

DOSIS PEDIATRÍA EXTRAARTICULAR

GENTAMICINA: 5 MG/KG/DÍA (1 DOSIS)

AMIKACINA: 15 MG/KG/DÍA (1 DOSIS)

METRONIDAZOL: 30-50 MG/KG/DÍA (3 DOSIS)

PIPERACILINA/TAZOBACTAM: 300 MG/KG/DIA (3-4 DOSIS)

OMEPRAZOL: 0.7-2 MG/KG/DOSIS

METOCLOPRAMIDA: 0.1- 0.2 MG/KG/DOSIS CADA 8 HORAS

DIPIRONA: 20-30 MG/KG/DOSIS

AMPICILINA : 100-200 MG/KG/DÍA CADA 6 HORAS

AMPICILINA/SULBACTAM: 200-300 MG/KG/DÍA 4 DOSIS

VANCOMICINA: 40-60 MG/KG/DÍA 4 DOSIS

LINEZOLID : 30 MG/KG/DÍA 3 DOSIS

MEROPENEM : 50-60 MG /KG/DÍA

ACETAMINOFEN: 10-15 MG/KG/DOSIS

FENTANILO: 2 MCG/KG/DOSIS

ATROPINA 0.1-0.5 MG/KG

MIDAZOLAM: 0.15 - 0.2 MG/KG

PROPOFOL: 2-3 MG/KG KETAMINA 1-2 MG/KG

ROCURONIO: 1 MG/KG

ATRACURIO 0.3-04 MG/KG

SUCCINILCOLINA: 1-2 MG/KG

ACIDO VALPROICO: CARGA DE 20 MG/KG Y CONTINUAR A 1-2 MG/KG/HORA

DIAZEPAM: 0.1-0.2 MG/KG MÁX 5 MG EN MENORES DE 5 AÑOS // 10 MG EN MAYORES DE 5 AÑOS

FENITOÍNA: CARGA 20 MG/KG Y CONTINUA 5-10 MG/KG/DÍA 2 DOSIS

OXACILINA: 50 MG/KG/DIA

CLINDAMICINA: 20 MG/KG/DIA

AMOXICILINA: 80-100 MG/KG/DIA NEUMONÍA- SINUSITIS

NISTATINA: < 1 AÑO : 250.000 UI CADA 6 HORAS >1 AÑO: 250.000-500.000 UI CADA 6 A 12 HORAS

SULFATO DE ZINC: 2,5 CC CADA 12 H < 6 M Y 5 CC C/ 12 H SI > 6 M

CEFUROXIME ACETIL 30 MG/ KG / DÍA DOSIS

IVERMECTINA 1 GOTAS X KILO

HIERRO

A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD HASTA LOS CINCO AÑOS DE EDAD, LOS NIÑOS PUEDEN RECIBIR SUPLEMENTO DE HIERRO A UNA DOSIS DE 2 MG/KG/DÍA DE HIERRO ELEMENTAL DURANTE 30 DÍAS CADA SEIS MESES.

DAR CON ESTÓMAGO VACÍO MEDIA HORA ANTES DE LA COMIDA CON ALGO ÁCIDO (JUGO DE NARANJA O MANDARINA). PUEDE PONER LA DEPOSICION DURA Y OSCURA. LAVAR LA BOCA DESPUÉS DE ADMINISTRAR..

ZINC

SULZINC 80 ML \$14,500 - 120 ML \$ 16,400 (SABOR UVA)

Zinc sulfato sol oral 2mg/ml

ZINKIDS BABY 10 MG/1 ML

MENORES DE 6 MESES: 1 CC AL DIA

MAYORES DE 6 MESES: 2 ML AL DIA. (SABOR CEREZA)

MENOR DE 6 MESES 2.5 CC CADA 12 HORAS POR 14 DIAS (10 MG)

MAYOR DE 6 MESES 5 CC CADA 12 HORAS POR 14 DIAS (20 MG)

LA DOSIS RECOMENDADA DE ZINC PARA ADMINISTRAR EN EL CASO DE NIÑOS CON RIESGO DE PROBLEMA DEL CRECIMIENTO ES LA MITAD DE LA DOSIS DE ZINC RECOMENDADA PARA EL TRATAMIENTO DE LA DIARREA, ES DECIR, 5 MGS EN EL MENOR DE SEIS MESES Y 10 MGS EN EL MAYOR DE SEIS MESES.

ALBENDAZOL 400 MG DOSIS ÚNICA

METRONIDAZOL:

JARABE 150 MG/5 ML

Neonatos Dosis de carga: 15 mg/kg. Dosis de mantenimiento: Dependerá de la edad gestacional Prematuros < ó = a 25 semanas: 7,5 mg/kg cada 24 horas. Prematuros de 26-27 semanas: 10 mg/kg cada 24 horas. Prematuros entre 28-33 semanas: 7,5 mg/kg cada 12 horas. Neonatos entre 34-44 semanas: 10 mg/kg cada 12 horas. Neonatos > de 45 semanas: 7,5 mg/kg cada 6 horas. Lactantes y niños: 30mg/kg/día dividido cada 6 horas (máximo 4 gramos/día). (Oral o IV) Colitis pseudomembranosa 250mg cada 6 horas durante 7-10 días oral.

PAMOATO DE PIRANTEL

DOSIS ÚNICA 10 MG/KG VO REPETIR A LOS 15 DÍAS

Pirantel pamoato Susp oral 250mg/5ml: Tomar (vía Oral) 3 cc cada 1 día(s) por 2 día(s).

Cantidad total: 6, Número de entregas: 1 Recomendaciones: DARLE 3 CC HOY Y REPETIR EN 15 DÍAS.

Pirantel pamoato Tab 250mg: Tomar (vía Oral) 2 tableta cada 24 hora(s) por 2 día(s). Cantidad total: 4, Número de entregas: 1 Recomendaciones: Dar una dosis por dos días y descansar 10 días entre cada dosis. Dos horas después de una comida

NITAZOXANIDA (NYTAX - CELECTAN)

JARABE 100 MG/5 ML

DOSIS 1 - 4 AÑOS: 5 CC CADA 12 HORAS POR 3 DÍAS

DOSIS 4 - 11 AÑOS: 10 CC CADA 12 HORAS POR 3 DÍAS

NAPROXENO

5 MG/KG DOSIS CADA 8 A 12 HORAS

JARABE 150 MG EN 5 ML (1 CC SON 30 MG)

IBUPROFENO

5 – 10 MG/KG DOSIS CADA 8 A 12 HORAS (DOSIS MÁXIMA 40 MG/KG/DIA)

JARABE 100 MG EN 5 ML (1 CC SON 20 MG)

ACETAMINOFEN

10 – 15 MG/KG DOSIS CADA 4 A 6 HORAS (DOSIS MÁXIMA 75 MG/KG/DIA)

JARABE 150 MG EN 5 ML (1 CC SON 30 MG)

AMOXACILINA

90 MG/KG/DÍA EN 3 DOSIS CADA 4 A 6 HORAS (DOSIS MÁXIMA 75 MG/KG/DIA)

SUSPENSIÓN ORAL 250 MG EN 5 ML (1 CC SON 50 MG)

DERMATITIS ATÓPICA

CETAPHIL CREMA HIDRATANTE (\$97,000)

ATODERM CREMA 500 ML (\$85,000)

LIPIKAR BAUME AP CREMA 200 ML (\$78,000)

UREADERM CREMA (\$ 52,000)

COLICO DEL LACTANTE

SILIGAS SOLUCIÓN ORAL POR 30 ML 2 A 5 GOTAS CADA 8 HORAS

BIOGAIA 5 GOTAS AL DIA \$64,000

NEOBIOTIC 5 GOTAS AL DIA \$ 63500

ALIZAPRIDA

SOLUCIÓN ORAL GOTAS 15 ML HUMAX \$ 28000

DOSIS 2,5 -5 MG/KG /DÍA CADA 8 HORAS

0,6 MG ES UNA GOTTA

RANITIDINA

JARABE 150 MG/10 ML (ZANTAC) \$ 110,300

DOSIS 1 MG/KG/DOSIS CADA 8 HORAS

DOMPERIDONA

JARABE 1 MG/1 ML \$ 37300

DOSIS NIÑOS: 0,25 A 0,5 MG/KG DE PESO CORPORAL, 3 O 4 VECES AL DÍA.

FORMULACIONES:

- (3%) JBE FCO X60ML (SE FORMULA EN MG) / (15mg/kg) ACETAMINOFEN:
150MG/5MLADA 6H
- DAPIRONA: DAPIRONA 1GR SOL INY CAJ X 25 AMP X 2ML-SOLUCION INYECTABLE / (20mg/kg) CADA 8 HORAS SI PRESENTA FIEBRE QUE NO CEDE CON ACETAMINOFEN
- DEXTROSA: DEXTROSA + SODIO CLORURO 5% + 0.9% SOL INY BOL X 500ML / * CC/H IV INFUSIÓN CONTINUA
- METRONIDAZOL: METRONIDAZOL 250MG/5ML SUS ORAL FCO X 120ML / (SE FORMULA EN MG) (15mg/kg) / * MG / ADMINISTRAR * CC CADA 8 HORAS VO
- ACETAMINOFEN X 5 DÍAS
- PEDIALYTE: SOLUCIÓN ORAL REHIDRATANTE ESTERIL 60 MEQ/L SOL ORAL FCO X 500ML / TOMAR 5 ONZAS CUANDO PRESENTE VÓMITO O DEPOSICIONES DIARREICAS / CANTIDAD 3
- ZINC: SULFATO DE ZINC 10MG/5ML (0.2%) SOL ORAL FCO 120ML / TOMAR 10CC AL DÍA POR 14 DÍAS
- ASMA:
 - METILPREDNISOLONA: METILPREDNISOLONA SUCCINATO SÓDICO 40MG POLV INY / * 2mg/kg/bolo + 1 mg/kg/ dosis cada IV CADA 6 HORAS
 - PREDNISOLONA: 5MG TAB CAJA X 252-TABLETA / (1mg/kg) ORAL C/24H

- BECLOMETASONA: BECLOMETASONA DIPROPIONATO 50MCG SUSP INH ORAL FCO X 200 DOSIS- SUSPENSIÓN PARA INHALACIÓN / 100MCG INH 2 PUFF CADA 12H
- SALBUTAMOL: SALBUTAMOL SULFATO 100 MCG/ INHALACIÓN AER FCO X 200 DOSIS / 4 PUFF CADA 4 HORAS
 - NEBULIZACIONES: NEBULIZACIONES / SALBUTAMOL 4 PUFF CADA 4 H + BECLOMETASONA 2 PUFF CADA 12H / CANTIDAD 6
 - NEBULIZACIONES: NEBULIZACIONES/ SALBUTAMOL 10 GOTAS + SSN NORMAL 4 CC CADA 20 MIN / CANTIDAD 6 (1 gota por cada 2kg)
- BUDESONIDA: BUDESONIDA MICRONIZADA 0.5MG/ML SUSP NEB AMP X 2ML-SUSPENSION PARA INHALACION / MNB 0.50MG INH CADA 12 HORAS
 - NEBULIZACIONES: MNB CON BUDESONIDA 0.5MG + 4 CC SSN CADA 12 HORAS
- EPINEFRINA: EPINEFRINA TARTRATO O CLORHIDRATO 1 MG/ML SOL INY AMP X 1ML / 1MG INHALATORIA CADA 2 HORAS MNB CON ADRENALINA 1 MG + 4 CC DE SSN NORMAL CADA 2 HORAS 3
 - NEBULIZACIÓN: MNB CON ADRENALINA 1 MG + 4 CC DE SSN CADA HORA 3
 -
- ESQUEMA DE CRISIS CON SALBUTAMOL
 - SALBUTAMOL 2 A 4 INHALACIONES CADA 20 MINUTOS POR UNA HORA
 - LUEGO CONTINUAR 2-4 INHALACIONES CADA 30 MINUTOS POR UNA HORA
 - LUEGO 2-4 INHALACIONES CADA 1 HORA POR 4 HORAS
 - CONTINUAR 2-4 INHALACIONES CADA 4 HORAS
 - SALBUTAMOL:0.15 MG/KG DOSIS (CADA 20 MIN POR 3 DOSIS)
- DESIMPACTACIÓN FECAL:
 - SODIO FOSFATO MONOBÁSICO + SODIO FOSFATO DIBÁSICO 16% + 6%, SOLUCIÓN ORAL FRASCO X 133ML / 133ML INTRATECAL ÚNICA DOSIS
 - < 3 AÑOS: SODIO CLORURO 0.9% SOL INY X 500/ 200ML INTRARECTAL CADA 2 HORAS / REALIZAR ENEMA RECTAL CON 200 CC DE SSN JABONOSA CADA DOS HORAS #2
 - BISACODILO: 5 MG TAB LIB RETARDADA CAJA X 100 / 5 MG ORAL ÚNICA DOSIS

ANTIBIÓTICOS

ACIDO NALIDIXICO 50-60 MG/KG/ CADA 6 HORAS
AMIKACINA: 15mg/kg/día CADA 24 HORAS
AMOXICILINA: 90 mg/kg/día CADA 8 HORAS
AMPICILINA SULBACTAM 200 MG/KG/ DÍA CADA 6 HORAS IV
AMPICILINA: 200 mg/kg/día CADA 6 HORAS
AZITROMICINA: 10mg/kg/día CADA 24 HORAS
CEFALEXINA: 25 – 100 mg/kg/día VO CADA 6 HORAS
CEFALOTINA: 100 -150mg/kg/día IV CADA 6 HORAS
CEFAZOLINA: 25 – 100 mg/kg/día IV CADA 6 HORAS
CEFTRIAXONA: 50 - 100 mg/kg/día IV CADA 12 HORAS
CEFUROXIME: 20 – 30/kg/día VO CADA 12 HORAS / 100 – 150mg/kg/día CADA 6 HORAS
CIPROFLOXACINA 10 MG/KG/ CADA 12 HORAS
CLARITROMICINA: 15mg/kg/día CADA 12 HORAS
CLINDAMICINA: 40 mg/kg/día CADA 8 HORAS
ERITROMICINA 30 MG/KG/ CADA 8 HORAS
GENTAMICINA: 7.5mg/kg/día CADA 8 HORAS
METRONIDAZOL: 30mg/kg/día CADA 8 HORAS
NITROFURANTOÍNA 1 MG/KG/DIA
OXACILINA 200 MG/KG/DÍA CADA 6 HORAS IV
PENICILINA CRISTALINA: (200.000 UI/kg/día) CADA 4 HORAS
PENICILINA G BENZATÍNICA: 50.000 UI/kg/DU
PIP TAZO: 150 -300mg/kg/día CADA 8 HORAS
TMT/SMT 10-15 MG/KG/DIA
VANCOMICINA: 40 mg/kg/día CADA 8 HORAS

SECUENCIA DE INTUBACION RAPIDA:

- ANALGESIA:
 - FENTANYL 1 MCG/KG
 - MORFINA 0.1 MG/KG
 - KETAMINA 1 MG/KG (AUMENTA TA- NO EN ASMA)
- SEDACIÓN:
 - PROPOFOL 1 MG/KG
 - MIDAZOLAM 0.1 MG/KG
- RELAJACIÓN:
 - VECURONIO 0.1 MG/KG
 - ROCURONIO 0.6-1.2 MG/KG
 - CISATRACURIUM 0.1 MG/KG (FALLA HEPÁTICA- RENAL)
- OPCIONALES:
 - ATROPINA 0.01-0.02 MG/KG (BRADICARDIA MÁX. 1 MG)
 - LIDOCAÍNA 1 MG/KG (SIGNOS DE HIPERTENSIÓN ENDOCRANEANA, MENINGITIS DISMINUYE REFLEJO TUSÍGENO)

- TUBO:
 - EDAD EN AÑOS/ 4 + 3.5 CON NEUMOTAPONADOR
 - EDAD EN AÑOS/4 + 4 SIN NEUMOTAPONADOR

SIGNOS DE ALARMA PEDIATRÍA

CONSULTAR A URGENCIAS SI:

- FIEBRE: TEMPERATURA MAYOR A 38 GRADOS TOMADA CON TERMÓMETRO BAJO LA AXILA.
 - VÓMITO: PERSISTENTE Y ABUNDANTE.
 - DIARREA. AUMENTO EN LA FRECUENCIA CAMBIO EN LA CONSISTENCIA CON MOCO O SANGRE.
 - DIFICULTAD PARA RESPIRAR: QUE SE LE HUNDEN LAS COSTILLAS, ALETEO NASAL, QUE SE PONGA MORADO
 - QUE SE PONGA AMARILLO(A).
 - QUE NO COMA, QUE NO SE DESPIERTE. LLANTO INCONTROLABLE
-
- FIEBRE DE DIFÍCIL MANEJO (QUE NO CEDE CON EL ACETAMINOFÉN A DOSIS ADECUADAS) O PERSISTA MÁS DE 3 DÍAS. MAL ESTADO GENERAL.
 - CONVULSIÓN
 - DIFICULTAD PARA RESPIRAR: (RESPIRA MUY RÁPIDO. SE PONE MORADO AL TOSER. SE LE HUNDEN O MARCAN LAS COSTILLAS, ALETEO NASAL: SE LE MUEVE LA NARIZ AL RESPIRAR).
 - PÉRDIDA TOTAL DEL DESEO DE COMER.
 - DOLOR ABDOMINAL.
 - VÓMITO PERSISTENTE: (MÁS DE 3 EPISODIOS EN UNA HORA O VOMITA CADA VEZ QUE COME).
 - DEPOSICIONES ABUNDANTES MAS DE 10 AL DIA O CON SANGRE.
 - CAMBIOS EN EL COMPORTAMIENTO: (IRRITABLE: NO SE CALMA FÁCILMENTE; SOMNOLIENTO: NO RESPONDE A ESTÍMULOS).
 - SIGNOS DE DESHIDRATACIÓN: (BOCA O LENGUA SECA, NO ORINA EN MÁS DE 6 HORAS, LLORA SIN LÁGRIMAS).

DE INMUNODEFICIENCIA INFANTIL

Tabla I. Los 10 signos de alarma de inmunodeficiencia de la Jeffrey Modell Foundation

1.	Cuatro o más otitis media al año
2.	Dos o más sinusitis graves al año
3.	Dos o más meses con antibióticos con poco efecto
4.	Dos o más neumonías en un año
5.	Fallo para ganar peso o crecer normalmente en un lactante
6.	Infecciones recurrentes de partes blandas o abscesos de órganos
7.	Candidiasis oral o cutánea persistente después del año de edad
8.	Necesidad de antibióticos intravenosos para curar las infecciones
9.	Dos o más infecciones de tejidos profundos
10.	Una historia familiar de inmunodeficiencia

SALA ERA

1. OBSERVACIÓN EN SALA ERA
2. VÍA ORAL A TOLERANCIA
3. SALBUTAMOL ESQUEMA CRISIS
4. ACETAMINOFÉN 5,5 C CADA ____6_ VÍA ORAL: SI CUANTIFICA TEMPERATURA MAYOR DE 38 GRADOS.
5. VIGILANCIA POR TERAPIA RESPIRATORIA
6. HIGIENE BRONQUIAL BAJO NECESIDAD
7. CONTROL DE SIGNOS VITALES POR HORARIO -AVISAR CAMBIOS SI LOS HAY
8. CONTROL MÉDICO POSTERIOR A TERAPIA
9. **ASEO NASAL **
10. EDUCACIÓN
11. PREDNISOLONA 2 TAB AHORA

RECOMENDACIONES

INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA

RECOMENDACIONES:

- EVITAR CONTACTO CON OTRAS PERSONAS ENFERMAS
- REALIZAR ADECUADO LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN AL NIÑO Y A LOS CUIDADORES, ESPECIALMENTE ANTES Y DESPUÉS DE IR AL BAÑO O CAMBIAR EL PAÑAL Y ANTES DE CADA COMIDA.

