



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

Guía para el Cuidado de la Salud



NIÑAS y NIÑOS
de 0 a 9 años

MÁS VALE PREVENIMSS

La atención y cuidados que reciben los niños en su ambiente familiar durante los primeros años de vida, definen muchas de sus características en la etapa adulta; en la mayoría de las veces, esto es más importante que la carga genética heredada por los padres, por lo que es necesario adquirir desde el nacimiento estilos de vida activos y saludables, que nos lleven a un desarrollo integral óptimo.

Esta guía está dirigida a los padres o cuidadores de los niños menores de diez años, sobre aspectos fundamentales en el cuidado de la salud del niño desde su nacimiento, organizados en los siguientes grupos de edad:

- I Recién nacido
- II Uno a once meses de edad
- III Uno a cuatro años de edad
- IV Cinco a nueve años de edad

Esta distribución facilita al lector identificar, de acuerdo con la edad del niño, las acciones que se le deben realizar para mantenerlo sano.

Se informa a los padres sobre cuál es la conducta a seguir para propiciar el buen crecimiento y desarrollo de sus hijos mediante:

- Promoción de la salud
- Nutrición
- Vacunación
- Prevención de infecciones respiratorias y enfermedades diarreicas agudas
- Detección de enfermedades que afectan el desarrollo de los niños
- Salud bucal

www.imss.gob.mx

En especial, le aconsejamos que el capítulo para los niños de cinco a nueve años, lo lea con su hijo(a), y así el pequeño(a) empiece a responsabilizarse en las acciones que tiene que hacer para conservar y mejorar su salud.

Es importante que ustedes, padres de familia, además de estos cuidados, ofrezcan a sus hijos: amor, comunicación, atención, respeto y den el mismo trato y oportunidades a las niñas como a los niños.

El **Instituto Mexicano del Seguro Social** pone en sus manos esta guía además de la Cartilla de Salud, con el propósito de que les sean de utilidad, para cuidar y vigilar que sus hijos menores de diez años tengan una vida saludable.

Para ayudar a prevenir enfermedades y evitar riesgos, le invitamos a participar en los grupos educativos que el **IMSS** tiene para su niña o niño y para usted, ya que adquirir conocimientos para cuidar la salud, es la mejor inversión.

Para las niñas y niños de 3 a 6 años de edad, incluyendo a sus padres o tutores, el **IMSS** ha creado “**ChiquitIMSS**” donde junto con más niñas y niños de su edad, aprenderán nuevos conocimientos, harán amigos, fortalecerán sus valores y habilidades para la vida. El curso se da a través de dinámicas participativas muy divertidas, y al mismo tiempo tanto niños como padres o tutores aprenden a cuidar su salud y la de su familia.

Infórmese y solicite a la Trabajadora Social de su Unidad Médica o en su Guardería, que le incorporen a su niña o niño a “**ChiquitIMSS**”.

¡Anímense y únense a la familia PREVENIMSS!

De cómo cuide y cultive la mente y cuerpo de su niña o niño dependerá el disfrute de su vida presente y futura.



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL