PROGRAMA	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)**		
NOMBRE FUNCIONARIO	SINDY TATIANA GARCIA TAMARA		
DIMENSIÓN	NIÑOS, NIÑAS	**N. ACT.**	**06**
ACTIVIDAD	Diseñar e implementar acciones de Información, Educación y Comunicación (IEC) en salud a través de los medios de comunicación locales y comunitarios, orientadas a la difusión y capacitación de la población en los tres mensajes clave para la prevención de las Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA) y las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA), promoviendo prácticas de autocuidado, hábitos saludables y la adopción de medidas preventivas en los diferentes entornos del municipio.		
COMPONENTE	SALUD PUBLICA		

Ámbito Territorial (Res 3202/16)			**Entornos (Res 3202/16)**				
URBANO	**RURAL**	**RURAL DISPERSO**	**HOGAR**	**EDUCATIVO**	**LABORAL**	**INSTITUCIONAL**	**COMUNITARIO**
X							**X**

POBLACIÓN SUJETO	Comunidad en general municipio de Iquira.

Momentos del Curso de Vida (resolución 3202 de 2016)					
PRIMERA INFANCIA (8 días a 5 años 11 meses 29 días)	**INFANCIA (6 a 11 años 11 meses 29 días)**	**ADOLESCENCIA (12 a 17 años 11 mese 29 días)**	**JUVENTUD (18 a 28 años 11 meses 29 días)**	**ADULTEZ (29 a 59 años 11 meses 29 días)**	**VEJEZ (60 años y más)**
X	**X**	**X**	**X**	**X**	**X**

LUGAR	Flayer educativo- página WEB Hospital Maria Auxiliadora - territorio (5)-microterritorio (1,2,3,4)

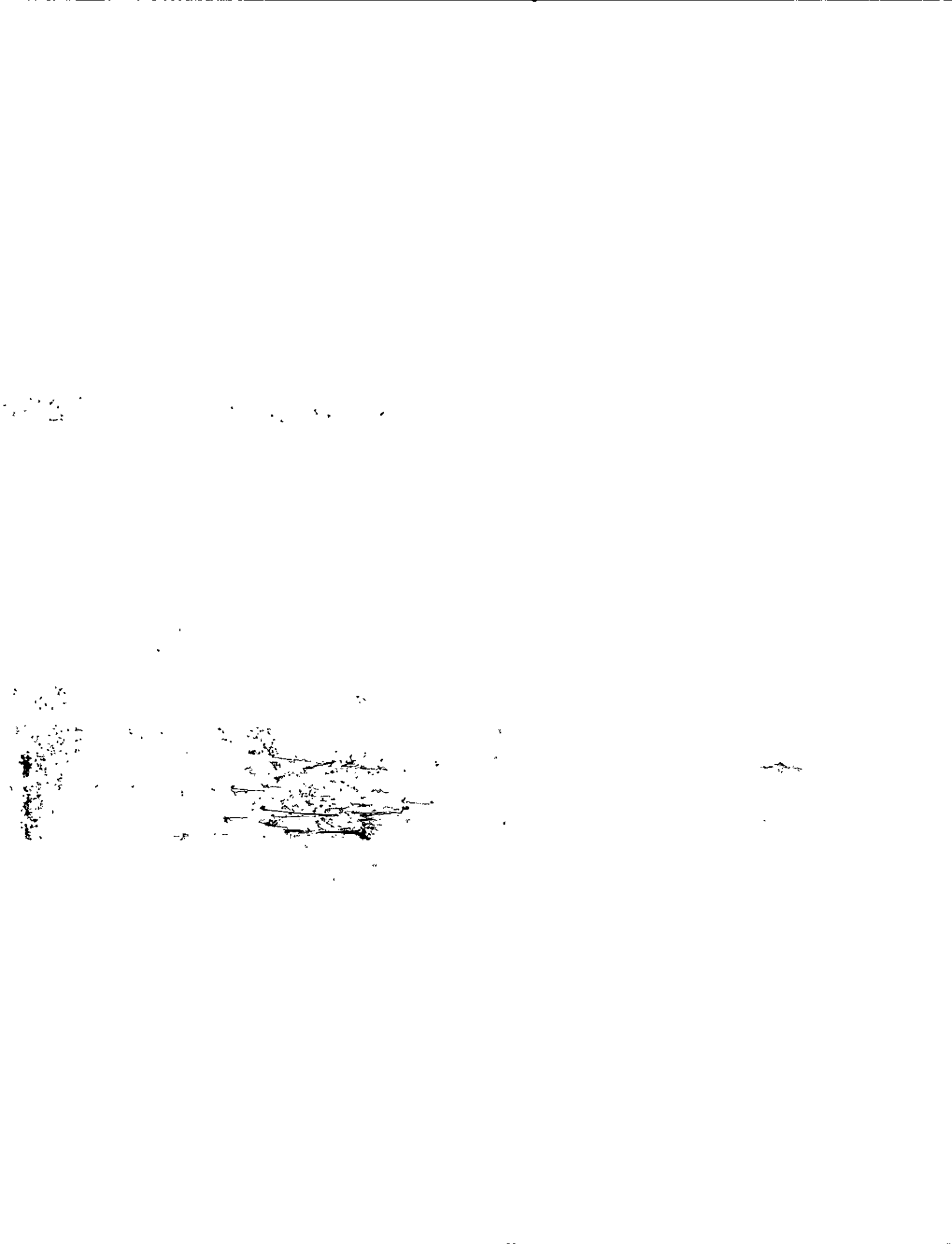
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINAL**	**DURACIÓN**
15/07/2026			No aplica

