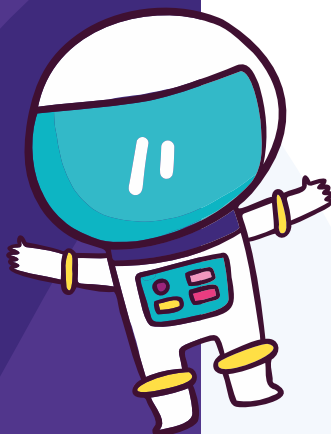


CARNÉ DE
**SALUD
INFANTIL**
N I Ñ A S



CARMEN EMILIA OSPINA
Salud, bienestar y dignidad

USO DEL CARNÉ DE SALUD INFANTIL



El carné de salud infantil es un documento muy importante para los papitos y mamitas, médicos, enfermeros y cuidadores de todos los niños de la ESE Carmen Emilia Ospina, ya que reflejará un seguimiento detallado de las condiciones de salud, crecimiento, desarrollo y vacunación de tu hija desde el nacimiento hasta el egreso del programa de crecimiento y desarrollo.

Por favor, cuídalo y llévalo siempre contigo, cuando asistas a consulta de crecimiento y desarrollo, y a controles médicos o vacunación.

En caso de urgencia favor avisar a:

Teléfono fijo: _____

No. Celular: _____

Nombres y apellidos: _____

Dirección/domicilio: _____

Municipio: _____





Mi
Primera
Foto

Soy

Nací en:

Departamento:

Día:

Mes:

Mi peso al nacer fue:

Mi talla al nacer fue:

Mi tipo de sangre es:

Rh:

Mi resultado de TSH fue:

Mi número de registro civil es:

Del año:

Soy alérgico a:

Utilizo algún medicamento especial:

ESQUEMA DE VACUNACIÓN

Inscríbelo y acompáñalo a todos sus controles en sus primeros años de vida.



Ten en cuenta lo siguiente:

- Visita tu sede de atención en salud y completa el esquema de vacunación de tu bebé.
- Si tu bebé tiene resfrío, diarrea o fiebre puede ser vacunado sin riesgo alguno.
- Las vacunas no causan ningún daño; pueden presentar un poco de malestar o fiebre, pero esto pasa con rapidez.
- Desde la gestación protege tu salud y la de tu hijo, vacúnate.
- Conoce el esquema de vacunación y no olvides entregar el carné a tu médico o enfermera para que registre la aplicación de la vacuna y el próximo control.

En la ESE Carmen Emilia Ospina contamos con un programa de crecimiento y desarrollo, que desde la prevención y la identificación oportuna cuidamos la salud de tu hija.



CUIDADOS POS-VACUNALES

La vacunación es un gesto de amor.
Vacuna, abraza y acaricia a tu hijo después
de cada vacuna.



Ten en cuenta que:

En el sitio de la aplicación algunas veces aparece una bolita; el niño se puede sentir caliente, con dolor o molestia los primeros 3 días.

Los bebés alimentados exclusivamente con leche materna tienen menos probabilidad de tener fiebre después de la vacunación que los que reciben lactancia mixta o artificial.

Cuidados después de la vacunación:

No automediques al niño y ten presente todas las recomendaciones dadas por el personal de salud.

Si el niño presenta temperatura de 37.5° a 37.9°C se puede aplicar agua fresca con una toalla limpia en la axila, frente y pies, vestirlo con ropa ligera, darle mucho líquido y no suspender la leche materna.

Si se presenta hinchazón, calor o enrojecimiento en el sitio de la aplicación, humedecer con agua fresca una toalla limpia y ponerla en la zona afectada. No hacer masajes.

Cuando consultar al médico:

Si el niño está pálido y sin fuerzas; si ha estado llorando por más de tres horas no para de llorar; si está tembloroso, agitado o dando sacudidas; si esta notablemente, menos activo o alerta.

Si continua por más de 24 horas: molesto, con hinchazón, calor, enrojecimiento o si el dolor aumenta en el sitio de la aplicación.

Si presenta temperatura de 38°C o más.

Tabla de registro y citas programadas consultas Médicas y de enfermería

Frecuencia del control	Profesional	Fecha	Hora	Edad actual del menos	Peso (kg)	Talla (cms)	Desarrollo	Evaluación nutricional	Firma del profesional
1 mes	Medico								
1 mes	Asesoría en Lactancia Materna								
2 - 3 meses	Enfermera								
4 - 5 meses	Medico								
6 - 8 meses	Enfermera								
9 - 11 meses	Enfermera								
12 - 17 meses	Medico								
18 - 23 meses	Enfermera								
24 - 29 meses	Medico								
30 - 35 meses	Enfermera								
3 años	Medico								
4 años	Enfermera								
5 años	Medico								
6 años	Medico								
7 años	Enfermera								
8 años	Medico								
9 años	Enfermera								
10 años	Medico								
11 años	Enfermera								

MÁS ALIMENTACIÓN
DE PRIMERA

LACTANCIA MATERNO

La lactancia materna es la forma más adecuada y natural de proporcionar aporte nutricional, inmunológico emocional de tu bebé, ya que le brinda todos los nutrientes y anticuerpos que lo mantendrán sano; además te permitirá crear un fuerte lazo afectivo con él.



1 Beneficios para la madre:

- Menos probabilidad de desarrollar cáncer de seno.
- Reduce el riesgo de hemorragias después del parto.
- Favorece el vínculo afectivo con el bebé.
- El útero (matriz) recobra su tamaño más rápido.

2 Beneficios para el bebé:

- Aporta todos los nutrientes necesarios.
- Está siempre disponible y a la temperatura ideal.
- Mejora las defensas contra las enfermedades.
- Ayuda a la maduración del aparato digestivo.
- Disminuye la aparición de caries dental.
- Previene la desnutrición.
- Disminuye los casos de diarrea e infecciones.

3 Consejos prácticos:

- Lacta al bebé apenas nazca.
- Lava tus manos antes y después de lactar el bebé.
- La boca del bebé debe cubrir tu areola y el pezón.
- No utilices biberón, ni chupo.
- Ofrécele seno a tu bebé cada vez que lo necesite o pida.
- La extracción manual de la leche materna evita la congestión de los senos.
- Comunícale siempre al médico que estas lactando, por si necesitas algún tipo de medicamento.
- Recuerda que la lactancia materna es exclusiva hasta los 6 meses y complementaria hasta los 2 años.



Cuidados que debes tener después del nacimiento de tu bebé

Tus primeros 40
días como
madre debes
tener en cuenta
estos cuidados:

- Bebe abundante líquido y consume frutas, verduras y alimentos nutritivos.
- Cuida tus senos, limpia los pezones solo con agua antes y después de alimentar a tu bebé.
- Haz ejercicio moderado y mantén una buena higiene.
- En caso de cesárea, lava la herida con agua y jabón y evita el contacto directo con la ropa interior.

¿QUÉ ALIMENTOS DAR Y POR QUÉ?

Leche materna:

aporta energía y nutrientes de alta calidad hasta los 23 meses.



Alimentos básicos:

aportan energía y vitaminas. Ejemplos: Cereales (arroz, trigo, maíz, quinua), raíces (yuca y papa) y frutas con almidón (plátano).



Alimentos de origen

animal: aportan proteína de alta calidad, hierro, zinc y vitaminas. Ejemplos: hígado, carnes rojas, carne de pollo, pescado y huevo.



Productos lácteos:

aportan proteína, energía, vitaminas. Ejemplos: leche, queso y requesón (cuajada).



Verduras de hojas verdes y de color naranja:

aportan vitamina A y C. Ejemplos: espinaca, brócoli, acelga, zanahoria y ahuyama.



Leguminosas:

aportan proteína, energía, hierro.

Ejemplos: variedades frijoles, lentejas, habas y arvejas.



Aceites y grasas: aportan energías y ácidos grasos esenciales.

Ejemplos: aceites (se prefiere el aceite de soya o de oliva), margarina, mantequilla o manteca de cerdo.



