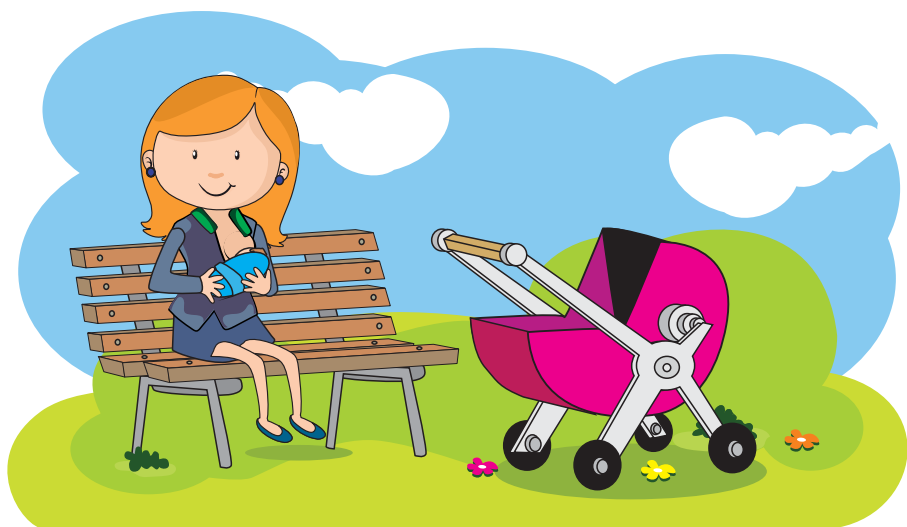
Además de la prevención de enfermedades, para promover la salud en la primera infancia se deben tener en cuenta la nutrición de los niños y niñas de acuerdo a su edad y los hábitos de higiene corporal y bucal.



# Lactancia materna y Salud

La leche materna es el único alimento y bebida que debe darse a un bebé menor de seis meses de edad y de forma complementaria hasta los dos años y más, ya que es la forma más eficaz de asegurar la salud y supervivencia de los niños y niñas, generando además un fuerte vínculo afectivo entre madre e hijo o hija. La exploración normal del espacio físico en el que viven.

Es importante estar pendiente que la talla y peso de las niñas y niños aumente de forma progresiva, especialmente entre los 6 meses y los 2 años, Si no se aprecia ningún aumento de peso durante dos meses seguidos, es señal de que existe algún problema de salud, de ahí la importancia de llevar a los niños y niñas a sus controles de crecimiento y desarrollo.



### Para tener en cuenta en la nutrición:

- Incorporar alimentos lavados o cocinados antes de consumir.
- Alimentos saludables como frutas, verduras y carnes.
- De diferentes preparaciones teniendo en cuenta combinar alimentos de colores diferentes, en formas o figuras divertidas.
- En cantidades adecuadas de acuerdo a la edad, peso y talla del niño o la niña.
- Que incluyan todos los grupos de alimentos.
- Que sea una alimentación en familia, lejos de televisor y sin regaños.



# No olvidemos

- La prevención de las enfermedades es un tema que se debe incluir en algunos materiales pedagógicos que se trabajan con los niños y niñas.
- Es importante incluir estrategias pedagógicas que incluyan la promoción de estilos de vida saludable en los niños, niñas y sus familias.
- La lactancia materna debe darse en forma exclusiva en niños y niñas hasta los seis meses de edad y en forma complementaria hasta los dos años y más.
- La adecuada alimentación en los niños y niñas, garantiza un crecimiento óptimo y un aprendizaje acorde con su desarrollo.
- La vacunación infantil se debe realizar al nacer, a los dos, a los cuatro y seis meses, posteriormente al año de edad, al año y medio y a los cinco años. Este es un procedimiento gratuito que se lleva a cabo en el centro de salud más cercano.





**Instituto Colombiano de Bienestar Familiar**

**Av Cra 68 No.64C-75**

**Sede Dirección General**

**PBX: (1)4377630 Bogotá**

**Línea gratuita nacional ICBF: 01 8000 91 80 80**

**[www.icbf.gov.co](http://www.icbf.gov.co)**

En convenio con:

