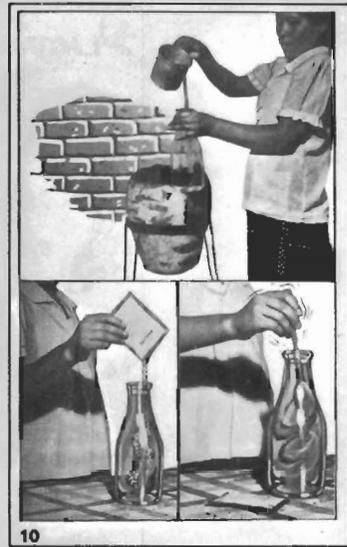


MEXICO: Promotion of the use of "Oralyte" Oral Rehydration Salts at home (16 pages).



Derechos Reservados: PMA-MEXICO, S.A. No. 27 - Mexico 5, D.F.

LACTANCIA MATERNA



**ESTABLECE
UN ADECUADO VINCULO
PSICOLOGICO ENTRE
MADRE E HIJO**

**RECOMENDACIONES
PARA PROTEGER LA SALUD
DEL NIÑO**

- 1) Siempre limpie sus pechos antes y después de dar de mamar.
- 2) No se toque los pezones con los dedos sucios.
- 3) Lávese las manos con agua y jabón cada vez que dé de mamar.
- 4) Mantenga las uñas cortas y limpias.

Si sus pezones se enrojecen o agrietan póngase vaselina simple o socita de niño. Es bueno que durante el embarazo, se apliquen estas sustancias y que se haga masaje del pezón para prevenir la grieta.

**CUANDO SE DEBE
COMENZAR LA LACTANCIA
MATERNA**

La forma más natural, en que se alimentan los niños es la alimentación del pecho de la madre por esto se debe comenzar a dar de mamar al niño inmediatamente después de nacer. Esto permite:

- Que la leche baje más rápido.
- Disminución de sangrado en el puerperio
- La matriz vuelve más rápido a su tamaño normal.

La mejor manera de producir mucha leche es poniendo a mamar al niño. No le de pajas a menos de que sea absolutamente necesario y si lo hace que sea después de que haya mamado. Mientras más se le pide al pecho, más produce. Así nunca se le secará la leche.

**ALIMENTACION DE LA MADRE
QUE DA DE MAMAR**



**SU ALIMENTACION DURANTE EL
EMBARAZO LA PREPARA PARA
PODER DAR DE MAMAR**

LA MADRE QUE DA EL PECHO A SU HIJO NO REQUIERE DE ALIMENTACION ESPECIAL, BASTA QUE ESTA SEA BUENA Y QUE CONTENGA FRUTAS, CEREALES, LEGUMBRES, SEMILLAS, Y PRODUCTOS ANIMALES

**NIÑOS MAS SALUDABLES
ALIMENTADOS CON LECHE MATERNA**



**LA LECHE MATERNA
ES EL MEJOR ALIMENTO PARA
EL RECIEN NACIDO**

Todas las madres deben amantar a sus hijos, al mamar el niño, estimula la producción de una sustancia que ayuda a que la matriz vuelva a su tamaño normal y disminuye la posibilidad de hemorragia después del parto.



VENTAJAS DE LA LECHE MATERNA

Proporciona al niño la cantidad adecuada de proteínas necesarias para su desarrollo y el crecimiento normal.

Asegura al niño una protección natural que lo defiende de muchas enfermedades.

**LA LECHE
MATERNA**

Es el alimento que el niño más fácilmente digiere y no le produce ningún malestar. Está siempre lista para que el niño la consuma.

No muy caliente ni muy fría.
No se descompone.
Es segura, no contiene microbios.



SE MANTIENE COMO EN UN TERMO



**NO CUESTA NADA Y NO
TENEMOS QUE INVERTIR DINERO
EN OTROS ALIMENTOS DE VALOR
NUTRITIVO**



**EVITA LAS MOLESTIAS
A LA MADRE; NO
TIENE QUE LEVANTARSE
POR LA NOCHE A
PREPARAR ALIMENTOS**

NICARAGUA: Promotion of breastfeeding (10 pages).

RECORDEMOS

- * Toda mujer está apta para dar de mamar a su hijo, por lo que debe prepararse para esta tarea desde que sale embarazada.
- * La leche de la madre es siempre la mejor.



- * El niño alimentado al pecho sufre menos de diarreas y enfermedades respiratorias.
- * La madre que dá de mamar debe tomar una alimentación que la ayude a mejorar la calidad de su leche.
- * La leche materna no cuesta nada, no tiene microbios, siempre está lista para alimentar al niño.
- * La lactancia acerca más la afectividad entre madre y niño.



Nicaragua, Libre



BWARE OF CHOLERA
PREVENT CHOLERA
THIBLA LEFU LA CHOLERA
NOKOMLA LEFU LA CHOLERA

Drinking water is the main
source of cholera infection.
The germ responsible for
cholera is found in the
stools of human beings,
because of lack of hygiene
these germs get into the
drinking water.

After washing or handling
the water, the patient
develops a large number of
hours stool. 0.5 liter of
stool fluid loss each and
the death rate occur.

TO PREVENT CHOLERA



LA LECHE DE LA MADRE DISMINUYE LOS RIESGOS



LAVESE LAS MANOS CON AGUA Y JABON ANTES DE DAR DE MAMAR



CUANDO EL NIÑO TERMINE DE MAMAR NO RETIRE VIOLENTAMENTE EL PECHO, PRESIONE CON EL DEDO PEQUEÑO UN EXTREMO DE LA BOCA HASTA QUE POCO A POCO SUELTE EL PEZON.

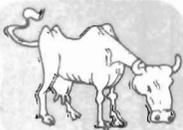
DE QUE EL NIÑO ADQUIERA DIARREAS Y DESNUTRICION



LIMPIE CUIDADOSAMENTE SUS PECHOS CON AGUA HERVIDA



FIJESE BIEN QUE EL NIÑO RESPIRE LIBREMENTE Y QUE EL PECHO NO LE TAPE LA NARIZ. DEJE MAMAR AL NIÑO DE 10 A 15 MINUTOS EN CADA PECHO.



EN CAMBIO CON OTRAS LECHEAS COMO LA DE VACA O TARRO, SI EXISTE ESTE PELIGRO, ESTAS LECHEAS NUNCA SERAN IGUALES A LA DE LA MADRE.



HABLELE CON CARINO, MIENTRAS MAME ARRUYELO.

COLOQUE AL NIÑO EN SU REGAZO PONIENDO SU CABEZA EN EL BRAZO.

EL NIÑO TOMARA EL PECHO POR EL REFLEJO DE BUSQUEDA MIENTRAS ESTO SUCEDA:

TAN PRONTO EL NIÑO TOMA EL PECHO

"EL REFLEJO DE SUCCION" APARECE Y LA LECHE DEL PECHO DE LA MADRE FLUYE AL CHUPAR EL NIÑO EL PEZON.

UNA VEZ QUE FINALIZO CON UN PECHO COLOQUELO EN SU HOMBRO Y SAQUELE EL AIRE QUE SE HA TRAGADO.



DESPUES SE LE DA DE MAMAR EL OTRO PECHO

LAS LECHEAS DE TARRO HAN SIDO UN GRAN NEGOCIO PARA LAS COMPAÑIAS QUE LAS PRODUCEN.



**BEWARE OF CHOLERA
PREVENT CHOLERA**

**HLOKOMELA LEFU LA CHOLERA
THIBELA LEFU LA CHOLERA**

Drinking water is the main source of Cholera infection. The germs responsible for Cholera are found in the stools of human beings. Because of lack of hygiene these germs get into the drinking water.

After drinking or handling this water, the patient develops a large number of liquid stools. Because of severe fluid loss shock and also death can occur.

TO PREVENT CHOLERA:

Metsi a nowang ke sona sesosa se seholo sa tshwaetso ya cholera. Dikokwana-hloko tse jarang cholera di fumanwa mantleng a batho. Ka baka la tlhokeho ya bophelo bo hlwekileng dikokwana-hloko tsena di kena metsing a nowang.

Kamora hore a nwe kapa a tshware metsi ana, mokudi o ba le mantle a metsi (letshollo). Ka baka la ho lahlehelwa ho hoholo, hwa mekedikedi mmeleng, mokudi a ka tlelwa ke ho tshoha kapa a shwa.

HO THIBELA CHOLERA:

Eng./S. Sotho
G.P. S.1980

1. Use only boiled, clean or treated water.

1. Sebedisa feela metsi a bedisitsweng, a hlwekileng kapa a sebeditsweng.



2. Wash your hands before handling food.

2. Hlatswa matsoho pele o tshwara dijo.



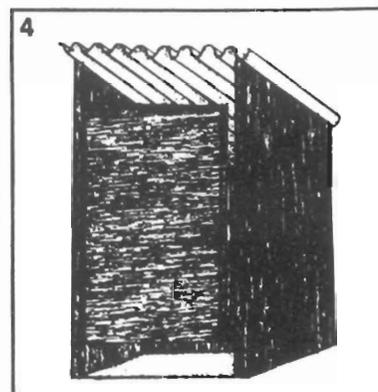
3. Wash raw food with clean or treated water.

3. Hlatswa dijo tse tala ka metsi a hlwekileng kapa a sebeditsweng.



4. Use a toilet or a proper place far from wells, rivers and streams, and not the open field.

4. Ithomele ntiwaneng kapa tulong e nngwe e hole le didiba, dinoka le melatswana empa eseng lepalaleng feela.



***SOUTH AFRICA:** Prevention of cholera through clean drinking water, better domestic hygiene and improved sanitation.

**LA DIARREA
PUEDE SER CAUSA DE MUERTE**

**PROTEJA
A SU NIÑO**

**CON
SUEROS
A TOMAR**

CONCURRA AL SERVICIO DE SALUD

Opinión liberada para la Salud.

LA DIARREA

Qué es?

- Aumento en el número de heces.
- Más de 3 por día.
- Heces más líquidas.
- A veces está acompañada de vómito.

MUCHOS NIÑOS MUEREN DE DIARREA POR LA PERDIDA DEL AGUA DEL CUERPO (DESHIDRATACION)

Cómo se produce?

- La diarrea se produce cuando la persona come con las manos sucias.
- Cuando no lava bien las mamaderas.
- Cuando la casa tiene basuras, moscas y polvo.

LAS MOSCAS LLEVAN LA ENFERMEDAD A LOS ALIMENTOS

Cuál es la causa?

- Infección de los intestinos.
- Agua de mala calidad.
- Comidas guardadas.
- Falta de aseo.
- Lombrices (hichos).

Cómo se reconoce?

- Heces frecuentes y líquidas.
- Deshidratación.

Qué debo hacer?

- Dar al niño líquidos por la boca para reemplazar el agua que ha perdido.
- Acudir al servicio de salud desde la preparación del suero a tomar.

SUERO A TOMAR **AGUA**

CUANDO LOS NIÑOS ESTAN LACTANDO NO DEBE QUITARSE LA LECHE DEL SEÑO

El tratamiento debe continuar hasta cuando la diarrea y que los excrementos se vuelvan más espesos y no se haga más de dos minutos por día.

Además puede darlo

- Pan de azúcar.
- Suero de arroz.
- Cebada de gualala.

EN EL SERVICIO DE SALUD LE INDICARAN LA CANTIDAD QUE DEBE DAR AL NIÑO

Cómo se previene?

- Tener mucho aseo al preparar los alimentos del niño.
- Utilizar el servicio higiénico o la letrina sanitaria para defecar y orinar.
- Lavarse las manos después de defecar y antes de preparar y tomar los alimentos.
- Mantener la casa limpia y sin basuras para evitar las moscas.
- Hervir el agua para tomar.
- Llevar a su niño con frecuencia al SERVICIO DE SALUD.

RECUERDE

Ante los primeros síntomas de diarrea:

- Continúe dándole el seno y comidas líquidas.
- Concurra al SERVICIO DE SALUD donde le darán EL SUERO A TOMAR.
- El tratamiento debe continuar hasta cuando la diarrea se suspenda definitivamente.
- EL SERVICIO DE SALUD continuará cuidando a su niño hasta su recuperación completa.

.....

EVITE QUE SU NIÑO VUELVA A ENFERMAR CON DIARREA PREVIENGALE

MINISTERIO DE SALUD PUBLICA

Programa de control de Enfermedades Diarreicas

Departamento Nacional de Educación para la Salud. -1979-

دقاية الأطفال
من الإسهال ومرضاضفائة

إعداد وإشراف : سوزان ومسان أسطى معيا
تتم إحصائيات ودراسات تحت إشراف
مصلحة صحة الطفل واليوسمين ١٩٨٠

فيما تحت إشراف إبيالوالفان وحتن .
كشفا هذلتو كة . إحصاء إحصاء
كشفا كة لكة تاليد و . إحصاء
كشفا .

اغسل يديك دائماً بالماء والصابون مخصوصاً
قبل إعداد الطعام وقبل إطعام الطفل .

الذباب عدوياً فهو ينقل
المرض ويسبب الإسهال .

غطي الطعام دائماً طمايته .

