

SALUD

En-torno a tu familia



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

CONTENIDOS

- Salud mental de la madre y del niño.
- Fortalecimiento del vínculo, crianza y cuidado
- Bienestar integral en la primera infancia.



ACTIVIDAD ROMPE HIELO

“La persona que marco mi vida”

¿Quién fue una persona importante en su infancia y qué hizo para que la recuerden?

Muchas veces no recordamos grandes regalos ni grandes discursos. Recordamos la presencia, el afecto y el acompañamiento. Eso es precisamente lo que hoy vamos a abordar cuando hablamos de salud mental, vínculo afectivo y bienestar infantil.



¿POR QUÉ HABLAR DE PRIMERA INFANCIA?

La primera infancia es una etapa fundamental para el desarrollo humano.

Durante estos años:

- Se desarrolla gran parte del cerebro.
- Se construyen las bases del aprendizaje.
- Se fortalecen las habilidades emocionales y sociales.
- Se establecen vínculos afectivos que influyen durante toda la vida.



¿Quién influye en el bienestar de un niño?



El bienestar infantil es una responsabilidad compartida.



SALUD MENTAL MATERNA

La salud mental materna comprende el bienestar emocional, psicológico y social de la mujer durante:

- Embarazo.
- Parto.
- Puerperio.
- Maternidad.

Influye directamente en la capacidad de cuidado y en el desarrollo integral del bebé.



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

La salud mental de la madre influye en:

- Desarrollo emocional del bebé.
- Formación del vínculo afectivo.
- Capacidad de respuesta a las necesidades del niño.
- Bienestar familiar.
- Construcción de entornos protectores.



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

En-torno a tu familia

MADRE

Su bienestar físico y emocional es la base del cuidado.



- Salud mental
- Autocuidado
- Apoyo y acompañamiento
- Información y orientación

BEBÉ

Recibe cuidado, afecto y protección que favorecen su desarrollo integral.



- Vínculo afectivo seguro
- Cuidado sensible y oportuno
- Nutrición adecuada
- Estimulación y juego

FAMILIA

Un entorno familiar estable y afectivo fortalece el desarrollo del niño o niña.



- Comunicación y afecto
- Roles y responsabilidades compartidas
- Apoyo emocional
- Rutinas y límites positivos

COMUNIDAD

Una comunidad que apoya, protege y acompaña, transforma vidas.



- Redes de apoyo
- Servicios de salud y educación
- Entornos seguros y protectores
- Participación comunitaria



Cuando cada parte cumple su papel, los niños y niñas crecen sanos, felices y con más oportunidades.



CAMBIOS EMOCIONALES DURANTE EL EMBARAZO

Es normal experimentar:

- Miedo.
- Ansiedad.
- Estrés.
- Irritabilidad.
- Incertidumbre.
- Cambios de ánimo.

Sin embargo, cuando estas emociones son persistentes y afectan la vida diaria, requieren atención.



DEPRESIÓN DURANTE EL EMBARAZO Y POSPARTO

Señales de alerta

- Tristeza persistente.
- Llanto frecuente.
- Cansancio extremo.
- Alteraciones del sueño.
- Ansiedad intensa.
- Dificultad para vincularse con el bebé.
- Desesperanza.

La depresión no es debilidad. Es una condición que requiere apoyo y atención.



FACTORES DE RIESGO Y FACTORES PROTECTORES

Factores de riesgo

- ✗ Violencia intrafamiliar.
- ✗ Falta de apoyo.
- ✗ Aislamiento social.
- ✗ Problemas económicos.
- ✗ Embarazo no planeado.

Factores protectores

- ✓ Redes de apoyo.
- ✓ Escucha activa.
- ✓ Información y educación.
- ✓ Atención en salud.
- ✓ Acompañamiento familiar.



EL VÍNCULO AFECTIVO COMIENZA DESDE EL EMBARAZO

El vínculo afectivo es la relación emocional que se construye entre el niño y quienes lo cuidan.

Puede fortalecerse mediante:

- Hablarle al bebé.
- Expresar emociones positivas.
- Acompañar la gestación.
- Crear ambientes tranquilos.



BENEFICIOS DE UN VÍNCULO AFECTIVO SEGURO



PRÁCTICAS QUE FORTALECEN EL VÍNCULO

- Contacto piel a piel.
- Lactancia materna.
- Responder al llanto.
- Hablar y jugar con el bebé.
- Brindar afecto y atención.

Las interacciones cotidianas fortalecen el desarrollo cerebral y emocional.



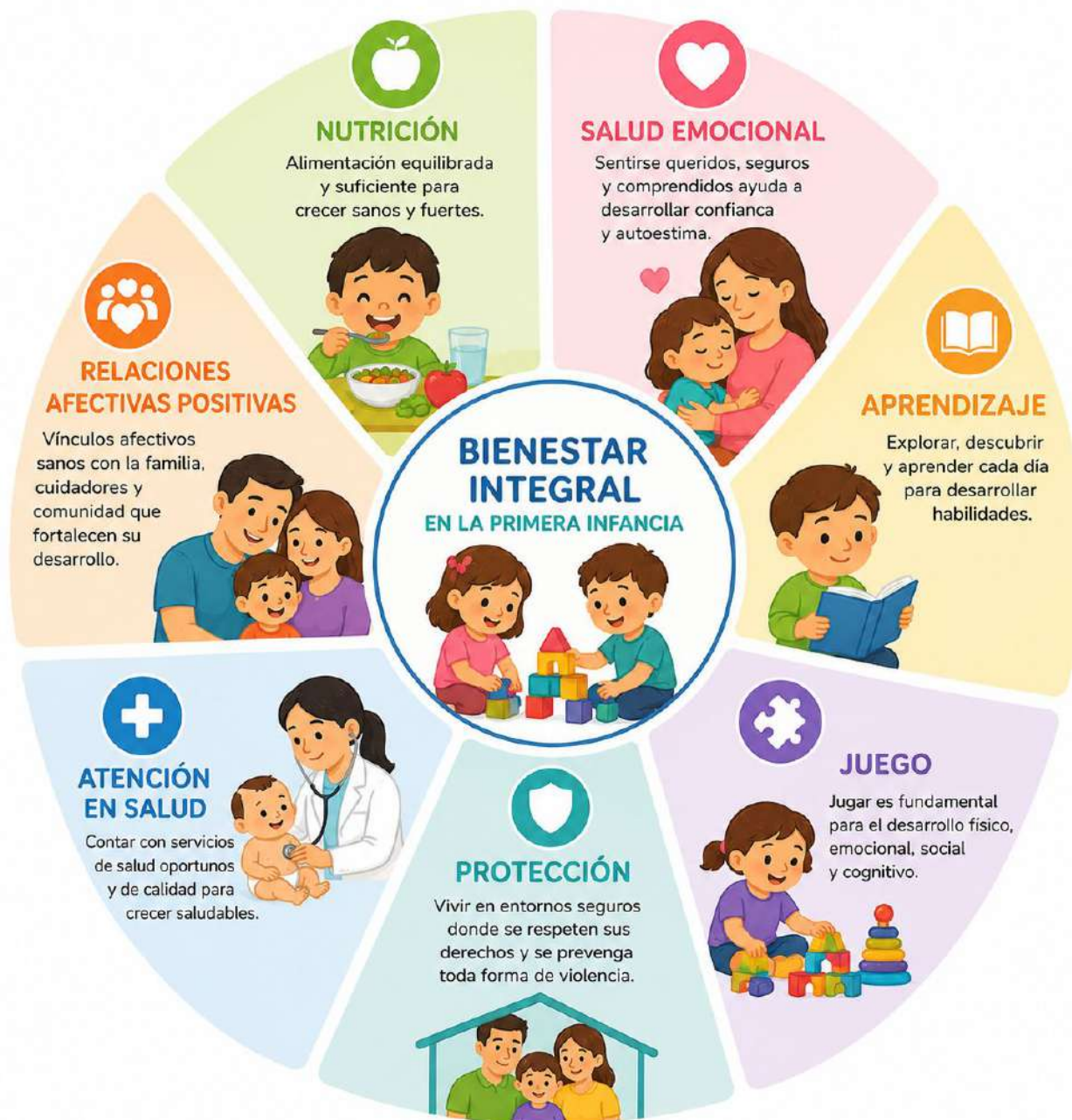
PROTECCIÓN INFANTIL Y PREVENCIÓN DE VIOLENCIAS

La negligencia también es una forma de maltrato

Puede manifestarse como:

- Falta de supervisión.
- Inasistencia a controles.
- Alimentación inadecuada.
- Descuido emocional.





