Fecha de ejecución: 09/09/2025

Lugar de la capacitación: Instalaciones CDI

Hora: 10:00 am

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:

Educación y comunicación para el crecimiento físico y desarrollo mental y la prevención de enfermedades

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Brindar a los participantes conocimientos prácticos y actualizados sobre pautas de crianza y estimulación infantil según la edad, la importancia de la vacunación en niños de 0 a 11 años y en gestantes, así como las medidas generales de higiene personal, alimentaria y ambiental, con el fin de promover el bienestar integral de la niñez, prevenir enfermedades y fomentar hábitos saludables en las familias y la comunidad.

3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:

1. **Apertura y contextualización**

- Presentación del propósito de la jornada y sensibilización sobre el papel de la familia y la comunidad en la protección de la salud infantil.

2. **Exposición teórica con apoyo visual**

- Se abordaron los siguientes temas:

Pautas de crianza:

Las pautas de crianza son el conjunto de prácticas, hábitos y valores que las familias transmiten a los niños para favorecer su desarrollo integral. Se basan en:

- Afecto y vínculo seguro: brindar amor, atención y seguridad.
- Comunicación clara: escuchar y responder a sus necesidades y preguntas.
- Normas y límites adecuados: establecer reglas claras según la edad.
- Ejemplo positivo: los niños aprenden observando el comportamiento de los adultos.
- Fomento de la autonomía: permitir que el niño explore y realice actividades por sí mismo de acuerdo a su capacidad.

Cambios esperados en el desarrollo del niño según la edad:

- 0 a 1 año: aprende a sostener la cabeza, sentarse, gatear y dar sus primeros pasos. Balbucea, sonríe, responde a estímulos y reconoce a sus cuidadores.
- 1 a 3 años: aumenta la movilidad (caminar, correr), aprende a comer solo, pronuncia sus primeras palabras y frases cortas. Desarrolla el juego simbólico y comienza a expresar emociones básicas.

- 3 a 5 años: mayor coordinación motora (saltar, dibujar, vestirse solo). Amplía su vocabulario, empieza a contar y reconocer colores y formas. Mejora la interacción social con otros niños.
- 6 a 11 años: se afianzan las habilidades cognitivas (leer, escribir, resolver problemas). Mayor independencia en actividades diarias, desarrollo de valores como la cooperación, el respeto y la responsabilidad.

Recomendaciones de estimulación según la edad:

- Primera infancia (0 a 5 años):
  - Estimular con canciones, juegos, cuentos y actividades de motricidad fina (apilar bloques, pintar).
  - Responder a sus balbuceos y hablarles con palabras sencillas.
  - Fomentar rutinas de alimentación, sueño e higiene.
- Edad escolar (6 a 11 años):
  - Promover la lectura diaria y actividades lúdicas que fortalezcan el aprendizaje.
  - Incentivar deportes o actividades físicas al aire libre.
  - Enseñar valores y responsabilidades mediante tareas sencillas en casa.
  - Acompañar en el uso responsable de la tecnología y el manejo de emociones**.**

Vacunación: esquema vigente en niños y gestantes

Importancia de la vacunación

La vacunación es una de las estrategias de salud pública más efectivas para prevenir enfermedades infecciosas graves, discapacidades y muertes.

- Protege al niño o gestante de enfermedades prevenibles como sarampión, poliomielitis, tétanos, tos ferina, hepatitis B, entre otras.
- Contribuye a la inmunidad colectiva, reduciendo la propagación de virus y bacterias en la comunidad.
- Garantiza un desarrollo infantil saludable y un embarazo más seguro, evitando complicaciones en la madre y el recién nacido.

Esquema de vacunación para niños de 0 a 11 años
(Según lineamientos del Programa Ampliado de Inmunizaciones – PAI en Colombia, aunque puede variar por región)

- Recién nacido: BCG (tuberculosis), Hepatitis B.
- 2, 4 y 6 meses: Pentavalente (difteria, tétanos, tos ferina, hepatitis B, Hib), Polio, Neumococo, Rotavirus.
- 7 meses: Influenza (primera dosis).
- 12 meses: SRP (sarampión, rubéola, parotiditis), Varicela, Hepatitis A, Refuerzo neumococo.
- 18 meses: Refuerzo Pentavalente, Polio y DPT.
- 5 años: Refuerzo DPT, Polio y SRP.
- A partir de los 9 años (niñas y niños): Vacuna contra el Virus del Papiloma Humano (VPH).

Vacunación en gestantes

- Tétanos y Difteria (Tdap o TT): protege a la madre y al recién nacido contra el tétanos neonatal.
- Influenza: en cualquier trimestre, para proteger contra complicaciones respiratorias.

- COVID-19 (según lineamientos actuales): para prevenir complicaciones graves en el embarazo.

Medidas generales de higiene

1. Lavado de manos

- Es la medida más sencilla y eficaz para prevenir enfermedades.
- Se debe realizar con agua y jabón en momentos clave: antes de preparar o consumir alimentos, después de ir al baño, después de cambiar pañales, al regresar de la calle y al toser o estornudar.
- Debe durar entre 40 y 60 segundos, asegurando frotar palmas, dorso, entre los dedos y debajo de las uñas.

2. Manipulación de alimentos

- Lavar muy bien frutas y verduras antes de consumirlas.
- Cocinar carnes, huevos y pescados a temperaturas seguras para eliminar bacterias.
- Evitar la contaminación cruzada usando utensilios diferentes para alimentos crudos y cocidos.
- Conservar alimentos refrigerados o protegidos para evitar su descomposición.

3. Preparación de agua segura

- Utilizar siempre agua potable para beber, cocinar y lavar alimentos.
- En zonas rurales, hervir el agua durante al menos 3 a 5 minutos o usar métodos de desinfección con cloro o filtros certificados.
- Almacenar el agua en recipientes limpios, tapados y de uso exclusivo para consumo.

4. Manejo adecuado de desechos

- Disponer la basura en bolsas cerradas y entregarla en los puntos de recolección autorizados.
- Separar residuos reciclables, orgánicos y peligrosos para evitar contaminación ambiental.
- Evitar la acumulación de basuras cerca de la vivienda para prevenir plagas y malos olores.

5. Higiene oral

- Cepillar los dientes mínimo 3 veces al día con crema dental con flúor, idealmente después de cada comida.
- Usar seda dental diariamente para retirar restos de alimentos entre los dientes.
- Evitar el consumo excesivo de azúcares y bebidas gaseosas.
- Asistir regularmente a controles odontológicos preventivos.

3. Dinámicas participativas

- Se promovió la interacción con preguntas y ejemplos cotidianos.
- Uso de dramatizaciones y actividades grupales para reforzar los mensajes clave (ejemplo: práctica guiada del lavado de manos correcto).

4. Práctica guiada y retroalimentación

- Los participantes realizaron ejercicios de aplicación práctica sobre estimulación infantil, revisión del esquema de vacunación y técnicas adecuadas de higiene.
- Se brindó retroalimentación inmediata y se aclararon dudas.

5. Cierre de la capacitación

- Se resumieron los principales aprendizajes.
- Se invitó a las asistentes a replicar las recomendaciones en sus hogares y comunidad.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

1. Asistencia y participación: Se contó con la participación activa de 20 personas, quienes mostraron gran interés en las temáticas desarrolladas.

2. Conocimientos adquiridos: Los asistentes lograron identificar las principales etapas del desarrollo infantil y las recomendaciones de estimulación según la edad.

3. Vacunación: Se reforzó la comprensión del esquema vigente de vacunación para niños de 0 a 11 años y gestantes, reconociendo la importancia de completar el esquema para prevenir enfermedades transmisibles.

4. Prácticas de higiene: Los participantes aplicaron de manera práctica técnicas correctas de lavado de manos, manipulación segura de alimentos y preparación de agua segura, lo que fortaleció sus capacidades de prevención.

5. Retroalimentación positiva: La mayoría de los asistentes calificó la jornada como clara, útil y aplicable en su vida cotidiana, comprometiéndose a replicar lo aprendido en sus hogares y comunidad.

Firma



SINDY YULIANA PATIÑO MUÑOZ