SINALOA
SECRETARÍA DE SALUD

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

comunicacionsaludsin@gmail.com
Tel. (667) 758 7000 EXT. 2203
www.saludsinaloa.gob.mx

Dir. Av. Insurgentes S/N
Col. Centro Sinaloa,
Culiacán, Sinaloa, C.P. 80129

COMSALUD - 68 – 2019

# SECRETARÍA DE SALUD LLAMA A CUIDAR LA SALUD DE NUESTRAS NIÑAS Y NIÑOS

**Tener un control de niño sano con nutrición adecuada y esquema de vacunación completo, es la mejor manera de cuidar la salud de nuestros niños y niñas*

*Culiacán, Sinaloa, 29 de abril del 2019; El día del niño es una fecha ideal para tomar conciencia de cuidar lo más preciado que tiene el ser humano que es la salud, y es desde la infancia cuando los padres deben de cuidar con buenos hábitos alimenticios a los pequeños ya que de ello depende que sea un adulto sin obesidad y enfermedades de riesgo como diabetes e hipertensión, advirtió el Dr. Filiberto Sánchez Bernal, Jefe del Departamento de Salud de la Infancia y Adolescencia.

El especialista comentó que la niñez es una época de crecimiento y cambios rápidos, de ahí la importancia que los padres lleven un control adecuado del “Niño Sano”, tal como lo establece la Norma Oficial Mexicana de Salud, donde los pequeños deben de tener su primer consulta desde los 7 días de haber nacido, posteriormente cada mes hasta los 6 meses, después cada dos meses y a partir del año cada seis meses hasta los 5 años de edad, para vigilar el estado de nutrición que se rige en base a una serie de medidas, peso y talla.

“Todo el mundo se preocupa por la salud de los niños, pero nos preocupamos cuando hay una situación de enfermedad, es muy importante la mejor medicina que existe en la actualidad es la medicina preventiva y dentro de todo ese grupo de acciones de prevención pues está el control de crecimiento del niño sano”, señaló.

Recomendó que las niñas y niños deben de tener seno exclusivo materno hasta los seis meses y la introducción de alimentos diferentes a la leche deben ser de grupos alimenticios como las frutas y verduras para que desde entonces se logre crear un hábito alimenticio lo más saludable posible para así lograr un sano crecimiento y desarrollo en el pequeño.

comunicacionsaludsin@gmail.com
Tel. (667) 758 7000 EXT. 2203
www.saludsinaloa.gob.mx
Dir. Av. Insurgentes S/N
Col. Centro Sinaloa,
Culiacán, Sinaloa, C.P. 80129

Advirtió que en la actualidad existe sobre peso y obesidad en menores debido a que gran parte de las familias acostumbran que sus hijos tengan desayunos prolongados, principalmente los niños y niñas de edad escolar, cuando lo recomendable es que tengan un desayuno nutritivo antes de iniciar su horario de clases. Indicó que lo más recomendable es tener, desayuno, comida y cena además de dos colaciones con alimentos saludables.

"El desayuno es una parte fundamental en el crecimiento del niño principal ente el niño escolar, el rendimiento escolar el sueño, etc. es muy importante, ahorita en la actualidad un niño que no desayuna o desayuna en forma inadecuada, es muy común observar en muchas familias que el niño sale de su casa con un licuado de chocolate que es una gran cantidad de carbohidratos, entonces si no creamos esa conciencia del desayuno, esos niños en cuestión de rendimiento escolar va a mermar y empezamos a tener problemas", recomendó.

La otra parte de protección en la infancia es un esquema adecuado de vacunas, por lo cual una recomendación importante es que todo el niño y niña tenga completo el esquema de vacunación, desde el momento de nacer a los dos meses, 4, 6 al año, dos años, cuatro y seis años, pues indicó que se tienen muchas enfermedades prevenibles por vacunación, por lo cual hizo el llamado a la población para que no se deje a un lado esa oportunidad gratuita que tiene en México para proteger a nuestros niños y niñas.