اشرب الماء غير الحار دائماً لتقيمه .

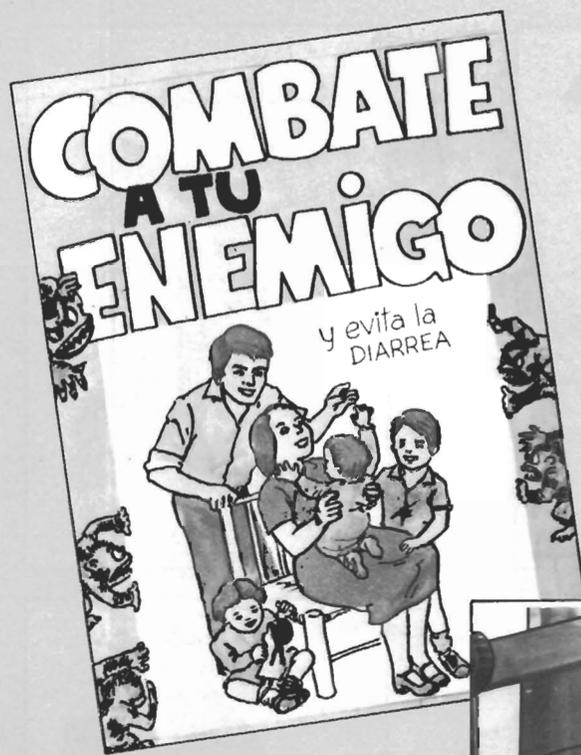
يجعل إصابت بالإسهال مقل
إبراز إضطراب القوي يفقد ما به
من سائل غذائياً . فلا بد من
توفير إسهال لتغذوه بالإسهال .

أكياس أمولك لتوفير إسهال ما لغف

اشرب في الأوقات مقدار من الماء
قدر ٦ أكواب ساعة عادية
وإشربه ليبرد .

SUDAN: Treatment and prevention of diarrhoea (17 pages).





PERU: Treatment and prevention of diarrhoeal diseases (12 pages).



¿POR QUE LA DIARREA ES PELIGROSA?



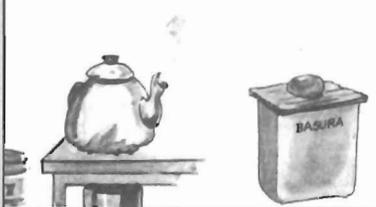
Porque con la "diarrea" el niño pierde mucha cantidad de AGUA y SALES MINERALES. Esta pérdida de líquidos se llama DESHIDRATACION y puede ocasionar la MUERTE del niño.



¿COMO EVITAR LA DIARREA?
los microbios



CON MUCHA HIGIENE Y LIMPIEZA



Lava bien tus manos, tus uñas...

...y tus pezones antes de dar el pecho al bebé. Lávalos después de cambiarle sus pañales.

¡CUIDADO CON EL BIBERON!

Que esté tapado y en un sitio limpio

Lávalo muy bien por dentro y por fuera

Lava el chupón por dentro y por fuera

...¡Hiérvelo!

No guardes los restos de leche.

Los padres responsables cuidan la salud de sus hijos

La limpieza es la primera defensa contra la enfermedad

No permita que la diarrea ponga en peligro la salud de sus hijos.



MINISTERIO DE SALUD
Dirección General de Salud Materno Infantil y Población

MINISTERIO DE SALUD
DIRECCION GENERAL DE PROGRAMAS DE SALUD

LA DIARREA



un peligro para nuestros hijos

LA DIARREA, UN PROBLEMA DE SALUD

La diarrea es uno de los más graves problemas de salud en nuestro país. Ocasiona enfermedad y muerte de una gran cantidad de niños menores de 5 años.

Para prevenir y combatir la diarrea, los padres de familia deben estar enterados de las causas que la producen y de las medidas de emergencia que se deben tomar en cuenta cuando la diarrea se presente en alguno de los miembros de la familia, especialmente en los niños.

COMO RECONOCER LA DIARREA

La diarrea en los niños, es bastante conocida por los padres de familia, sin embargo hay que advertirles que la gravedad aumenta cuando las deposiciones se hacen más frecuentes y más líquidas.

En muchas casas la diarrea va acompañada de mucosidad, sangre, pus y pusos, así como también de cólicos.

CAUSAS DE LA DIARREA

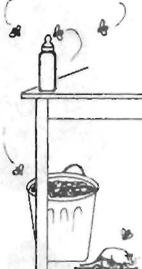
En la mayoría de los ca



sa, la diarrea es producida por microbios o algunos parásitos intestinales que se introducen por la boca cuando la persona come o toma alimentos contaminados o sucios.