ACTIVIDAD GRUPAL

“Tejiendo equipo”



¿QUÉ ES EL NEURODESARROLLO?

El neurodesarrollo es el proceso mediante el cual el cerebro y el sistema nervioso maduran y permiten que niñas y niños desarrollen habilidades como:

-  Pensamiento y aprendizaje.
-  Lenguaje y comunicación.
-  Movimiento y coordinación.
-  Manejo de emociones.
-  Relación con otras personas.

Los primeros años de vida son fundamentales porque durante esta etapa el cerebro crece y crea millones de conexiones neuronales.



¿QUÉ FACTORES FAVORECEN EL NEURODESARROLLO?

El desarrollo cerebral no depende de un solo factor.

Necesita:

- 🍎 Nutrición adecuada.
- ❤️ Afecto y vínculos seguros.
- 🎲 Juego y exploración.
- 📖 Estimulación y aprendizaje.
- 🏥 Atención oportuna en salud.
- 🛡️ Entornos seguros y protectores.



Cada experiencia positiva fortalece el desarrollo cerebral.



EL PAPEL DE LOS LÍDERES Y CUIDADORES

Los líderes comunitarios y cuidadores son actores clave para la protección y el bienestar de la infancia.

Pueden contribuir mediante:

ACOMPañAMIENTO EMOCIONAL

Brindar apoyo, contención y cercanía en momentos difíciles.



PROMOCIÓN DEL ACCESO A SERVICIOS

MOTIVAR y orientar a las familias para que accedan a servicios de salud, educación y protección.



ESCUCHA ACTIVA

Escuchar con atención, respeto y sin juzgar.



EDUCACIÓN Y ORIENTACIÓN

Compartir información clara y útil que fortalezca las capacidades de las familias.



FORTALECIMIENTO DE REDES DE APOYO

Conectar a las familias con su comunidad para que nadie esté solo en la crianza.



¿CÓMO PODEMOS IDENTIFICAR FAMILIAS QUE NECESITAN APOYO?

Algunas señales pueden ser:

- Madres con tristeza persistente.
- Aislamiento social.
- Violencia intrafamiliar.
- Dificultades en el cuidado infantil.
- Falta de asistencia a controles de salud.
- Negligencia o descuido.

Detectar oportunamente puede prevenir situaciones de riesgo.



¿QUÉ PODEMOS HACER DESDE NUESTRO ROL?

Pequeñas acciones pueden generar grandes cambios en la vida de niñas y niños y en el bienestar de sus familias y comunidades.



1



PROMOVER EL BUEN TRATO.
Tratar con respeto, cariño y dignidad a niñas, niños y familias.



2



ESCUCHAR SIN JUZGAR.
Escuchar con atención y empatía permite comprender y apoyar mejor.



3



ORIENTAR A LAS FAMILIAS.
Compartir información clara y útil sobre servicios, derechos y rutas de apoyo.



4



IDENTIFICAR SEÑALES DE ALERTA.
Estar atentos a posibles situaciones de riesgo permite actuar a tiempo y prevenir daños.



5



FORTALECER FACTORES PROTECTORES.
Promover vínculos afectivos, comunicación, apoyo familiar, autoestima y habilidades para la vida.



6



PROMOVER ENTORNOS SEGUROS PARA LA INFANCIA.
Crear espacios donde niñas y niños se sientan protegidos, valorados y puedan desarrollarse plenamente.



Cada acción cuenta. Juntos podemos construir una comunidad que cuide, proteja y potencie el desarrollo de nuestras niñas y niños.



SALUD



***En-torno
a tu familia***



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI