

# 16 prácticas claves para el crecimiento y desarrollo saludable

La OMS y el UNICEF, sobre la base de pruebas científicas y de la experiencia existente, promueven a través de la Estrategia AIEPI 16 prácticas claves para fomentar el crecimiento y desarrollo saludable de los menores de cinco años.

Dichas prácticas, que se presentan a continuación, contribuyen a:

- Estimular el crecimiento físico y el desarrollo mental
- Prevenir enfermedades
- Brindar la mejor asistencia domiciliaria, e
- Identificar precozmente cuándo buscar atención fuera del hogar



## Para el crecimiento físico y el desarrollo mental

---

**1** Amamante a los lactantes de manera exclusiva por lo menos cuatro meses y, si fuera posible, hasta seis (teniendo presente las normas y recomendaciones de OMS/UNICEF/ONUSIDA sobre infección por el VIH y alimentación del lactante. Las madres que son VIH positivas deberán recibir orientación sobre otras opciones para alimentar al bebé).

**2** Comenzando alrededor de los seis meses de edad, alimente a los niños con suplementos de alto contenido nutricional y energético recién preparados, mientras se sigue amamantando hasta los dos años o más.

**3** Proporcione a los niños cantidades suficientes de micronutrientes (vitamina A y hierro, en particular), ya sea en su régimen alimentario o mediante la administración de suplementos.

**4** Promueva el desarrollo mental y social del niño, respondiendo a su necesidad de atención, y procure estimularlo mediante la conversación, juegos y otras interacciones físicas y emocionales apropiadas.

## **Para la prevención de enfermedades**

---

**5** Procure que los niños reciban el esquema completo de vacunas (BCG, DPT, OPV y antisarampionosa) antes de su primer cumpleaños.

**6** Deseche las heces de manera segura (inclusive las de los niños) y lávese las manos con agua y jabón después de la defecación y antes de preparar los alimentos y dar de comer a los niños.

**7** En las zonas donde la malaria es endémica, asegúrese de que los niños duerman protegidos por mosquiteros tratados con insecticida.

**8** Adopte y mantenga los comportamientos apropiados para la prevención y atención de las personas infectados por el VIH/SIDA, especialmente los huérfanos.

## **Para la asistencia domiciliaria apropiada**

---

**9** Siga alimentando y ofreciendo líquidos, especialmente leche materna, a los niños cuando están enfermos.

**10** Administre a los niños enfermos el tratamiento casero apropiado para las infecciones.

11  
Tome las medidas adecuadas para prevenir y controlar lesiones y accidentes entre los niños.

12  
Evite el maltrato y descuido de los menores y tome medidas adecuadas cuando ocurran.

13  
Procure que los hombres participen activamente en el cuidado de sus hijos y en los asuntos relacionados con la salud reproductiva de la familia.

#### **Para buscar atención**

---

14  
Reconozca cuando los niños enfermos necesitan tratamiento fuera del hogar y llévelos al personal sanitario apropiado para que reciban atención.

15  
Siga las recomendaciones dadas por los agentes de salud en relación con el tratamiento, seguimiento y referencia.

16  
Asegúrese que toda mujer embarazada haga las cuatro visitas prenatales recomendadas y reciba las dosis de vacunación del toxoide tetánico, y de que reciba el apoyo de la familia y la comunidad para buscar atención apropiada, especialmente en el momento de dar a luz y durante el puerperio y la lactancia.