- REALIZAR LAVADOS NASALES A NECESIDAD CON SUERO FISIOLÓGICO. APLICAR 5 CC EN CADA FOSA NASAL.
- DAR MÁS LÍQUIDO DEL HABITUAL: LACTANCIA MATERNA, FÓRMULA LÁCTEA, JUGOS NATURALES PREPARADOS CON AGUA POTABLE O HERVIDA.
- NO SUMINISTRAR MEDICAMENTOS QUE NO HAYAN SIDO FORMULADOS POR EL MÉDICO, EN ESPECIAL JARABES PARA LA TOS, EXPECTORANTES, MUCOLÍTICOS O ANTIBIÓTICOS.
- EN CASO DE QUE LA MADRE, O LOS CUIDADORES SE ENCUENTREN CON INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA DEBEN ESTAR EN CONTACTO CON EL NIÑO PROTEGIÉNDOSE CON TAPABOCAS.
- NO ES NECESARIO SUSPENDER LA LACTANCIA MATERNA SIEMPRE Y CUANDO LA MADRE SE PROTEJA CON TAPABOCAS.

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- DIFICULTAD RESPIRATORIA: RESPIRACIÓN RÁPIDA, HUNDIMIENTO DE LA PIEL ALREDEDOR DE LAS COSTILLAS, ALETEO NASAL, SE PONE MORADO, QUEJIDO AL RESPIRAR, LE SILBA EL PECHO AL RESPIRAR, DEJA DE RESPIRAR.
- NO COME/BEBE NADA, O VOMITA TODO LO QUE COME.
- LO NOTA SOMNOLIENTO, NO SE DESPIERTA CON FACILIDAD, ESTÁ INCONSCIENTE.
- EMPEORA EL ESTADO GENERAL O NO MEJORA- FIEBRE MÁS DE 3 DÍAS

FIEBRE

RECOMENDACIONES:

- SI SIENTE CALIENTE AL NIÑO, DEBE TOMARLE LA TEMPERATURA CON LA AYUDA DEL TERMÓMETRO.
- LA FIEBRE SE DEFINE COMO UNA TEMPERATURA SUPERIOR A 38 GRADOS CENTÍGRADOS.
- LA FIEBRE NO SIEMPRE ES UN SÍNTOMA DE ALARMA Y URGENCIA. SI EL NIÑO SE ENCUENTRA EN BUEN ESTADO GENERAL, RECIBE ALIMENTOS DE FORMA ADECUADA, JUEGA Y ESTÁ TRANQUILO, LOS PADRES PUEDEN CONTINUAR OBSERVACIÓN Y MANEJO EN CASA.
- MANTENER AL NIÑO CON POCAS ROPAS PARA QUE PUEDA PERDER CALOR DE FORMA MÁS RÁPIDA.
- DAR MÁS LÍQUIDO DEL HABITUAL: LACTANCIA MATERNA, FÓRMULA LÁCTEA, JUGOS NATURALES PREPARADOS CON AGUA POTABLE O HERVIDA.
- ADMINISTRAR ANTIPIRÉTICOS (ACETAMINOFEN - IBUPROFENO) DE ACUERDO A LO ESTIPULADO POR SU PEDIATRA.

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- FIEBRE EN EL NIÑO/NIÑA MENOR DE 3 MESES.
- LLEVA 3 DÍAS O MÁS CON FIEBRE
- LA FIEBRE NO MEJORA CON LA ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS COMUNES.
- TIENE ANTECEDENTE DE ENFERMEDAD CRÓNICA: ENFERMEDADES DEL CORAZÓN, DEFICIENCIA DE DEFENSAS, CÁNCER, DAÑO RENAL.
- DOLOR INTENSO DE CABEZA O DE NUCA, NO PUEDE MOVER EL CUELLO NI LA CABEZA POR DOLOR.
- SE PONE MORADO, TIENE DIFICULTAD RESPIRATORIA, DEJA DE RESPIRAR.
- DECAIMIENTO O IRRITABILIDAD O LLANTO INCONSOLABLE QUE PERSISTE PESE A BAJAR LA TEMPERATURA Y SUS CUIDADORES HABITUALES NO PUEDAN CALMAR.
- PALIDEZ DE PIEL O PIEL MOTEADA.
- NO PUEDE MOVER ALGUNA PARTE DEL CUERPO.
- NO COME Y VOMITA TODO LO QUE COME.
- CONVULSIONA.
- TIENE LESIONES EN LA PIEL PETEQUIAS (LESIONES PUNTIFORMES DE COLOR ROJO/MORADO QUE NO DESAPARECEN)
- DECAIMIENTO, SOMNOLENCIA, ALTERACIÓN DEL ESTADO DE CONCIENCIA, CONFUSIÓN, NO RESPONDE AL LLAMADO.

DIARREA Y DESHIDRATACIÓN

RECOMENDACIONES:

- ADMINISTRAR SALES DE REHIDRATACIÓN ORAL: 4-5 ONZAS DESPUÉS DE CADA DEPOSICIÓN DIARREICA. O VÓMITO: PEDIALYTE 60 O HIDRAPLUS O ENTEROLYTE 75
- DAR MÁS LÍQUIDO DEL HABITUAL: LACTANCIA MATERNA, FÓRMULA LÁCTEA, JUGOS NATURALES SIN AZÚCAR O BAJOS EN AZÚCAR PREPARADOS CON AGUA POTABLE O HERVIDA.
- EVITAR BEBIDAS O ALIMENTOS CON ALTO CONTENIDO DE AZÚCAR: GASEOSAS, DULCES, GELATINA, JUGOS ARTIFICIALES (DE CAJITA), AGUA DE PANELA, BEBIDAS PARA DEPORTISTAS.
- CONTINUAR ADMINISTRANDO LOS DEMÁS ALIMENTOS QUE EL NIÑO RECIBA, OFRECIÉNDOLES CADA 3 A 4 HORAS: CEREALES, VERDURAS, HORTALIZAS, TUBÉRCULOS, LECHE, CARNE, POLLO.

- NO CONSUMIR ALIMENTOS CRUDOS EXCEPTO FRUTAS Y VERDURAS QUE DEBEN ESTAR MUY BIEN LAVADAS CON AGUA.
- REALIZAR ADECUADO LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN AL NIÑO Y A LOS CUIDADORES, ESPECIALMENTE ANTES Y DESPUÉS DE IR AL BAÑO O CAMBIAR EL PAÑAL Y ANTES DE CADA COMIDA.
- LAS PERSONAS QUE PREPARAN LOS ALIMENTOS DEBEN LAVARSE MUY BIEN LAS MANOS ANTES DE SU MANIPULACIÓN.
- EL ADMINISTRAR CANTIDADES PEQUEÑAS Y FRECUENTES DE LOS ALIMENTOS, VA A PERMITIR UNA MEJOR ACEPTACIÓN Y TOLERANCIA DE LA VÍA ORAL.

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- DEPOSICIONES LÍQUIDAS MUY FRECUENTES, MÁS DE 10 EN 24 HORAS.
- DEPOSICIÓN CON SANGRE O VÓMITO CON SANGRE.
- VÓMITO REPETITIVO, 4 O MÁS VECES EN 4 HORAS O VOMITA TODO LO QUE COME.
- FIEBRE DURANTE MÁS DE 3 DÍAS.
- QUE NO RECIBA NADA DE COMER, O RECIBA MUY POCOS LÍQUIDOS.
- DOLOR ABDOMINAL CONSTANTE O INTENSO.
- SIGNOS DE DESHIDRATACIÓN: IRRITABILIDAD, SOMNOLENCIA, OJOS HUNDIDOS, BOCA SECA, QUE PASE MÁS DE 6 HORAS SIN ORINAR.
- DIARREA TODOS LOS DÍAS DURANTE MÁS DE 10 DÍAS.

DOLOR ABDOMINAL

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- SI PRESENTA DOLOR ABDOMINAL PERSISTENTE, QUE SE INCREMENTA EN EL TIEMPO Y SE ASOCIA FIEBRE O VÓMITO.
- SI PRESENTA DISTENSIÓN ABDOMINAL PERSISTENTE
- SI HAY CAMBIOS EN LA PARED DEL ABDOMEN COMO COLORACIÓN ROJIZA O SALIDA DE SECRECIÓN PURULENTO.
- SI EL DOLOR ABDOMINAL DESPIERTA AL NIÑO EN LA NOCHE.
- SI HAY DOLOR ABDOMINAL ASOCIADO A L ORINAR
- SI HAY MASAS A NIVEL ABDOMINAL.
- SI EL DOLOR INICIA EN EL ABDOMEN, SE TORNA MUY INTENSO, Y MIGRA A LAS EXTREMIDADES, PECHO O ESPALDA.
- SI PRESENTA DOLOR ABDOMINAL BAJO ASOCIADO A SANGRADO GENITAL

OTITIS MEDIA AGUDA

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- SALIDA DE SANGRE O PUS POR EL CONDUCTO AUDITIVO EXTERNO.
- PERSISTE DOLOR DE OÍDO DESPUÉS DE LA ADMINISTRACIÓN DE ACETAMINOFÉN O IBUPROFENO
- APARECE INFLAMACIÓN, ROJA, DOLOROSA Y QUE AUMENTA DE TAMAÑO EN LA REGIÓN POSTERIOR DE LA OREJA.
- PIERDE AGUDEZA AUDITIVA, ESTÁ MUY MAREADO, VOMITA TODO.
- PERSISTE CON FIEBRE A PESAR DEL MANEJO INSTAURADO.

FARINGOAMIGDALITIS AGUDA

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- PRESENTA AUMENTO BRUSCO DE TAMAÑO DEL CUELLO O LAS AMÍGDALAS QUE SEA PROGRESIVO Y DOLOROSO A LA PALPACIÓN.
- NO PUEDE ABRIR LA BOCA, LE DUELE MUCHO EL CUELLO O LA NUCA.
- TIENE DOLOR PARA TRAGAR, DIFICULTAD PARA TRAGAR, SE PONE AFÓNICO
- FIEBRE PERSISTENTE.

INFECCIONES DE PIEL

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- CONSULTAR DE NUEVO SI AUMENTA LA LESIÓN, PRESENTA CAMBIOS EN LA COLORACIÓN ALREDEDOR DE LA LESIÓN (ROJO, MORADO).
- SI APARECE SECRECIÓN PURULENTE EN LA LESIÓN, INFLAMACIÓN Y CALOR ALREDEDOR DE LA LESIÓN.
- FIEBRE (TEMPERATURA MAYOR A 38 GRADOS CENTÍGRADOS)
- COMPROMISO GENERAL, IRRITABILIDAD, SOMNOLENCIA, CONVULSIONES.

CEFALEA

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- DOLOR DE CABEZA QUE NO MEJORA CON LOS ANALGÉSICOS COMUNES.
- SI ES EL PEOR DOLOR QUE HA PRESENTADO O ES DE INTENSIDAD SEVERA, DE INICIO SÚBITO, QUE LA INTENSIDAD AUMENTA PROGRESIVAMENTE.
- SE ASOCIA A ALTERACIÓN EN LA MOVILIDAD DE LAS EXTREMIDADES O DIFICULTAD PARA LA MARCHA.
- SE ASOCIA A ALTERACIONES VISUALES.

- SE ASOCIA A ALTERACIONES CONDUCTUALES, CAMBIOS DEL COMPORTAMIENTO.
- LO DESPIERTE POR LA NOCHE, INTERRUMPE EL PATRÓN DE SUEÑO.
- SE ASOCIA A VÓMITO, AUMENTA CON LOS CAMBIOS DE POSICIÓN, O CON MANIOBRAS COMO LA TOS.
- CAMBIO EN LAS CARACTERÍSTICAS DE UNA CEFALEA CRÓNICA.
- SE ASOCIA A PÉRDIDA DE PESO
- EDAD MENOR A 5 AÑOS.

TRAUMA CRANEOENCEFÁLICO (SIGNOS ALARMA)

SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTA INMEDIATA A URGENCIAS:

- SOMNOLENCIA O ADORMECIMIENTO FUERA DE LAS HORAS HABITUALES, FALTA DE MEMORIA
- CAMBIO DE CARÁCTER O COMPORTAMIENTO
- MOVIMIENTOS ANORMALES, DESDE ALTERACIONES DE LOS MOVIMIENTOS OCULARES HASTA CONVULSIONES
- SANGRADO POR NARIZ, OÍDOS O BOCA.
- SALIDA DE LÍQUIDO CLARO POR LA NARIZ U OÍDOS
- DOLOR DE CABEZA INTENSO
- ALTERACIONES EN LA VISIÓN (VISIÓN DOBLE, VISIÓN BORROSA, NO VE), ALTERACIONES DEL EQUILIBRIO.

