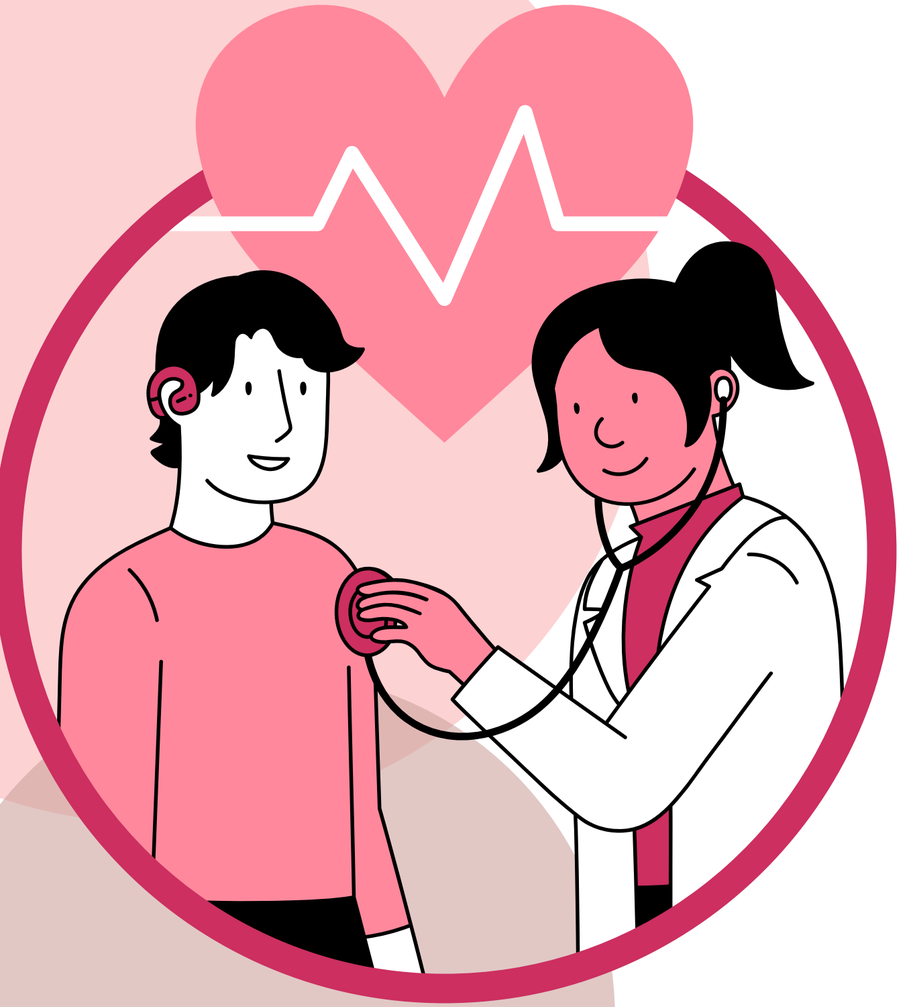
Plan de cuidados familiar



HTA

Reduce el consumo de sal 

Haz actividad ficica a diario 

Mantén un peso saludable 



Come alimentos frescos

reduce el consumo de alcohol y evita el tabaquismo  

PLAN DE CUIDADO FAMILIAR

Obesidad o sobrepeso



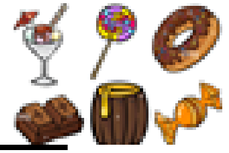
consume alimentos
mas saludables





evitar el consumo de grasas:
embutido aderezos snacks, etc.