**ALIMENTACIÓN
COMPLEMENTARIA**

Tabla de registro y citas programadas odontología e higiene oral



Edad	Actividad	Fecha control	Profesional	Fecha proximo control
6 – 12 meses	Odontología			
	Odontología			
12 – 24 meses	Aplicación de fluor remoción de placa			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
25 – 35 meses	Odontología			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
3 años	Aplicación de fluor remoción de placa			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
4 años	Odontología			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
5 años	Aplicación de fluor remoción de placa			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
6 años	Odontología			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
7 años	Aplicación de fluor remoción de placa			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
8 años	Odontología			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
9 años	Aplicación de fluor remoción de placa			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
10 años	Odontología			
	Aplicación de fluor remoción de placa			
11 años	Aplicación de fluor remoción de placa			
	Aplicación de fluor remoción de placa			

Tabla de la evolución de las niñas de los 0 a los 6 años

DESARROLLO DE LA NIÑA DE 0 A 6 AÑOS



	Mi primer mes	1 a 6 meses	6 a 12 meses
Desarrollo Motor Grueso	Muevo mis brazos y mis piernas.	Controlo mi cabeza. Me volteo. Me mantengo sentado momentáneamente.	Me siento solo. Me arrastro. Gateo. Logro sostenerme de pie con ayuda.
Desarrollo Motor Fino - Adaptativo	Sigo movimientos horizontales con mi cabeza y extremidades.	Abro y miro mis manos. Sostengo objetos en la mano. Me llevo los objetos a la boca. Agarro objetos. Paso objetos de una mano a otra.	Sostengo objetos en cada mano. Dejo caer los objetos. Inicio mi agarre en pinza. Agarro tres objetos al tiempo. Saco objetos de un contenedor.
Desarrollo Audición y Lenguaje	Me sobresalto con un ruido. Te contemplo. Lloro cuando necesito algo.	Me tranquilizo con tu voz. Produzco sonidos. Busco sonidos con mi mirada. Te presto atención.	Pronuncio tres o más sílabas. Reacciono a mi nombre. Reconozco la palabra no. Te llamo.
Desarrollo Personal Social	Me tranquilizo cuando me abrazas.	Reconozco tu voz. Agarro tus manos. Me río y sonrío. Me gusta jugar.	Tengo desconfianza ante un extraño. Te busco. Reacciono a mi imagen en el espejo. Me gusta alimentarme solo. Exploro mi entorno.

Tabla de la evolución de las niñas de los 0 a los 6 años

DESARROLLO DE LA NIÑA DE 0 A 6 AÑOS



	12 a 24 meses	2 a 4 años	4 a 6 años
Desarrollo Motor Grueso	Logro sostenerme de pie sin ayuda. Logro dar pasos solo. Corro. Lanzo la pelota. Pateo la pelota.	Salto con mis pies juntos. Me empino en ambos pies. Subo escalones sin apoyo. Camino en puntas de pies. Me paro en un solo pie.	Camino sobre una línea recta. Salto en un solo pie y de lado a lado. Hago rebotar y agarro la pelota.
Desarrollo Motor Fino - Adaptativo	Hago torre de cubos. Paso hojas de un libro. Agarro una cuchara. Garabateo. Quito la tapa de contenedores.	Logro ensartar objetos. Rasgo papel con mi agarre en pinza. Hago bolas de papel con mis dedos. Hago una figura humana rudimentaria.	Corto papel con las tijeras. Hago una figura humana más completa. Aprendo a amarrarme los zapatos
Desarrollo Audición y Lenguaje.	Trato de comunicarme contigo. Reconozco 6 objetos. Sigo instrucciones de dos pasos. Nombro objetos. Utilizo palabras.	Digo mi nombre completo. Digo frases de 3 palabras. Describo un dibujo.	Reconozco colores. Expreso opiniones. Repito palabras con buena pronunciación. Conozco: ayer, hoy y mañana.
Desarrollo Personal Social.	Sigo rutinas. Ayudo a desvestirme. Reconozco 5 partes de mi cuerpo. Tolero texturas. Me pongo feliz cuando logro algo.	Identifico quien soy. Digo los nombres de mi familia. Te hago saber cuándo estoy triste, alegre, con miedo o con rabia. Comparto juegos con otros niños(as).	Puedo vestirme y desvestirme solo. Propongo juegos. Me gusta jugar en equipo. Sé cuántos años tengo. Reconozco normas o prohibiciones.

ESTIMULACIÓN DEL DESARROLLO DE LA NIÑA:

Muéstrale objetos que produzcan sonidos diferentes, hazlos sonar alternadamente para que siga el objeto.

Toma delicadamente sus pies y tobillos sin producir presión y flexiónalos para moverlos en forma de bicicleta.

Ubicar el rostro al frente del bebé e imita sus sonidos o produce sonidos cortos, sonríele.

Muéstrale o deja a su alcance objetos limpios, blandos, de colores y sonidos variados, medianos o grandes para evitar accidentes.



Háblale y llámalo por su nombre siempre de manera cariñosa con un lenguaje apropiado y vocalizado.

Ubícalo frente a un espejo acompañado de otras personas, muéstrale quien es cada uno y di sus nombres.

Tómale sus manos y de manera gradual enséñale a aplaudir.

Estimula y permite que el bebé gatee, siempre sobre superficies y en lugares aseados. A partir de los 7 meses de edad.

Tómalo de la mano en sus primeros pasos y a medida que él genere confianza al caminar, acompáñalo como un lazo de apoyo seguridad.

Por medio del juego o de canciones, enséñale algunas partes de cuerpo, señalando y diciendo como se llama cada una, mientras se tocan toda esa zona como cabeza, las manos o los pies.

Enséñale a lavarse las manos, la cara y refuerza esta actividad como norma de higiene antes de comer y luego salir del baño.

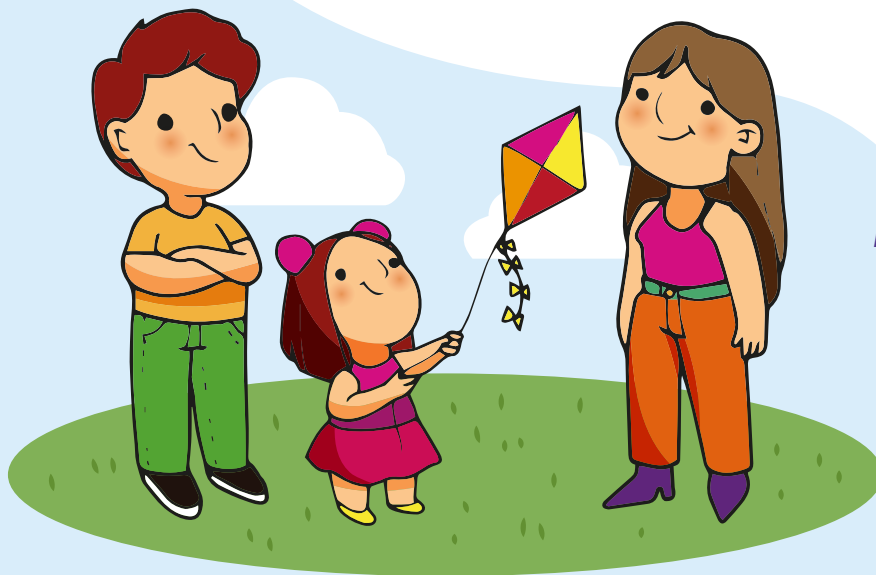


El buen trato

¿Qué es el buen trato en la familia?

"Es tener la alegría y la disponibilidad de tiempo y espacio para compartir con los hijos y la pareja, estar pendiente de ellos, conversar, jugar y pasear, viéndolos crecer y desarrollarse. Y así, en esa relación cotidiana acontece el milagro de amar y ser amados y se constituye entre todos un vínculo afectivo sólido". Tomado del libro el arte de criar a los hijos de ICBF.

El MALTRATO se puede evitar orientando a los padres para que tengan una relación respetuosa entre ellos y con los hijos; busquen la solución a los conflictos a través del diálogo y no usar el castigo físico (golpes) o psicológico (gritos e insultos).



No olvides

Los padres y cuidadores deben evitar las situaciones que den pie a la violencia, como el alcoholismo y la drogadicción.

Ante señales de peligro busca ayuda en el establecimiento de salud

Señales de peligro de muerte:

El niño no puede tomar líquidos y se le dificulta tomar la leche materna.
No se quiere despertar.
Le dan ataques o convulsiones.
Respira agitado o con ruido.
Si es un recién nacido y tiene el ombligo o los ojos con secreción o mal olor.

Señales de peligro de deshidratación:

El niño tiene diarrea muchas veces al día.
Las deposiciones son con sangre o con moco.
Vomita muchas veces al día.
Llora sin lágrimas.
Orina poco.
Tiene la boca seca y los ojos hundidos.
No recibe la leche materna o no quiere comer.
No se mueve o no se despierta.

Señales de peligro de neumonía:

Respira rápido y agitado.
Cuando respira se queja y hace ruidos.
Se le hundén las costillas cuando respira.
Presenta cambios de coloración en los labios y la piel.
Tiene fiebre superior a 38,5 grados.

Señales de peligro de desnutrición:

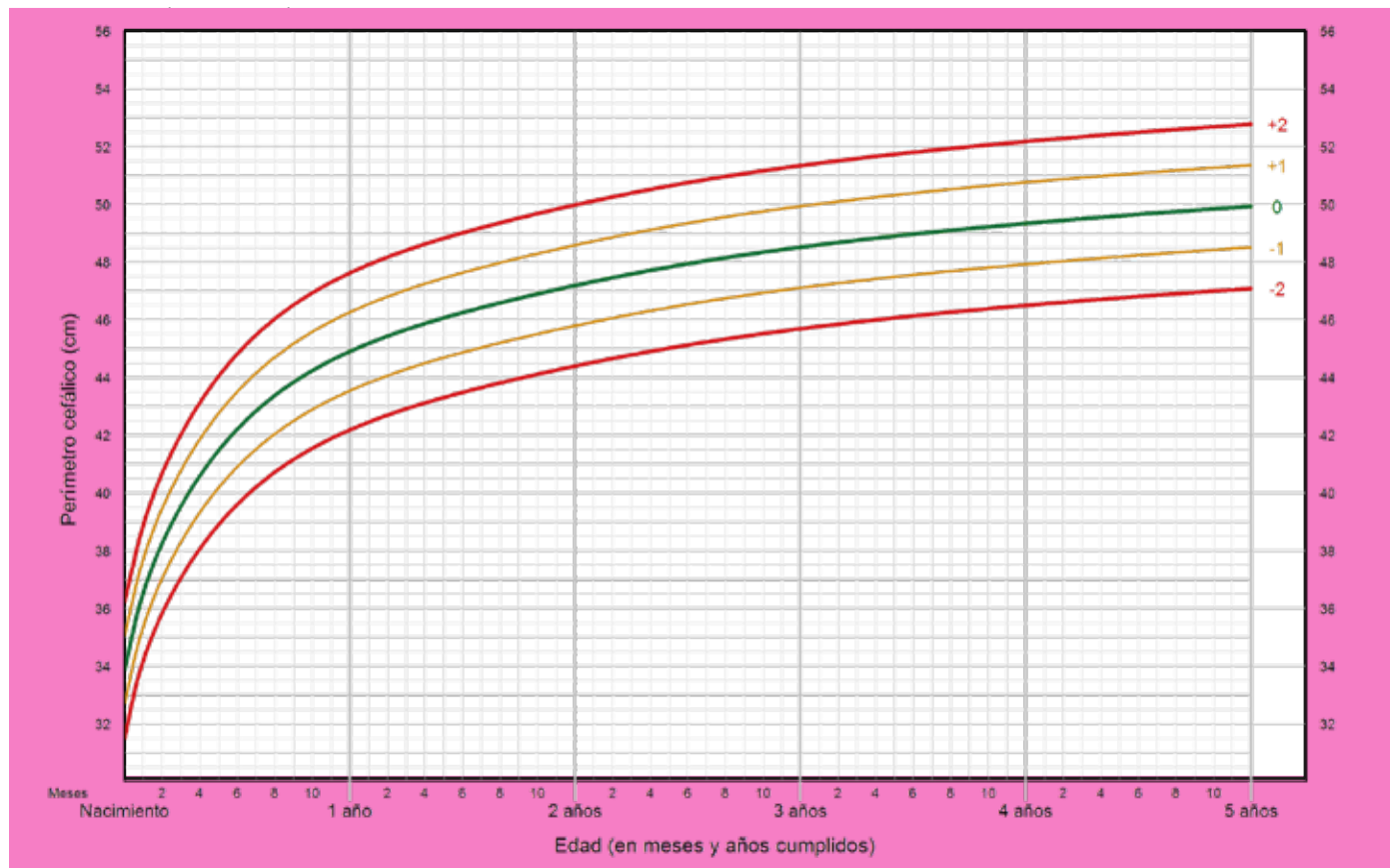
Pérdida de peso, fatiga y sed intensa.
Retraso en el desarrollo psicomotor y en el crecimiento.
Piel seca y escamosa.
Cabello seco y opaco, con posible caída.
Irritabilidad, lentitud y llanto excesivo.
Cambios de comportamiento como ansiedad y déficit de atención.
Hinchazón del abdomen y de las piernas.
Falta de apetito,
Somnolencia y vómito frecuente.

Lo que puedes hacer para prevenir las enfermedades prevalentes de la infancia:

Asiste de manera continua a todos los controles prenatales.
Alimenta a los niños menores de 6 meses exclusivamente con leche materna.
Inicia la alimentación complementaria después de los 6 meses bajo la orientación médica.
Completa el esquema de vacunación.
Lava sus manos con agua y jabón varias veces al día.
Si los padres o cuidadores tienen gripa, usar tapabocas.
No debe haber ningún tipo de maltrato, ni descuido de los niños y toma medidas necesarias si esto ocurre.
Toma las medidas de prevención para el manejo de mascotas en casa y presencia de vectores (mosquitos).

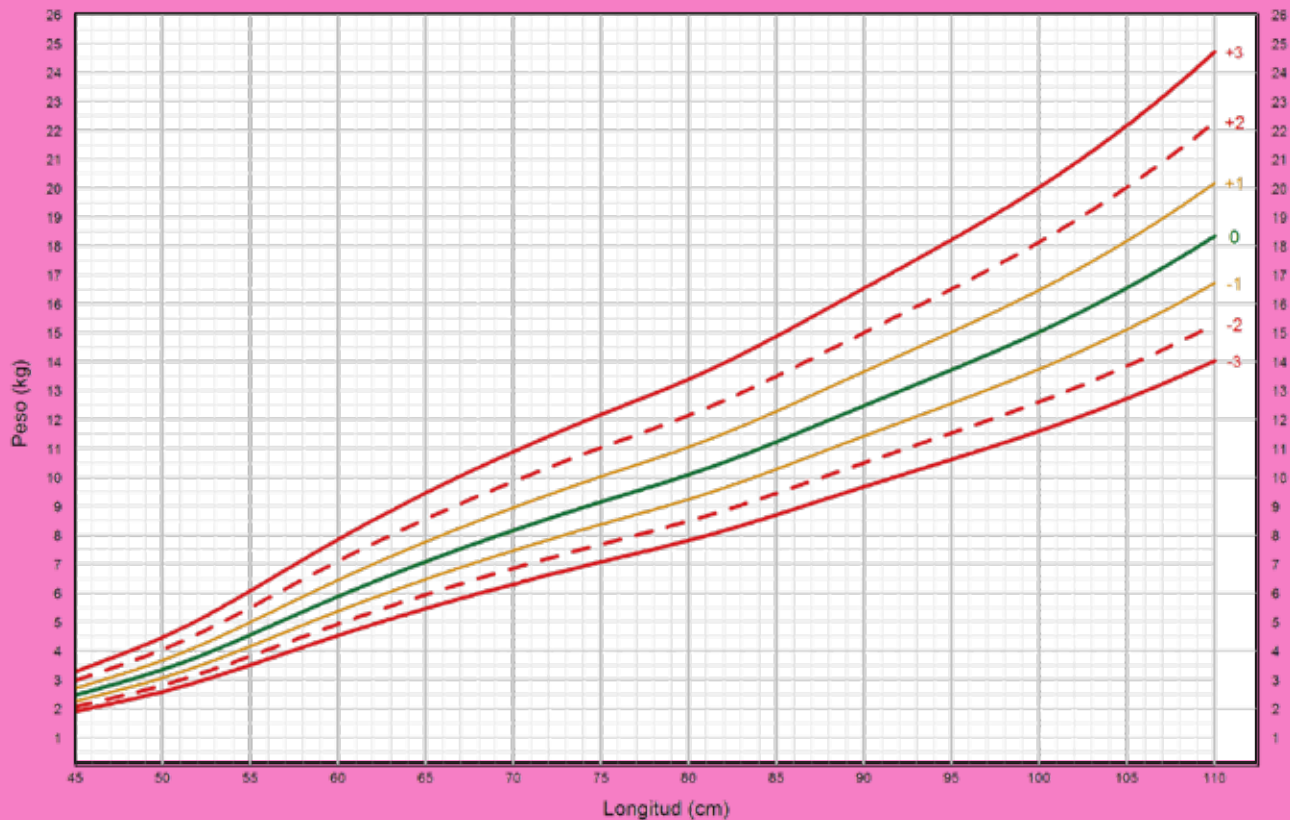
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

Perímetro cefálico niñas. Puntuación Z (0 a 5 años)



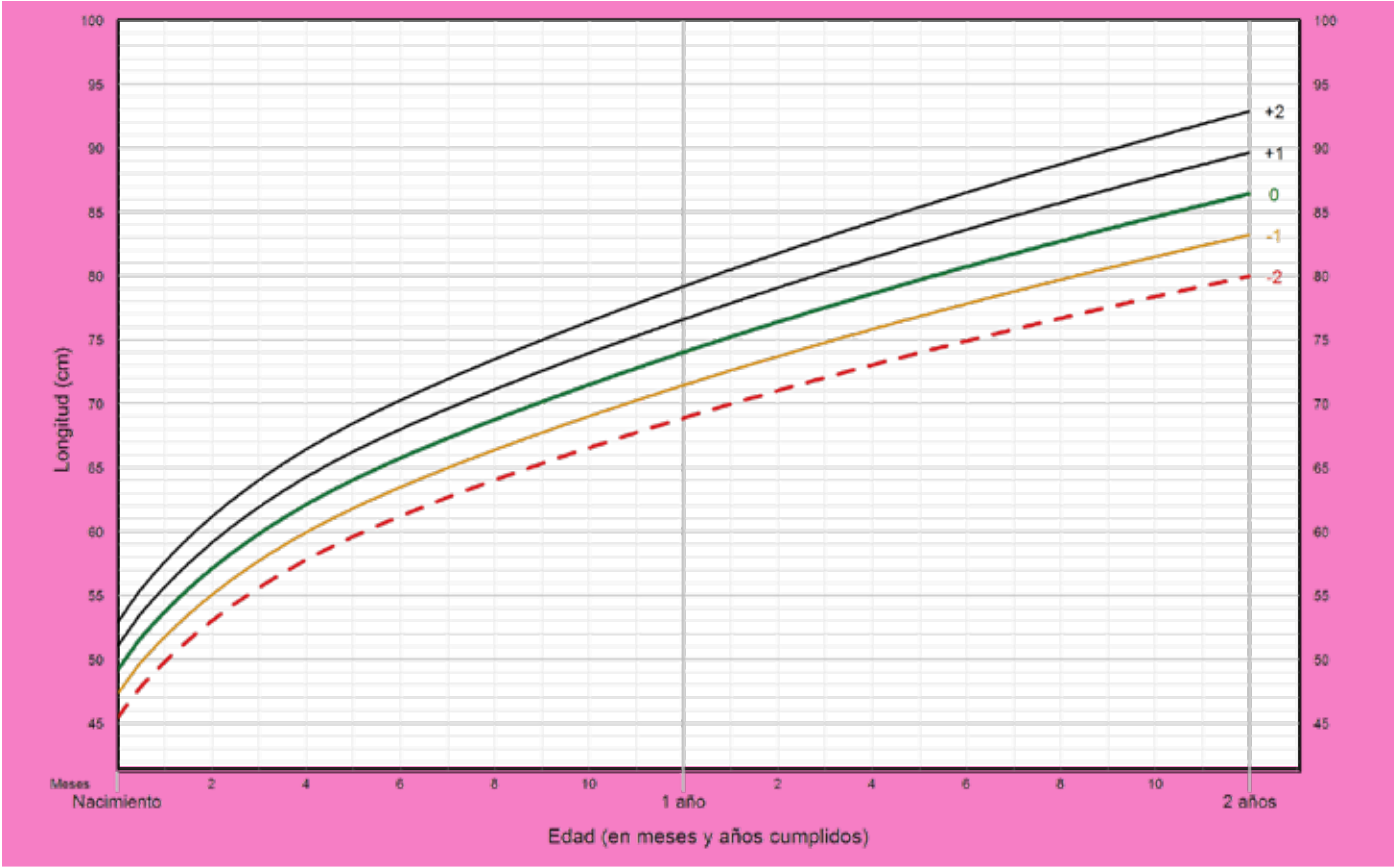
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

Peso para la talla niñas. Puntuación Z (0 a 2 años)



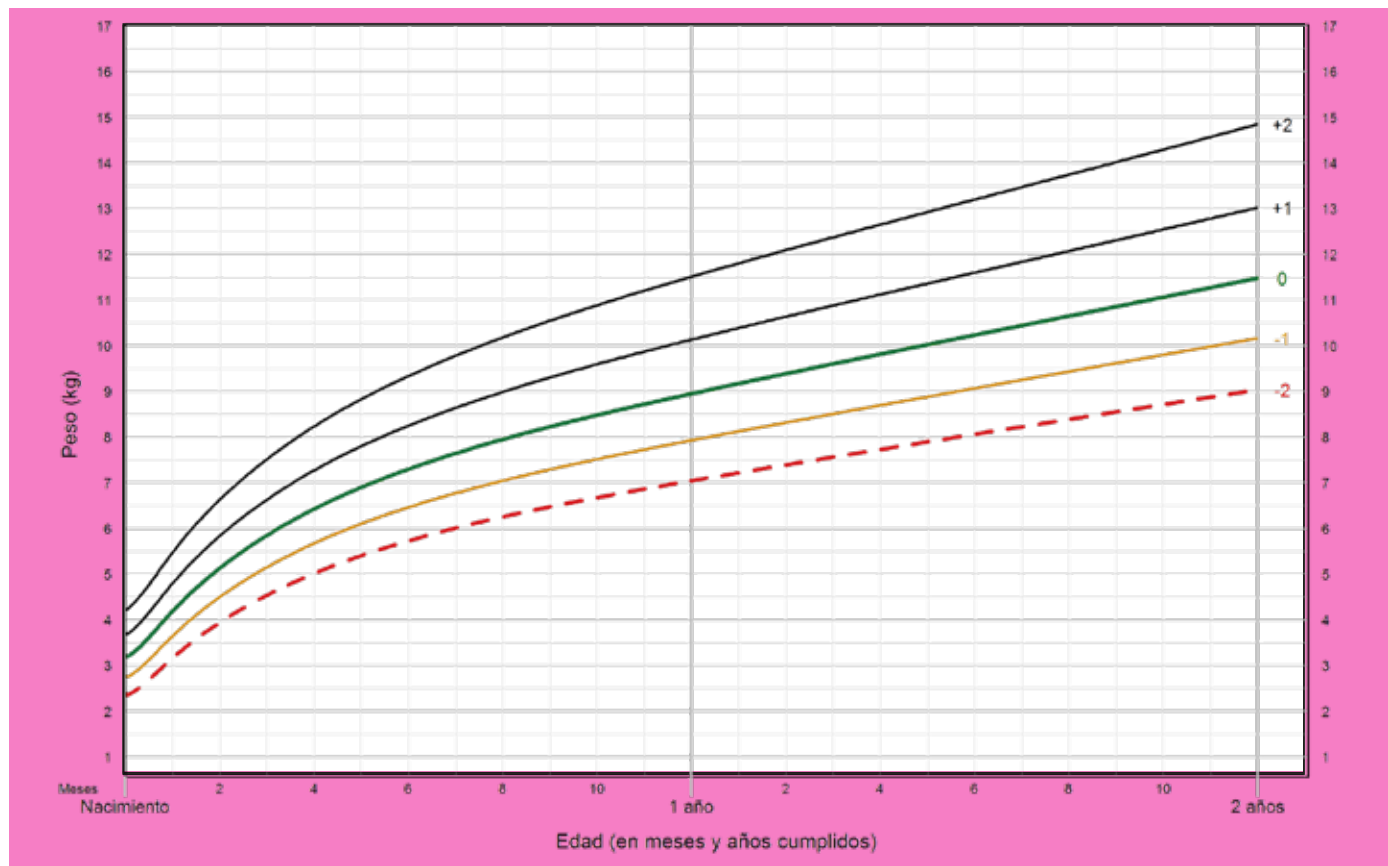
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

Talla para la edad niñas. Puntuación Z (0 a 2 años)



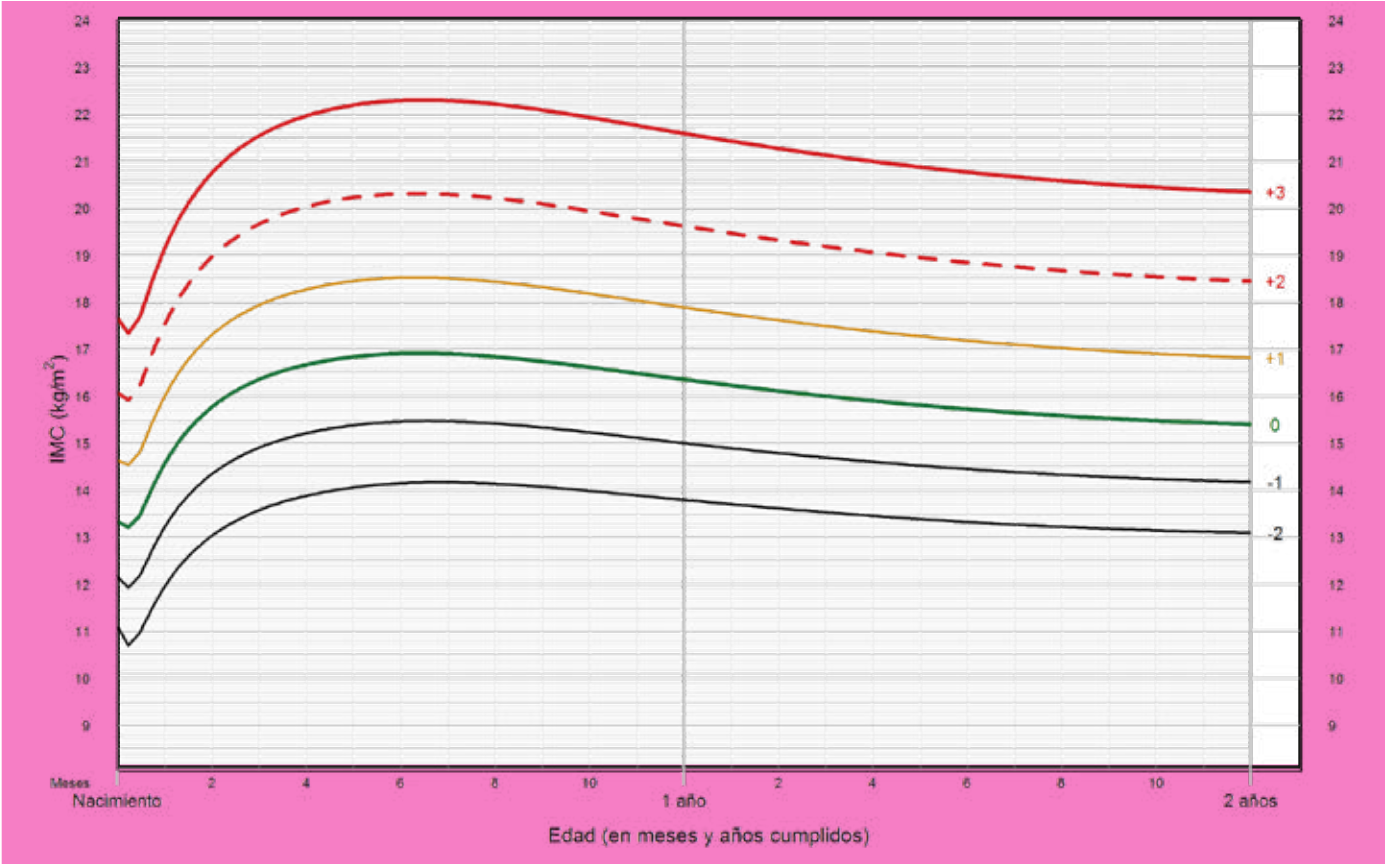
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

Peso para la edad niñas. Puntuación Z (0 a 2 años)



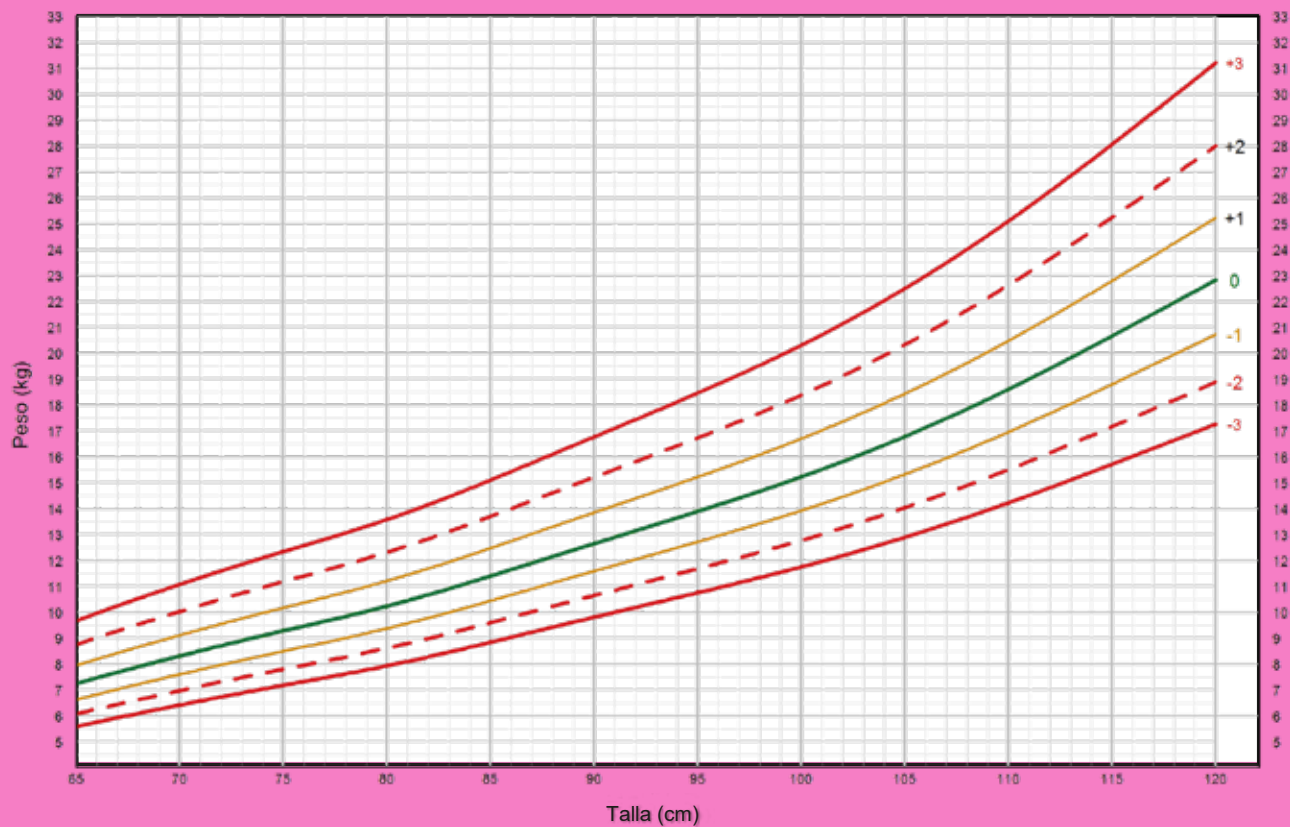
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

IMC para la edad niñas. Puntuación Z (0 a 2 años)



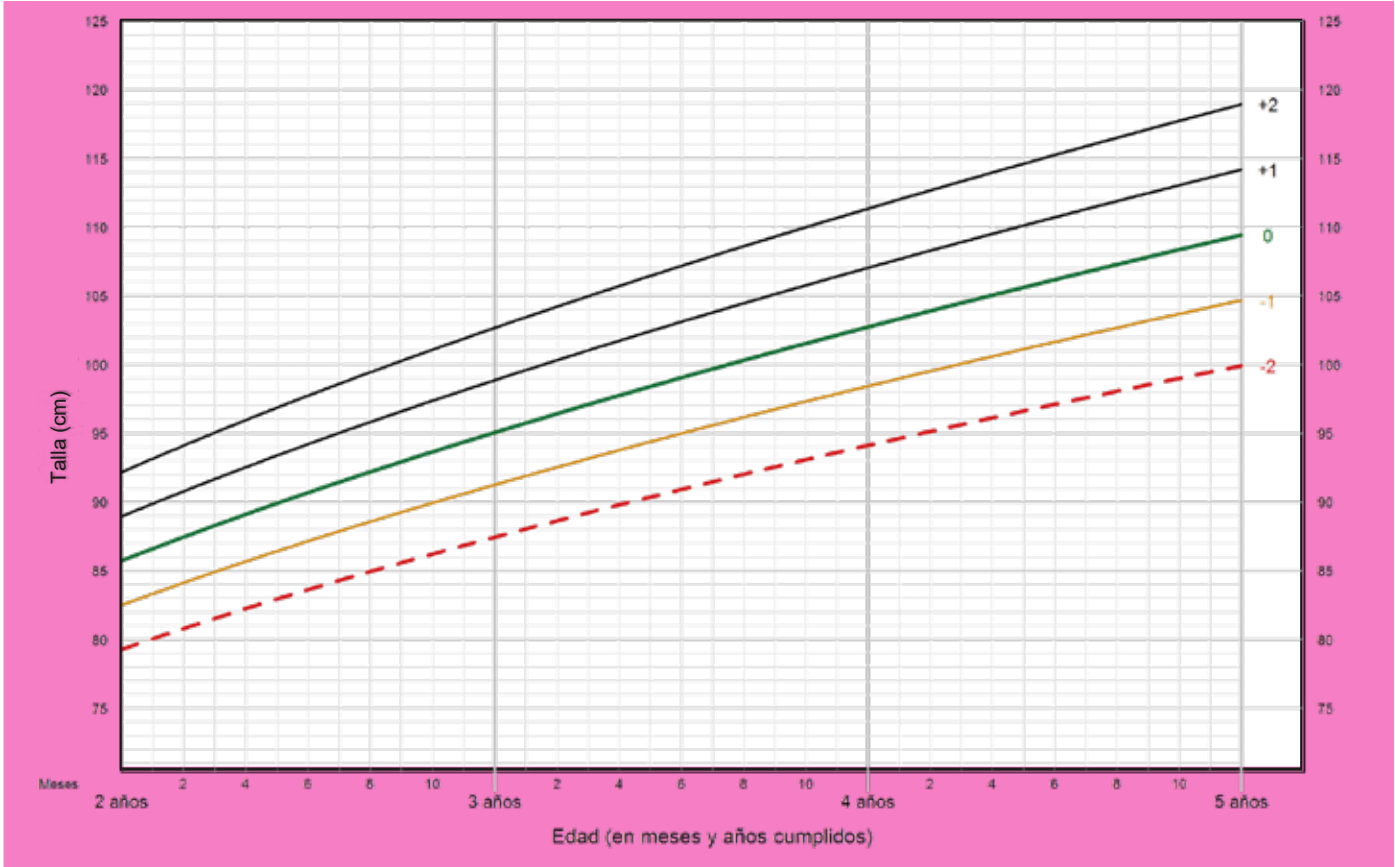
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

Peso para la talla niñas. Puntuación Z (2 a 5 años)



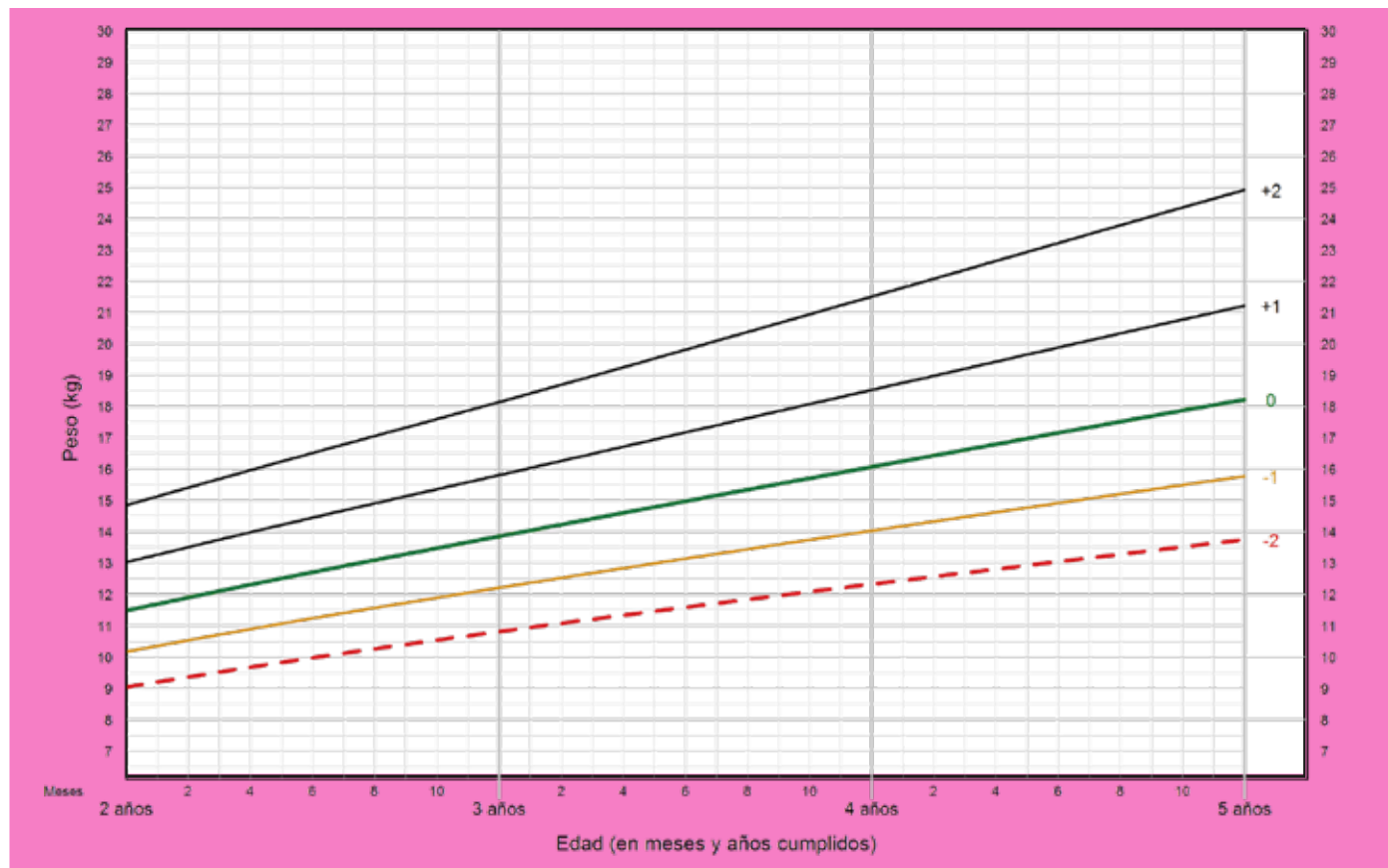
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

Talla para la edad niñas. Puntuación Z (2 a 5 años)



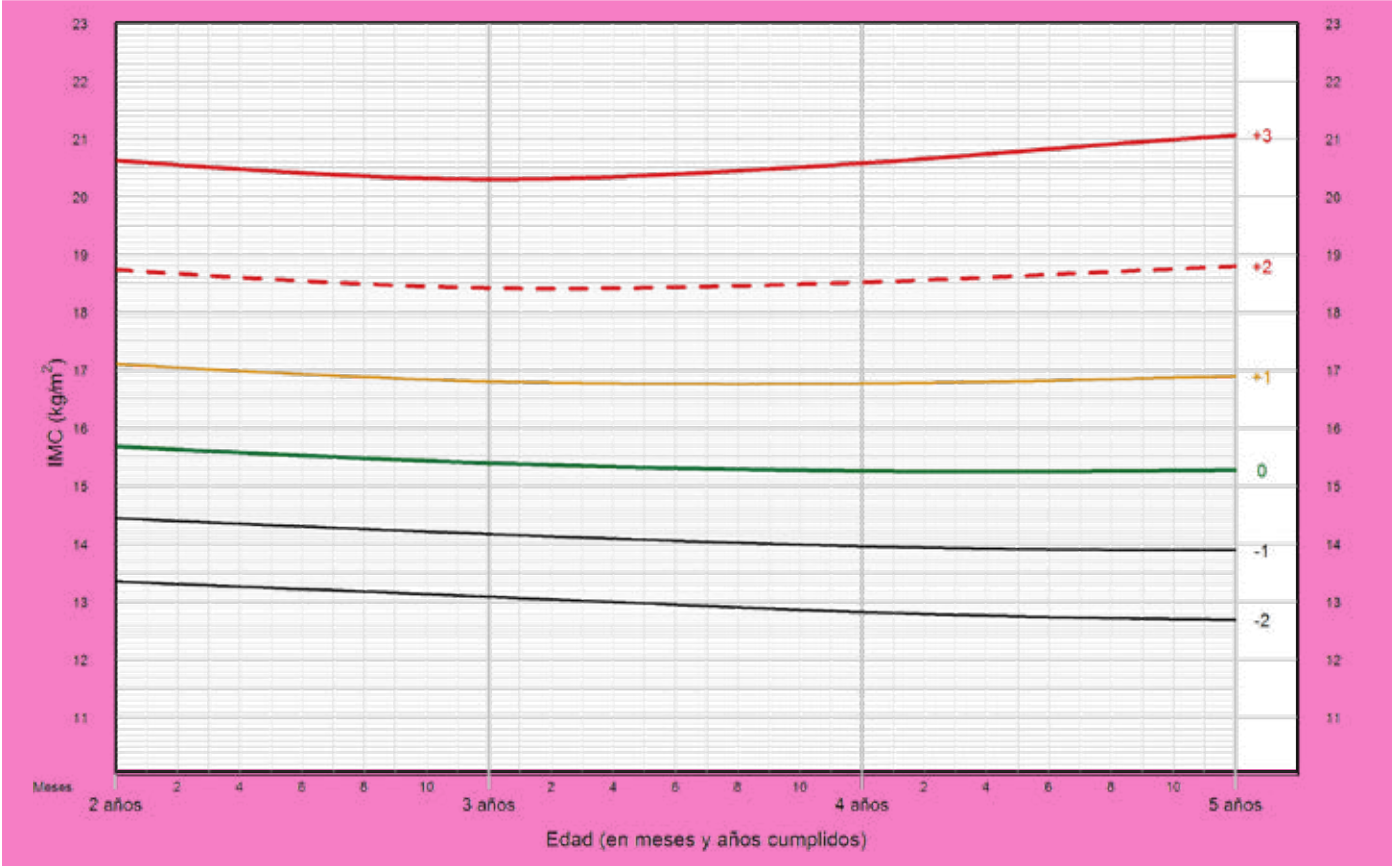
A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

Peso para la edad niñas. Puntuación Z (2 a 5 años)

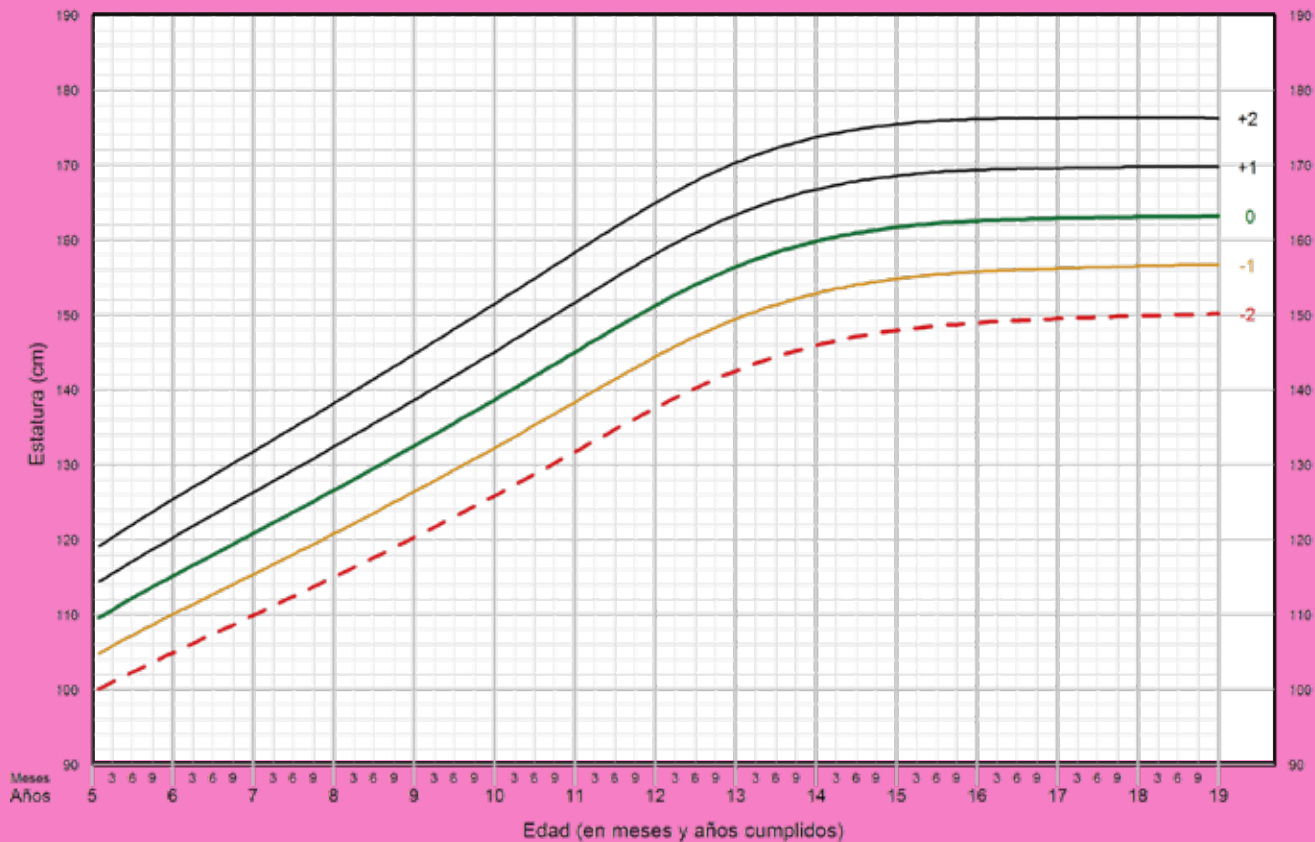


A continuación, se presentan las gráficas y tablas correspondientes a los diferentes rangos de edad que te mostrarán el estado nutricional de tu hijo y que el médico y/o enfermera tratante debe registrar dependiendo la edad de tu hijo.