I. ACTIVIDAD/OBJETO:

Fortalecer los conocimientos y las prácticas preventivas en la comunidad o institución para reducir los casos de EDA e IRA, promoviendo hábitos de higiene, alimentación saludable y cuidado del entorno.

II. POBLACIÓN OBJETO:

La actividad estuvo encaminada a la comunidad en general, especialmente a madres, padres de familia y cuidadores de la zona urbana y rural del municipio de Iquira.



III. METODOLOGÍA:

- Se realizó la elaboración previa del material educativo, incluyendo información clara, resumida y de fácil comprensión
- Se reiteró la importancia de aplicar las medidas preventivas en el hogar y acudir oportunamente al servicio de salud ante signos de alarma.
- El fayer educativo fue transmitido por medio de la página WEB del Hospital Maria Auxiliadora.

IV. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Dando cumplimiento al Pas del año 2026, el día 15 de julio del 2026, la auxiliar de enfermería Sindy Tatiana Garcia Tamara, realizo la publicacion del flayer Educativo por medio de la página WEB del Hospital Maria Auxiliadora, sobre los tres mensajes claves para la prevención de EDA/ IRA, para toda la comunidad en general de las zonas rurales y urbanas del municipio de Iquira- Huila, las actividades desarrolladas en el marco de la prevención de las IRA (Infecciones Respiratorias Agudas) y las EDA (Enfermedades Diarreicas Agudas) se llevaron a cabo mediante una metodología participativa, educativa y comunitaria, orientada a fortalecer el conocimiento y promover prácticas saludables en la población, se da contextualización sobre dichas enfermedades.

IRA

Las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA) son un conjunto de enfermedades que afectan las vías respiratorias, desde la nariz hasta los pulmones, y que se desarrollan en un período corto de tiempo, generalmente menor a 15 días. Estas infecciones son causadas principalmente por virus y bacterias, y representan una de las causas más frecuentes de consulta médica y ausentismo escolar o laboral, especialmente en niños menores de cinco años y en adultos mayores.

Las IRA pueden manifestarse como resfriado común, faringitis, amigdalitis, bronquitis, neumonía, entre otras. Sus síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, congestión nasal, dolor de garganta, dificultad para respirar y malestar general. Aunque muchas veces son leves, algunas pueden volverse graves si no se tratan a tiempo o si afectan a personas con sistemas inmunológicos debilitados.

En el contexto comunitario, las IRA constituyen un importante problema de salud pública, especialmente en épocas de lluvias o bajas temperaturas, cuando se incrementa su transmisión. Factores como el hacinamiento, la contaminación del aire, la falta de ventilación en los hogares y los cambios bruscos de clima aumentan el riesgo de contagio.

La prevención de las IRA se basa principalmente en la promoción de hábitos saludables, como el lavado frecuente de manos, cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar, ventilar los espacios cerrados, mantener una buena alimentación, evitar la exposición al humo del tabaco y cumplir con el esquema de vacunación. Asimismo, el reconocimiento temprano de los síntomas y la consulta oportuna con los servicios de salud son claves para evitar complicaciones, se desarrolló divulgacion de los 3 mensajes claves de la IRA:

1. **¿Cómo evitar que un niño o un adulto mayor se enferme?**

- Control del polvo casero
- Facilitar la ventilación e iluminación natural
- Evitar la presencia de humo en la vivienda
- Evitar el contacto con personas que tengan gripa o tos
- Evitar los cambios bruscos de temperatura
- Evitar la presencia de humo en la vivienda
- Evitar los sitios aglomerados

- Cubrir la boca con interior de codo al estornudar o toser y usar tapabocas en mayores de 2 años si hay síntomas

2. ¿Cómo cuidar a un niño o a un adulto mayor si padece una infección respiratoria aguda?

- Expresiones de afecto
- Lactancia materna
- Alimentacion complementaria y fracccionada
- Evitar el consumo de alimentos de paquete
- Suero oral e ingesta de liquidos
- Aislamiento en casa
- Mantener fosas nasales limpias
- Acuidir por urgencias si hay signos y sintomas de alarma
- Lavado de manos con agua y jabon
- Uso de tapabocas
- Acetaminofen, NO ANTIBIOTICO O JARABE
- Evitar el polvo y humo
- Higiene personal
- Limpieza y desinfeccion de la Vivienda

3. ¿Cuándo consultar al médico? Aparición de signos de alarma

- Fiebre igual o mayor a 38° que no cede al acetaminophen, ni medios fisicos
- Temperatura igual o menor de 35°
- Disminucion del apetito
- Somnolencia o dificultad para despertar
- Decaimiento, ataques o convulsions

- Deterioro del estado general
- Dificultad para respirar o respiracion rapida
- Ruidos raros al respirar o dolor en el pecho
- Tiraje o hundimiento de las costillas
- No puede comer, ni beber nada, vomita todo

EDA

Las Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA) son un conjunto de afecciones del aparato digestivo caracterizadas por la evacuación frecuente de heces líquidas o semilíquidas, generalmente más de tres veces al día, acompañadas en algunos casos de fiebre, vómito, dolor abdominal y deshidratación. Estas enfermedades tienen una duración menor a 14 días y representan una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en la población infantil, especialmente en países con limitaciones en el acceso a agua potable y saneamiento básico.

Las EDA pueden ser provocadas por virus, bacterias o parásitos, que se transmiten principalmente a través del consumo de agua o alimentos contaminados, o por el contacto con superficies u objetos sucios. Entre los agentes más comunes se encuentran el rotavirus, la Escherichia coli, la Shigella y el cólera.

En el ámbito comunitario, las EDA constituyen un problema de salud pública, ya que afectan el bienestar y la productividad de las familias, incrementan la demanda de servicios médicos y pueden generar brotes epidémicos si no se controlan adecuadamente. Los factores de riesgo más importantes son la falta de higiene personal, la manipulación inadecuada de los alimentos, el almacenamiento inseguro del agua y el manejo inadecuado de excretas.

La prevención de las EDA se basa en la promoción de hábitos saludables, como el lavado de manos con agua y jabón antes de preparar o consumir alimentos, después de ir al baño o

cambiar pañales; el consumo de agua segura (hervida o tratada con cloro); el correcto lavado y cocción de frutas, verduras y carnes; y el adecuado manejo de residuos y excretas. Además, la lactancia materna exclusiva en los primeros seis meses de vida es una medida protectora fundamental en los niños pequeños.

El control efectivo de las EDA requiere la participación activa de la comunidad, las familias y las instituciones de salud, fomentando la educación sanitaria y el acceso a servicios básicos. La atención oportuna y la adecuada hidratación son esenciales para prevenir complicaciones graves como la deshidratación severa y la desnutrición, estos son los 3 mensajes claves de la EDA:

1. ¿Cómo evito que mi hijo(a) se enferme de EDA?

- Dar lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y complementaria entre los 6 meses y los dos años de edad.
- Lavado de manos frecuente con agua y jabón especialmente en momentos clave: Antes de preparar, servir o consumir alimentos, después de ir al baño, después de cambiar pañal, después de contacto con mascotas, al llegar a casa.
- Asegurar esquema de vacunación completo
- Debe consumir siempre agua hervida dejar por 10 minutos, mantenerla tapada en un recipiente platico, limpio y usarla en el menor tiempo posible. No consumir bebidas azucaradas (Refrescos, gaseosa, jugos de caja o botella, bebida energizante)
- El agua hervida debe usarse para el lavado y preparación de alimentos y bebidas (incluyendo el hielo), superficies y utensilios de cocina.
- Mantener y conservar separados (preferiblemente en recipientes con tapa) los alimentos crudos de los cocinados y de los que están listos para comer.

2. ¿Cómo cuidar en casa si ya enfermó de EDA?

- Aumentar la ingesta de suero oral para prevenir la deshidratación.
- Administrar Sales de Rehidratación Oral (a o plátano, o arroz). Después de cada deposición o vómito (siguiendo recomendaciones de preparación y hacerlo con agua hervida)
- Ofrecer líquidos preparados mediante cocción de cereales en grano o molidos (arroz, maíz o cebada) cocinados en agua (hervida).
- Evitar bebidas con alto contenido de azúcar, gaseosas, hidratantes para deportistas, jugos de frutas preparados industrialmente.
- Continuar con la lactancia materna, alimentación complementaria sin procesados, colorantes y preservantes, para prevenir la desnutrición.
- Administrar zinc al niño, que será formulado por el médico
- Conocer y consultar si presenta signos de alarma

3. ¿Cuándo consultar al médico? Aparición de los signos de alarma de una EDA

- Ojos hundidos
- Deposiciones líquidas y frecuentes 3 o más en el día
- Bebe ávidamente los líquidos que se le ofrecen
- No puede beber, ni tomar del pecho
- Vomita todo (presencia de 4 episodios de vómito en las últimas 4 horas)
- Orina poco o deja de orinar
- Fiebre igual o mayor de 38° que no cede al consumo de acetaminofén
- Aparece sangre en heces
- Convulsiona
- Se ve somnoliento o de difícil despertar.

Impacto de la actividad:

La publicación educativa sobre la prevención de las IRA y EDA a través de redes sociales generó un impacto positivo en la comunidad, al fortalecer el conocimiento sobre síntomas, signos de alarma y medidas preventivas, promoviendo prácticas saludables en el hogar como el lavado de manos, el consumo de agua potable y la adecuada manipulación de alimentos, se evidencio la interacción entre la comunidad, evidenciando (430) visualizaciones, (38) reacciones y (8) compartidos registrados en la publicación, facilitando la replicación del mensaje preventivo dentro de la comunidad. Esta estrategia contribuyo a:

- fomentar la responsabilidad individual y colectiva frente al cuidado de la salud, promoviendo hábitos que contribuyen a disminuir la incidencia de IRA y EDA.
- Al reconocer los signos de alarma, las familias pueden acudir de manera oportuna a los servicios de salud.
- La difusión de información preventiva sobre las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA) y las Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA).

Link de la publicación: https://www.facebook.com/share/v/1bN373Yft5/?mibextid=wwXIfr

Descripción del flayer

PREVENCIÓN EDA / IRA

"Ojo… la diarrea y las infecciones respiratorias en niños pueden prevenirse con acciones simples."

"Hoy te explico los 3 mensajes clave para prevenir la EDA y la IRA, y cuidar la salud de nuestros niños."

"Las enfermedades diarreicas y respiratorias son muy comunes en la infancia, pero con prevención podemos evitar complicaciones."

🟢 MENSAJE CLAVE 1 – PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO

"El primer mensaje es el autocuidado.

- Lávate las manos antes de preparar alimentos y después de ir al baño,
- mantén la higiene en el hogar,
- y protege a los niños evitando el contacto con personas enfermas."

🔵 MENSAJE CLAVE 2 – HÁBITOS SALUDABLES

"El segundo mensaje son los hábitos saludables.

- Consume agua potable,
- mantén una alimentación balanceada,
- continúa con la lactancia materna en los más pequeños,
- y mantén los espacios bien ventilados."

🟡 MENSAJE CLAVE 3 – MEDIDAS PREVENTIVAS EN LOS ENTORNOS

"El tercer mensaje es aplicar medidas preventivas en todos los entornos.

- En la casa, mantén la limpieza,
- en la escuela, promueve el lavado de manos,

- y en la comunidad, evita la contaminación del agua y los alimentos."

"Prevenir está en nuestras manos.

Cuidar a los niños es responsabilidad de todos.

¡Adopta estos hábitos y protege la salud de tu familia!"

V. COMPROMISOS:

- Promover el lavado de manos frecuente con agua y jabón, especialmente antes de comer, después de ir al baño y al llegar a casa.
- Garantizar el consumo de agua segura, ya sea hervida o tratada, y fomentar el uso adecuado de recipientes limpios y tapados para su almacenamiento.
- Mantener la higiene del entorno, incluyendo la limpieza de aulas, baños, cocinas y espacios comunes para evitar la proliferación de virus y bacterias.
- Evitar la automedicación y acudir oportunamente al centro de salud ante la presencia de síntomas de EDA o IRA.
- Participar en jornadas educativas y actividades de promoción de la salud para fortalecer los conocimientos en prevención de enfermedades.
- Mantener los esquemas de vacunación completos, especialmente en niños y adultos mayores, como medida de protección frente a enfermedades respiratorias.

VI. CONCLUSIONES:

- La prevención de las EDA e IRA es una responsabilidad compartida entre la comunidad, las instituciones educativas y los servicios de salud, ya que estas enfermedades continúan siendo una de las principales causas de morbilidad en la población infantil y adulta.

- Se reafirma la importancia de adoptar hábitos de higiene y autocuidado, como el lavado de manos, la manipulación segura de los alimentos, el consumo de agua potable y la adecuada ventilación de los espacios, como estrategias efectivas para reducir la incidencia de estas enfermedades.
- Las acciones educativas y de promoción de la salud son esenciales para fortalecer el conocimiento y la conciencia de la comunidad frente a los factores de riesgo y las medidas preventivas.
- El cumplimiento de los compromisos adquiridos por parte de los participantes garantizará la continuidad de las prácticas saludables y contribuirá al bienestar general y la mejora de la calidad de vida.
- Finalmente, se concluye que la participación activa y coordinada entre los miembros de la comunidad es fundamental para disminuir los casos de EDA e IRA, promoviendo ambientes más saludables y seguros para todos.

VII. BIBLIOGRAFIA:

https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ET/programa-nacional-ira-eda-2023.pdf

Capacitación en los tres mensajes claves para la prevención de las EDA/IRA- página WEB Hospital Maria Auxiliadora 14/04/2026

SINDY T. GARCIA T.

SINDY TATIANA GARCIA TAMARA
AUXILIAR DE ENFERMERIA

Se anexa Evidencia fotografía, folletos y Firmas

FLAYER EDUCATIVO

Descripción del Flayer

PREVENCIÓN EDA E IRA (AIEPI)

"Ojo… la diarrea y las infecciones respiratorias en niños pueden prevenirse con acciones simples."

"Hoy te explico los 3 mensajes clave para prevenir la EDA y la IRA, y cuidar la salud de nuestros niños."

"Las enfermedades diarreicas y respiratorias son muy comunes en la infancia, pero con prevención podemos evitar complicaciones."

MENSAJE CLAVE 1 – PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO

"El primer mensaje es el autocuidado.

- Lávate las manos antes de preparar alimentos y después de ir al baño,
- mantén la higiene en el hogar,
- y protege a los niños evitando el contacto con personas enfermas."

MENSAJE CLAVE 2 – HÁBITOS SALUDABLES

"El segundo mensaje son los hábitos saludables.

- Consume agua potable,
- mantén una alimentación balanceada,
- continúa con la lactancia materna en los más pequeños,
- y mantén los espacios bien ventilados."

MENSAJE CLAVE 3 – MEDIDAS PREVENTIVAS EN LOS ENTORNOS

"El tercer mensaje es aplicar medidas preventivas en todos los entornos.

- En la casa, mantén la limpieza,
- en la escuela, promueve el lavado de manos,

- y en la comunidad, evita la contaminación del agua y los alimentos."

"Prevenir está en nuestras manos.

Cuidar a los niños es responsabilidad de todos.

¡Adopta estos hábitos y protege la salud de tu familia!"

PLAN DE ACCION IEC

SESIÓN 1: DIMENCION "NIÑOS, NIÑAS"

MUNICIPIO:	**Iquira (Huila)**
AUXILIAR EN ENFERMERIA RESPONSABLE:	**SINDY TATIANA GARCIA TAMARA**
LUGAR:	Página WEB Hospital Maria Auxiliadora- territorio (5)- microterritorio (1,2,3,4)
POBLACION OBJETO:	Comunidad en general municipio de Iquira
OBJETIVO:	Fortalecer los conocimientos y las prácticas preventivas en la comunidad o institución para reducir los casos de EDA e IRA, promoviendo hábitos de higiene, alimentación saludable y cuidado del entorno. Difundir mensajes educativos claros y prácticos sobre prevención.
OBJETIVOS ESPECIFICOS:	Sensibilizar a padres, cuidadores y comunidad en general. Promover consulta oportuna ante signos de alarma. Reducir factores de riesgo asociados a EDA e IRA.

MENSAJES CLAVES:	**EDA:** 1. Lavado de manos frecuente con agua y jabón. 2. Consumo de agua potable o hervida. 3. Consulta inmediata ante signos de deshidratación. **IRA:** 1. Lavado de manos frecuente. 2. Cubrirse al toser o estornudar. 3. Consultar ante fiebre persistente o dificultad para respirar.
MEDIOS UTILIZADOS:	Publicación flayer Educativo.

Responsable de la actividad:

SINDY T^a GARCIA T^a

SINDY TATIANA GARCIA TAMARA
Auxiliar en Enfermería PIC

REGISTRO FOTOGRAFICO