PIEL DELICADA RECOMENDACIONES

- REALIZAR BAÑOS CORTOS 5 A 10 MINUTOS MÁXIMO, CON AGUA TIBIA.
- USO DE JABONES SIN OLOR APLICAR EN CUELLO, AXILAS Y GENITALES. DE AVENA
- SECADO DE LA PIEL POR TOQUES SUAVES
- HUMECTAR LA PIEL: DESPUÉS DEL BAÑO USE VASELINA MAS ACEITE MINERAL, CREMA LUBRIDERM TAPA DORADA (CONTIENE UREA) O ACETATO DE ALUMINIO LOCION O CETAPHIL.
- NO USAR PERFUMES DIRECTAMENTE EN LA PIEL.
- NO USAR SUAVIZANTES AL LAVAR LA ROPA.
- LAVAR ROPA INTERIOR CON JABÓN COCO.
- MANTENER UÑAS CORTAS Y LIMPIAS.
- USO DE BLOQUEADOR SOLAR (A PARTIR DE LOS 6 MESES DE EDAD) APLICAR A LAS 6 AM- 11 AM -3 PM UMBRELLA KIDS 50 ANTHELIOS KIDS 50 - AVENE KIDS 50 EUCERIN KIDS 50 BIODERMA KIDS 50

ESTREÑIMIENTO

MODIFICACIÓN DE LA DIETA

- SUSPENDER ALIMENTOS QUE VENGAN EN POLVO, CON COLORANTES O DE PAQUETE
- DAR 5 PORCIONES DE FRUTAS CON CÁSCARA, NO JUGOS.
- LAS FRUTAS QUE DEBE COMER SON LAS SIGUIENTES: MANGO, CIRUELAS, MANDARINA, NARANJA PAPAYA, GRANADILLA, PITAYA
- LAS FRUTAS QUE DEBE EVITAR SON LAS SIGUIENTES: MANZANA, GUAYABA, BANANO, PERA
- CONSUMIR 2 PORCIONES DE VERDURA AL DÍA, PUEDE ADICIONAR UNA - CUCHARADITA DE ACEITE DE OLIVA
- CONSUMIR ABUNDANTE AGUA, MÍNIMO 6 VASOS AL DÍA
- CONSUMIR TOMAR LEGUMBRES DE 2 A 3 VECES POR SEMANA (LENTEJAS, GARBANZOS, JUDÍAS, SOJA, GUISANTES, HABAS).
- CONSUMIR CEREALES Y DERIVADOS INTEGRALES (ARROZ INTEGRAL, PASTA INTEGRAL, PAN INTEGRAL, CEREALES DE DESAYUNO INTEGRALES, GALLETAS INTEGRALES, ETC)
- DEBE ESTAR CÓMODO PARA HACER DEPOSICIÓN, LOS PIES DEBEN ESTAR APOYADOS
- DEBE HACER DEPOSICIÓN TODOS LOS DÍAS, BLANDA.

EDUCACIÓN DEL HÁBITO DEFECATORIO.

- SENTARSE EN EL BAÑO TODOS LOS DÍAS (SI SE PUEDE A LA MISMA HORA) PREFERIBLEMENTE DESPUÉS DE UNA COMIDA E INTENTA DEFECAR. NO CONVIENE FORZARLE, NI DAR DEMASIADA IMPORTANCIA A SI CONSIGUE O NO REALIZAR DEPOSICIÓN, NO INSISTIENDO MÁS DE 10 MINUTOS EN EL INTENTO.
- NO REPRIMIR LAS GANAS DE IR AL BAÑO DE FORMA CONTINUA, PORQUE INHIBE EL REFLEJO DE LA DEFECACIÓN.
- TENER UNA ADECUADA POSTURA QUE FACILITE LA DEFECACIÓN, TIPO ACUCLILLADO: ALZAS EN LOS PIES, PARA ACERCAR LAS RODILLAS AL VIENTRE. HAY QUE TOMARSE SU TIEMPO, PERO ADEMÁS EL CUARTO DE ASEO DEBE SER UN LUGAR PRIVADO, LIMPIO, CÓMODO Y CÁLIDO

NUTRICIONALES GASTRITIS

- NO HAGA COMIDAS MUY ABUNDANTES O PESADAS.
- RECUERDE CONSUMIR ALIMENTOS CADA 3 HORAS APROXIMADAMENTE.
- COMA LENTAMENTE Y MASTIQUE BIEN.
- ES ACONSEJABLE, NO MASTICAR CHICLE LO CUAL PUEDE AGRAVAR LOS SÍNTOMAS.
- NO TOME BEBIDAS CON SUS COMIDAS.

- COMA MÍNIMO 2 HORAS ANTES DE ACOSTARSE A DORMIR.
- NO ES ACONSEJABLE TOMAR CON FRECUENCIA LECHE, YA QUE DE 2 A 3 HORAS DESPUÉS DE SU INGESTA PRODUCE ACIDEZ.
- PRUEBE TOLERANCIA CON LOS ALIMENTOS RICOS EN FIBRA (VERDURAS COCIDAS ENTERAS, ENSALADAS CRUDAS, LEGUMINOSAS (FRÍJOL, LENTEJA, GARBANZOS, ARVEJAS SECAS, HABAS SECAS, ETC.), CEREALES INTEGRALES, FRUTOS SECOS Y FRUTAS SECAS. SI NO LOS TOLERA SUSPÉNDASE.
- PARA PREPARAR SUS LEGUMINOSAS (FRIJOL, LENTEJAS, GARBANZOS, ARVEJAS SECAS, HABAS SECAS, ETC.) DÉJALAS EN AGUA (REMOJO) POR UN TIEMPO MAYOR A 8 HORAS Y CAMBIE EL AGUA VARIAS VECES.
- NO CONSUMA ALIMENTOS MUY SALADOS O CONDIMENTADOS.
- CAMBIE EL CAFÉ Y EL TÉ NEGRO (ESTIMULAN LA SECRECIÓN GÁSTRICA), POR INFUSIONES SUAVES (ROMERO, SALVIA, MANZANILLA, ETC.).
- NO CONSUMA BEBIDAS ALCOHÓLICAS.
- NO CONSUMA BEBIDAS CON GAS NI BEBIDAS GASEOSAS.
- NO CONSUMA CANTIDADES EXCESIVAS DE AZÚCAR.
- EN ALGUNAS PERSONAS QUE PADECEN ACIDEZ LOS DERIVADOS DEL TOMATE (SALSAS) Y EL ZUMO DE CÍTRICOS PUEDEN CAUSARLES MOLESTIAS.
- EVITE LOS ALIMENTOS MUY CALIENTES O MUY FRÍOS YA QUE PROVOCAN IRRITACIÓN.
- PREFIRIERA PREPARACIONES SIN ADICIÓN DE GRASA: COCIDO O HERVIDO, VAPOR, A LA PLANCHA Y AL HORNO.
- DISMINUYA EL CONSUMO DE FRITOS, REBOZADOS Y APANADOS.
- CONSULTE A SU MÉDICO ACERCA DE LOS MEDICAMENTOS QUE LE PUEDEN CAUSAR IRRITACIÓN, RECUERDE QUE MEDICAMENTOS COMO EL IBUPROFENO SIEMPRE SE DEBE CONSUMIR CON LOS ALIMENTOS.

NUTRICIONALES DISLIPIDEMIA

- SU ALIMENTACIÓN DEBE SER FRACCIONADA CON 5 COMIDAS EN EL DÍA, EN UN MISMO HORARIO, Y EN LO POSIBLE NO OMITIR NINGUNA (DESAYUNO, NUEVES, ALMUERZO, ONCES Y CENA).
- A CONTINUACIÓN APARECE UNA LISTA DE ALIMENTOS QUE USTED NO DEBE CONSUMIR PORQUE CONTIENE UNA ALTA CANTIDAD DE AZÚCARES SIMPLES Y CONTRIBUYEN A ELEVAR SUS TRIGLICÉRIDOS:
- AZÚCAR BLANCA, AZÚCAR MORENA, AREQUIPE, MIEL, PANELA, MELADOS, GELATINA, CHOCOLATE, BOCADILLO, POSTRES, DULCES, COLOMBINAS, FLANES, PUDINES, HELADOS, PALETAS, GASEOSA NORMAL.
- KUMIS O YOGURT CON DULCE, LECHE CONDENSADA, LECHE MALTEADA, NO AGREGUE COMPLEMENTOS QUE CONTENGAN DULCE.
- FRUTAS EN ALMÍBAR O CONSERVA.

- PRODUCTOS DE PASTELERÍA COMO TORTAS, BIZCOCHOS, GALLETAS DULCES, PONQUES. PRODUCTOS COMERCIALES COMO PATACONES, PAPAS FRITAS, CHITOS, EMPANADAS, TAMALES, BUÑUELOS O ENVUELTOS.
- PUEDE EMPLEAR EDULCORANTES ARTIFICIALES (ASPARTAME, STEVIA, ACESULFAME K, SUCRALOSA) PARA ENDULZAR.
- A CONTINUACIÓN APARECE UNA LISTA DE ALIMENTOS QUE USTED NO DEBE CONSUMIR PORQUE CONTIENE UNA ALTA CANTIDAD DE GRASA Y CONTRIBUYEN A ELEVAR SU COLESTEROL:
- CARNES DE SALSAMENTARIA (JAMÓN, JAMONETA) EMBUTIDOS (SALCHICHA, SALCHICHÓN). CHICHARRÓN, PIEL DE POLLO Y DE PESCADO, CARNES ENLATADAS (ATÚN, SARDINAS EN ACEITE) MARISCOS Y VÍSCERAS. EL ATÚN PUEDE SER EN AGUA O ACEITE DE OLIVA Y EL JAMÓN BAJO EN GRASA.
- ALIMENTOS EN PREPARACIONES FRITAS O CON MUCHA GRASA. EVITE LAS GRASAS VISIBLES COMO MANTEQUILLA, MARGARINA, CREMOSINO O MAYONESA.
- LOS LÁCTEOS Y LOS QUESOS DEBEN SER BAJOS EN GRASA (SEMI-DESCREMADOS O DESCREMADOS).
- PREPARE LOS ALIMENTOS COCIDOS, AL HORNO, GUISADOS, A LA PLANCHA, AL VAPOR, A LA PARRILLA, A LA BRASA.
- PREFIERA EL USO DE ACEITES VEGETALES PUROS PARA LAS PREPARACIONES QUE LO REQUIERAN: CANOLA, GIRASOL, GOURMET Y OLIVA UTILÍCELO SOLO EN CRUDO. CONDIMENTO CON PRODUCTOS NATURALES COMO: LAUREL, TOMILLO, AJO, CEBOLLA, Y UTILICE ADEREZOS CON YOGURT DIETÉTICO, CILANTRO, PEREJIL, VINAGRE, ETC.
- LAS SIGUIENTES BEBIDAS PUEDE CONSUMIRLAS EN LA CANTIDAD DESEADA: CAFÉ, TÉ, SODA, LIMONADA SIN AZÚCAR, GASEOSAS DIETÉTICAS, CALDO DE VERDURAS, AROMÁTICA, AGUA.
- AUMENTE EL CONSUMO DE AGUACATE, MANÍ, ALMENDRAS, MACADAMIA, PISTACHO (2 -3 VECES/SEM)

AUTISMO

- DIFICULTAD EN LA INTERACCIÓN SOCIAL
- NO MIRAR A LOS OJOS O EVITAR HACERLO CUANDO UNA PERSONA HABLA CON ÉL, ESTANDO BIEN CERCA; RISAS Y CARCAJADAS INADECUADAS O SIN SENTIDO COMO DURANTE UN VELORIO O DURANTE UNA BODA O BAUTIZO, POR EJEMPLO:
 - NO LE GUSTA EL CARIÑO Y AFECTO Y POR ESTO NO SE DEJA ABRAZAR Y BESAR;
 - DIFICULTAD PARA RELACIONARSE CON OTROS NIÑOS Y POR ESTO PREFIERE MANTENERSE SOLO Y NO JUGAR CON NADIE;
 - REPETIR SIEMPRE LAS MISMAS COSAS, JUGAR SIEMPRE CON LOS MISMOS JUGUETES.

- DIFICULTAD PARA COMUNICARSE
- EL NIÑO SABE HABLAR, PERO PREFIERE NO HABLAR NADA Y SE MANTIENE CALLADA POR HORAS, ASÍ LE HAGAN PREGUNTAS;
- EL NIÑO SE REFIERE A SÍ MISMO COMO SI SE TRATARA DE OTRA PERSONA;
- REPITE LA PREGUNTA QUE SE LE HA HECHO VARIAS VECES SEGUIDAS SIN IMPORTAR MOLESTAR A LOS OTROS;
- MANTIENE SIEMPRE LA MISMA EXPRESIÓN EN LA CARA Y NO ENTIENDE GESTOS Y EXPRESIONES FACIALES DE LOS OTROS;
- NO HACE CASO CUANDO SE LE ES LLAMADO POR SU NOMBRE, COMO SI NO ESTUVIESE ESCUCHANDO NADA, A PESAR DE NO SER SORDO Y DE NO TENER NINGÚN PROBLEMA AUDITIVO;
- MIRAR DE REOJO CUANDO SE SIENTE INCOMODO;
- CUANDO HABLA LA COMUNICACIÓN ES MONÓTONA Y CON UN TONO PEDANTE.
- ALTERACIONES EN EL COMPORTAMIENTO
 - NO TIENE MIEDO DE SITUACIONES PELIGROSAS COMO ATRAVESAR UNA CALLE SIN MIRAR HACIA LOS CARROS, ACERCARSE MUCHO A LOS ANIMALES APARENTEMENTE PELIGROSOS COMO PERROS GRANDES;
 - TIENE JUEGOS EXTRAÑOS, DÁNDOLE FUNCIONES DIFERENTES A LOS JUGUETES QUE TIENE;
 - JUEGA CON UNA PARTE DEL JUGUETE COMO POR EJEMPLO LA RUEDA DE UN CARRITO, Y SE PUEDE MANTENER MIRÁNDOLA Y MOVIÉNDOLA CONSTANTEMENTE;
 - APARENTEMENTE NO SIENTE DOLOR Y PARECE QUE LE GUSTA GOLPEARSE O GOLPEAR A LOS DEMÁS A PROPÓSITO;
 - DIRIGE EL BRAZO DE OTRA PERSONA PARA RECOGER EL OBJETO QUE DESEA;
 - MIRA SIEMPRE HACIA LA MISMA DIRECCIÓN COMO SI ESTUVIESE DETENIDO EN EL TIEMPO;
 - SE BALANCEA HACIA ADELANTE Y HACIA ATRÁS DURANTE VARIOS MINUTOS U HORAS, O TUERCE LAS MANOS O LOS DEDOS CONSTANTEMENTE;
 - DIFICULTAD PARA ADAPTARSE A UNA NUEVA RUTINA, AGITÁNDOSE, Y PUDIENDO LASTIMARSE O LASTIMAR A LOS DEMÁS;
 - PASARSE OBJETOS DE UNA MANO A OTRA O TENER FIJACIÓN POR AGUA;
 - MANTENERSE EXTREMADAMENTE AGITADO CUANDO ESTÁ EN PÚBLICO O EN AMBIENTES RUIDOSOS.

GUIA DE ALIMENTACION COMPLEMENTARIA

EDAD 0 – 5/6 MESES

ALIMENTOS LECHE MATERNA EXCLUSIVAMENTE
RECOMENDACIONES ES EL ALIMENTO IDEAL PARA EL BEBE
CANTIDAD A LIBRE DEMANDA
HORA CADA 2 O 3 HORAS

EDAD 6 MESES

ALIMENTOS FRUTAS: MANZANA, DURAZNO, PERA, GUAYABA, BANANO, MANGO, GRANADILLA, PAPAYA, ETC. *
RECOMENDACIONES OFRECERLAS EN COMPOTAS CON CUCHARITA. PROBAR TOLERANCIA CON LA MISMA FRUTA DURANTE 3 DÍAS. EN PAPILLA CANTIDAD INICIAR CON UNA CUCHARITA SOPERA Y AUMENTAR LA CANTIDAD DE ACUERDO A LA TOLERANCIA DEL NIÑO HORA EN LA MAÑANA O EN LA TARDE.

EDAD 6 MESES

ALIMENTOS VERDURAS: ZANAHORIA, AHUYAMA, ESPINACA, HABICHUELA.
RECOMENDACIONES LICUADA O EN PURÉ (ADICIONAR UNA PEQUEÑA CANTIDAD DE ACEITE GIRASOL, MAÍZ) CANTIDAD INICIAR CON 1 CUCHARADA SOPERA Y AUMENTAR LA CANTIDAD DE ACUERDO A LA TOLERANCIA DEL NIÑO
HORA ALMUERZO

EDAD 7 MESES

ALIMENTOS PROTEÍNA ANIMAL: POLLO, TERNERA, RES.
CEREALES: TRIGO, AVENA, CEBADA.
RECOMENDACIONES EN PAPILLA CON FRUTAS O EN LICUADOS DE VERDURA
CANTIDAD INICIAR CON 1 CUCHARADA SOPERA Y AUMENTAR DE ACUERDO A LA TOLERANCIA DEL NIÑO HORA ALMUERZO O COMIDA
PAPILLA: EN LA MAÑANA O EN LA TARDE.

EDAD 7 MESES

ALIMENTOS TUBÉRCULOS: PAPA, YUCA, ÑAME, ARRACACHA
OTROS ALIMENTOS: ARROZ, ESPAGUETIS, PLÁTANO, PAN, GALLETAS, OTRAS FRUTAS Y VERDURAS
RECOMENDACIONES INICIALMENTE EN LOS LICUADOS DE VERDURAS Y LUEGO EN PURÉ HASTA LOGRAR OFRECERLOS EN TROCITOS PEQUEÑOS
CANTIDAD INICIAR CON 1 CUCHARADA SOPERA Y AUMENTAR DE ACUERDO A LA TOLERANCIA DEL NIÑO HORA ALMUERZO Y COMIDA.
PAN O GALLETAS: DESAYUNO, EN LA MAÑANA O EN LA TARDE.

EDAD 8 MESES

ALIMENTOS YEMA DE HUEVO **
LEGUMINOSAS: FRIJOL, LENTEJA, GARBANZO, ARVEJA SECA.

RECOMENDACIONES COCIDO EN AGUA
INICIALMENTE OFRECERLAS SIN CÁSCARA, EN LOS LICUADOS DE VERDURAS Y
LUEGO EN PURÉ. CANTIDAD INICIAR CON 1 CUCHARADITA Y AUMENTAR SEGÚN LA
TOLERANCIA DEL NIÑO 1-2 CUCHARADAS SOPERAS POR DÍA (EN COCIDO)
HORA DESAYUNO O EN LA MAÑANA.
ALMUERZO O EN LA COMIDA

EDAD 9 – 12 MESES

ALIMENTOS HUEVO COMPLETO **

PESCADO **

RECOMENDACIONES COCIDO EN AGUA - DIVERSAS PREPARACIONES
(PREFERIBLEMENTE NO INTRODUCIR ANTES DE LOS 11 MESES)

CANTIDAD 1 HUEVO PORCIONES PEQUEÑAS

HORA DESAYUNO O EN LA MAÑANA

ALMUERZO O COMIDA

EDAD 12 MESES EN ADELANTE

INTEGRACION A LA MESA FAMILIAR

* SE RECOMIENDA A LAS FRUTAS CÍTRICAS COMO (MANDARINA, NARANJA, LIMÓN,
TORONJA, POMELO) Y LAS FRESAS SE INTRODUCZCAN DESPUÉS DEL PRIMER AÑO DE
VIDA, CUANDO EL NIÑO TIENE ANTECEDENTES DE ALERGIA EN LA FAMILIA PARA
EVITAR ALERGIAS ALIMENTARIAS

** INTRODUCIRLOS DESPUÉS DEL PRIMER AÑO DE VIDA CUANDO EL NIÑO TIENE
ANTECEDENTES DE ALERGIA EN LA FAMILIA

NOTA: NO ADICIONAR SAL NI AZÚCAR A LOS ALIMENTOS O PREPARACIONES DEL NIÑO
DURANTE EL PRIMER AÑO DE VIDA

LA LECHE MATERNA ES EL MEJOR ALIMENTO PARA EL NIÑO. EL TIEMPO DE
INTRODUCCIÓN DE LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA DE SU HIJO DEBE HACERSE
DE ACUERDO AL CRITERIO MÉDICO