Restringir los alimentos con
alto contenido de azucar





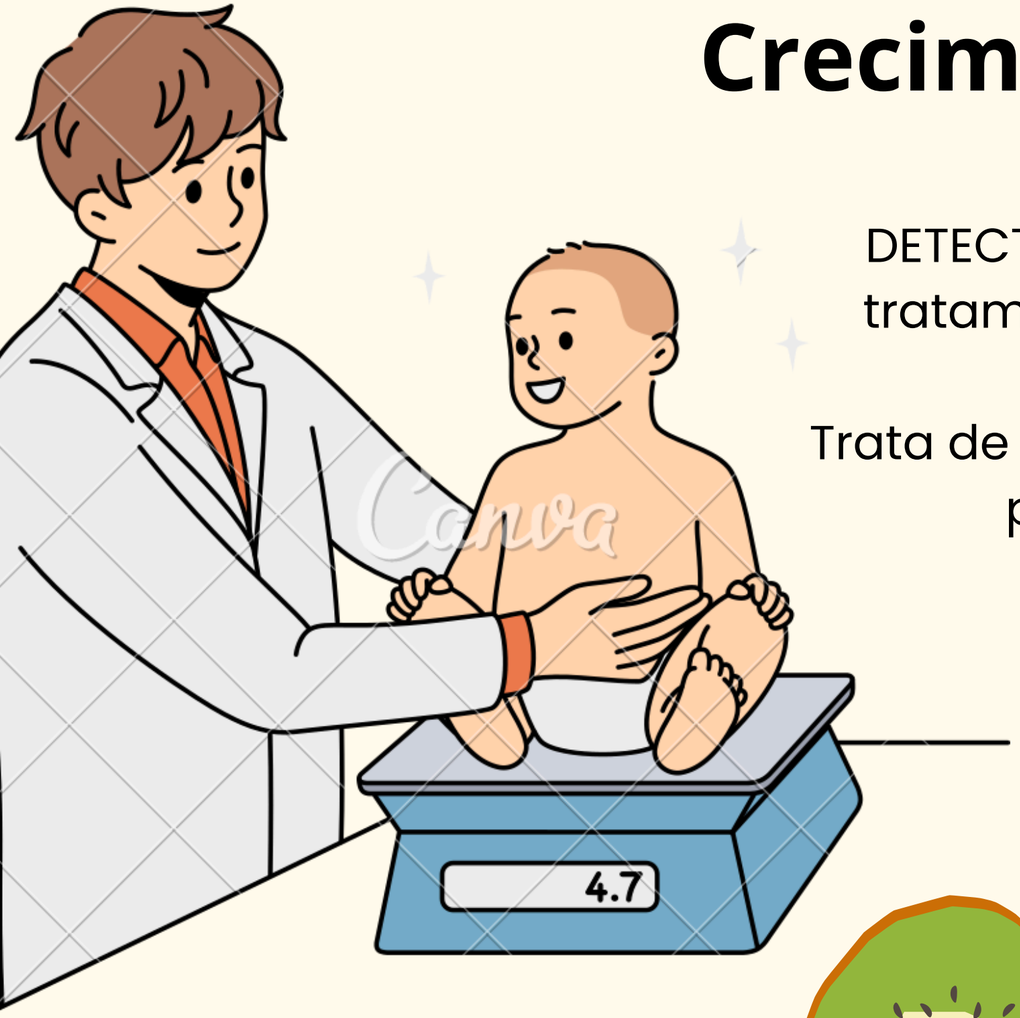
evitar el consumo de
bebidas alcohólicas

tomar suficiente agua
segura y potable



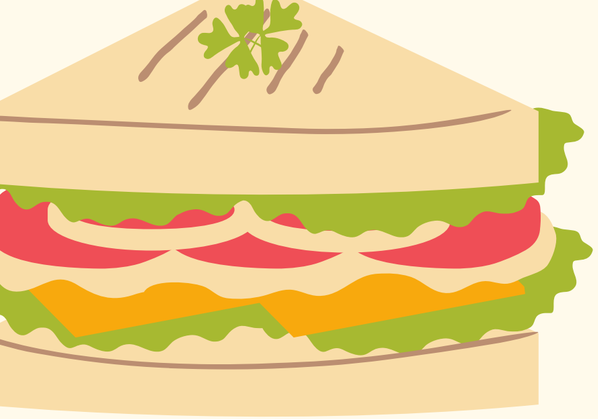
PLAN DE CUIDADO FAMILIAR

Crecimiento y desarrollo

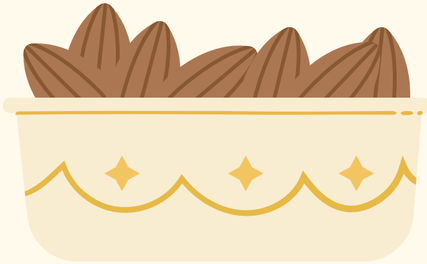


GARANTIZA la atención periódica con el propósito de DETECTAR oportunamente la enfermedad, FACILITAR el diagnóstico y tratamiento,REDUCIR la duración de la enfermedad, EVITAR secuelas, DISMINUIR la Incapacidad y PREVENIR la muerte.
Trata de INTERVENIR OPORTUNAMENTE,y de manera CONTINUA al chequeo por profesionales de la salud debidamente capacitados

- se dan pautas para la salud buco-dental
- se controla el cumplimiento del esquema de vacuna
- se inicia la alimentación complementaria en el mometo oportuno



Plan de cuidado familiar



Desnutrición



Principales causas de la desnutrición infantil

*Bajo peso de la madre durante el embarazo.

*Bajo peso y talla del niño o niña al nacer.

*Ausencia, interrupción o inadecuada lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida (hay que recordar que ninguna fórmula industrializada es capaz de reemplazar la composición de la leche materna).

*Malas prácticas de alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad que impiden que los niños y niñas reciban las vitaminas y minerales que requiere en cada etapa de desarrollo.

*Presencia recurrente de infecciones respiratorias e intestinales que dificultan el consumo de alimentos, su digestión y la absorción de nutrientes en el organismo de los niños y niñas.