Problemas que favorecen la existencia de microbios causantes de la diarrea:

- Falta de higiene en la preparación de los alimentos.
- Falta de agua potable y desagüe.
- Falta de higiene en la preparación del biberón.
- Existencia de basuras y desperdicios en la casa.
- Presencia de moscas, roedores y otros animales dentro de la casa.



PELIGROS DE LA DIARREA

Uno de los más graves peligros de la diarrea es la pérdida de abundante cantidad de agua y de algunos sales minerales del organismo.

La deshidratación o pérdida de agua ocasiona graves trastornos en el niño pudiendo producirle la muerte en poco tiempo.

COMO RECONOCER QUE EL NIÑO SE ESTA DESHIDRATANDO

A medida que las deposiciones se hacen más líquidas y frecuentes el niño presentará los síntomas siguientes:

- Aumento de temperatura que se traduce en fiebre.
- La respiración y los latidos del corazón son más rápidos que de costumbre.
- La boca está reseca y el niño tiene sed.



- Los ojos están hundidos y con ojeras.
- La mollera o fontanela está hundida.
- Orina con menos frecuencia y en menor cantidad.
- Baja de peso notablemente.
- Está muy decaído y duerme con mucha facilidad.

QUE HACER CUANDO UN NIÑO ESTA DESHIDRATADO

Se le debe llevar lo más pronto posible a un servicio de salud u hospital, pero si este servicio estuviera muy lejos tome usted las siguientes medidas de emergencia:

- Prepare una panetela de arroz y sírvale al niño en biberón o en cucharaditas.
- Aumente un poco de agua a la leche que toma el niño, más de lo acostumbrado.
- Pero si la diarrea y vómitos son más frecuentes quite la leche al niño, suspéndale este alimento por uno a dos días, en cambio debe darle un preparado llamado suero "casero", para lo cual siga las instrucciones que se dan a continuación:

COMO PREPARAR EL SUERO "CASERO"

a). - En una olla limpia eche los siguientes ingredientes:

- 4 Tazas de agua o sea un litro,

- 3 cucharadas de arroz lavado.
- 2 zanahorias picadas y
- Un poquito de sal de cocina, la que que pueda cogerse con 3 dedos.

b). - Todo este contenido hacer hervir durante 45 minutos.

c). - Utilizando otro recipiente limpio cuele el contenido de la olla.



d). - Sobre el líquido colado agregue:

- Agua hervida hasta completar un litro para reemplazar el agua perdida en el hervor y además
- Agregue una cucharadita de azúcar.

e). - El recipiente con el líquido colado, (suero casero), debe mantenerse bien tapado y dejarlo enfriar en un lugar seguro.



COMO DEBE SERVIRSE EL SUERO "CASERO" AL NIÑO DESHIDRATADO

a.- Este suero debe servirse frío, en cucharaditas o en biberón, cada 5 a 10 minutos más o menos, por un día o dos como máximo.

b.- En cada vez debe dársele al niño de 3 a 4 cucharaditas. No le deje tomar más porque puede vomitarlo.

c.- El suero "casero" debe ser consumido durante el día, si sobra al final del día.

Después de uno a dos días debe darle nuevamente sus alimentos aunque continúe con un poco de diarrea.



MEDIDAS PARA PREVENIR LA DIARREA

- Lávese las manos con agua y jabón antes de preparar los alimentos del niño.
- Lávete los utensilios que se utilizan para preparar los alimentos del niño.
- Utilice agua hervida para preparar el biberón.
- Proteja los alimentos y utensilios contra moscas, cucarachas y la suciedad.
- No deje que los niños gateen sobre el suelo contaminado ni que se lleven objetos sucios a la boca.
- Aleje los desperdicios y basuras de la casa.
- No permita que los animales como perros y gatos estén en contacto directo con los niños.
- Hierva el agua de bebida si esta no es potable.
- Construya un excusado o letrina sanitaria si no se cuenta con sistema de desagüe.

PADRES DE FAMILIA

LA DIARREA QUE NO SE CURA A TIEMPO PONE EN PELIGRO LA VIDA DE LOS NIÑOS. NO ESPEREN QUE SE COMPLIQUE, ACUDAN LO MAS PRONTO POSIBLE AL SERVICIO DE SALUD MAS CERCA.

UNIDAD DE EDUCACION PARA LA SALUD