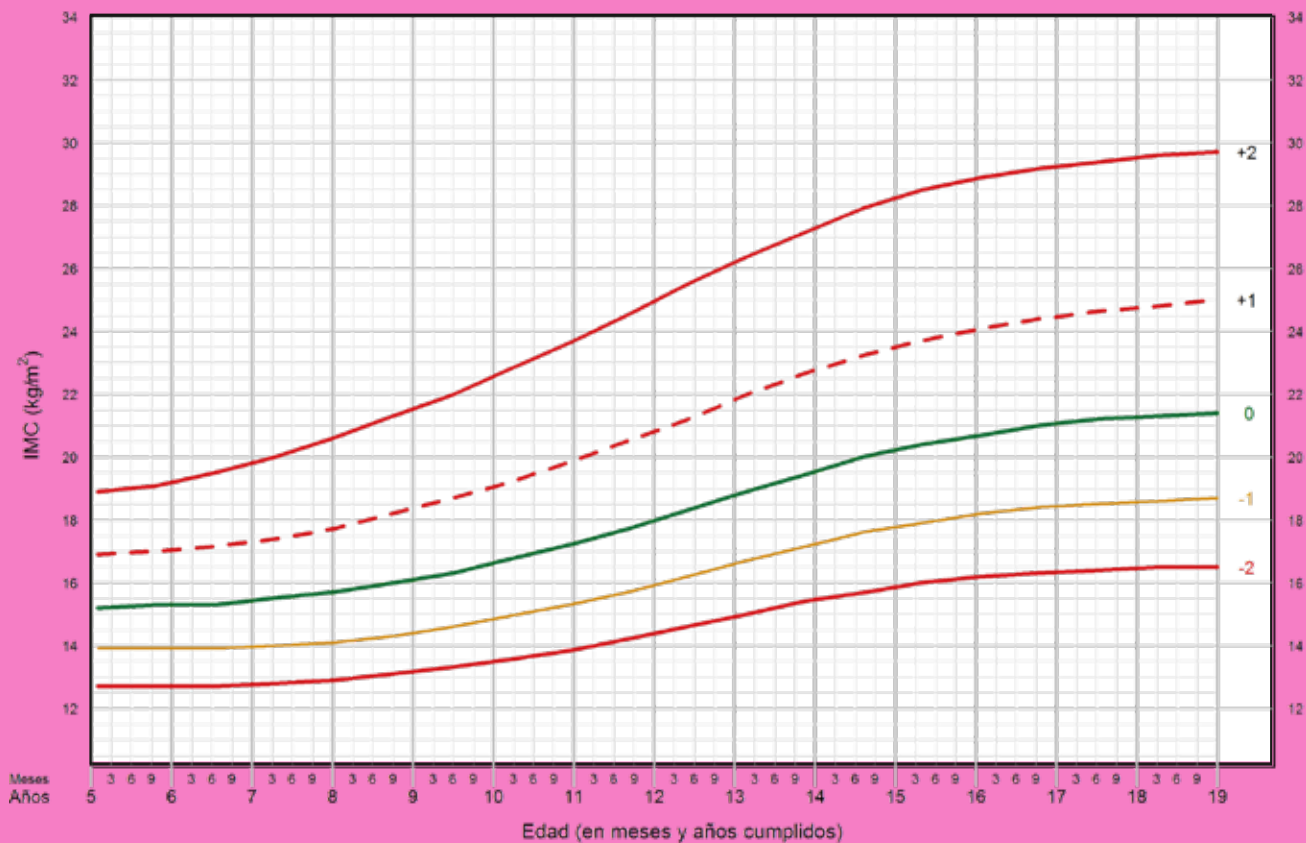
IMC para la edad niñas. Puntuación Z (2 a 5 años)



Talla para la edad niñas. Puntuación Z (5 a 17 años)



IMC para la edad niñas. Puntuación Z (5 a 17 años)



Prevención y manejo de enfermedades

GUÍA PARA IDENTIFICAR Y MANEJAR ENFERMEDADES

PROBLEMA	SIGNOS	CLASIFICAR	¿QUÉ HACER?
Busque signos de peligro de muerte	No puede beber o tomar pecho	Signos de peligro de muerte	Lleva urgente a la institución de salud
	Vomita todo		
	Convulsiones		
	Somnoliento o inconsciente		
¿El niño tiene tos o dificultad para respirar?	Tiraje	Neumonía	Lleva urgente a la institución de salud
	Ruidos raros		Continúe amamantándolo y/o alimentándolo
	Respiración rápida		
	Tos por más de 15 días		
Respiración rápida Edad por minuto 2 a 11 meses 50 o más 1 a 4 años 40 o más	Gripe o tos sin los signos anteriores	Gripa y tos	Dar bebidas endulzadas
			Aumentar líquidos
			Destapar la nariz
			Evalúe signos de gravedad
			Evalúe signos de peligro
¿El niño tiene diarrea?	Dos de los siguientes signos	Diarrea con deshidratación	Lleve urgente a la institución de salud. Inicie hidratación de salud. Continúe amamantándolo y/o alimentándolo
	Ojos hundidos		
	Inquieto, irritable		
	Bebe desesperadamente		
	Pliegue cutáneo		
	Diarrea con un solo signo o sin signos anteriores	Diarrea sin deshidratación	Aumentar líquidos y continuar alimentándolo Evalúe signos de gravedad Evalúe signos de peligro
	Diarrea por siete días o más	Diarrea prolongada	Lleve urgente a la institución de salud. Continúe amamantándolo o alimentándolo. Llévelo a control dos días después.
	Sangre en heces	Diarrea con sangre	

GUÍA PARA IDENTIFICAR Y MANEJAR ENFERMEDADES

PROBLEMA	SIGNOS	CLASIFICAR	¿QUÉ HACER?
¿El niño tiene fiebre?	Fiebre de más de 7 días seguidos Rigidez en la nuca Manifestaciones de sangrado Vive o visito zona de paludismo Brote generalizado y tos u ojos rojos	Enfermedad febril Muy grave	Lleve urgente a la institución de salud Una dosis de acetaminofén Continuar amamantándolo si es el caso o agua azucarada según la edad
	Fiebre sin los signos anteriores	Fiebre	Una dosis de acetaminofén según orden médica Evalúe signos de gravedad Evalúe signos de peligro
¿El niño tiene problema de oído?	Dolor de oído Supuración de oído Molestias de oído son los signos anteriores	Infección de oído No hay infección de oído	Lleve urgente a la institución de salud Una dosis de acetaminofén según orden médica Continuar lactando Evalúe signos de gravedad Evalúe signos de peligro
Busque signos de desnutrición y/o anemia	Enflaquecimiento grave Hinchazón de pies	Desnutrición grave	Lleve urgente a la institución de salud
	Palmas de las manos blancas	Anemia	
	Peso ubicado debajo de la línea 2 de las gráficas de este carné Peso igual o menor al anterior	Desnutrición	Evalúe signos de gravedad Evalúe signos de peligro Busque consejería de peligro Busque ayuda en salud e ICBF
	Peso ubicado entre la línea 1 y 2 de las gráficas de este carné Peso mayor al anterior	Peso adecuado para la edad	Evalúe signos de gravedad Evalúe signos de peligro Busque consejería de alimentación Llévelo a control de crecimiento y desarrollo



CARMEN EMILIA OSPINA
Salud, bienestar y dignidad

Centros de Salud

ZONA NORTE

Centro de Salud Las Granjas
Calle 34 N. 8 – 30
(608) 863 18 18 ext. 6025

Centro de Salud Eduardo Santos
Carrera 5 N. 8c – 68
(608) 863 18 18 ext. 6102

Centro de Salud
Corregimiento Fortalecillas
(608) 863 18 18 ext. 6530

Centro de Salud
Corregimiento San Luis
(608) 863 18 18 ext. 6092

ZONA ORIENTE

Centro de Salud Las Palmas
Calle 21 N. 55 –43
(608) 863 18 18 ext. 6316

Centro de Salud 7 de Agosto
Calle 11 N. 25 – 45
(608) 863 18 18 ext. 6400

Centro de Salud
Corregimiento Vegalarga
(608) 863 18 18 ext. 6292

ZONA SUR

Hospital Canaima
Carrera 22 con calle 26 sur
(608) 863 18 18 ext. 6587

Centro de Salud IPC
Calle 2C N. 28 –13, Los Parques
(608) 863 18 18 ext. 6200

Centro de Salud
Corregimiento El Caguán
(608) 863 18 18 ext. 6540

www.esecarmenemiliaospina.gov.co



@ESECarmenEmiliaOspina

 304 384 99 92