

PLAN INTEGRAL DE DESPARASITACIÓN Y NUTRICIÓN MATERNO INFANTIL



GUIA PARA LOS ALUMNOS



GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE FORMOSA

PLAN INTEGRAL DE DESPARASITACIÓN Y NUTRICIÓN MATERNO INFANTIL



ATENCIÓN!

1

Los parásitos intestinales son seres vivos, que pasan toda, o parte de su existencia, a expensas de otro ser vivo, a quien se lo llama huésped.

Los parásitos viven de su huésped causándole daño. Se conservan como huevos o como quistes en la tierra y en el agua.



2

Cuando los chicos se contactan con estos huevos por comer con las manos sucias, caminar descalzos o jugar con tierra, o comer vegetales mal lavados esos huevos entran al cuerpo.



3

Alimentándose de nuestros propios nutrientes, crecen en los intestinos hasta transformarse en lombrices. Después, al hacer caca, se eliminan vivos (se los puede ver) o como huevos (no se los puede ver porque son muy pequeñitos) que siguen contagiando a más y más chicos.



Hay un grupo de chicos que están siendo atacados por unos bichitos que se llaman parásitos y a pesar de ser chiquitos son muy dañinos. El problema es que los chicos aún no lo saben y necesito de tu ayuda para evitar que los parásitos sigan causando daño.

Para eso es importante que sepas algunas cosas: lo primero que tenemos que hacer es conocerlos para saber como atacarlos y evitar que no nos enfermen.



Los mas comunes son los parásitos intestinales, oxiuros, áscaris, giardias, entamoeba histolytica, tenia (lombriz solitaria).



Yo te doy dolor de panza porque me como todo lo que se encuentra ahí

Yo te dejo muy cansado porque me alimento de tus nutrientes.

Yo te hago cosquillitas en la cola para que te pique y te moleste mucho

Yo no te dejo que estudies ni que te concentres en lo que te interesa

Te pueden enfermar con: dolores de panza, diarrea, anemia, desnutrición, falta de apetito, insomnio, irritabilidad. Falta de atención, cansancio, mala conducta.

En otros casos enfermar al cerebro, músculo, ojos, pulmones y corazón.



Mantener la higiene corporal: Lavarse el cuerpo y la cabeza con jabón y agua limpia, cortarse las uñas, y cepillarse los dientes a diario. Sirve para sentirte mejor y facilitar el acercamiento a los demás. Además te previene del contagio de parásitos y de otras enfermedades.



Lavarse siempre las manos. Las manos son importante vehiculo para transmitir infecciones, para evitarlo hay que lavarlas con jabón y agua limpia.

Antes de:

Tocar algún alimento (para prepararlo o comerlo).



Despues de:



Ir al baño.



Sonarse la nariz.



Tocar un animal.



Jugar al aire libre.



Consumir SIEMPRE agua potable: El agua potable es el agua que no esta contaminada y que por lo tanto podemos tomarla sin riesgo de que pueda transmitirnos enfermedades.



Si el agua esta contaminada, debe ser potabilizada por un adulto. Hay 2 maneras de potabilizarla.

1



Hervir el agua durante 3 minutos, DEJAR ENFRIAR por completo y colocarlo en un recipiente limpio y tapado para que no se vuelva a contaminar. Para sacar agua del recipiente hay que usar utensilios que esten limpios.

2



Agregar 2 gotas de lavandina por cada litro de agua y esperar 30 minutos para poder consumirla.

CUIDADOS EN EL HOGAR



El baño y la cocina son dos ambientes que pueden favorecer la producción de gérmenes y bacterias, si no los mantenemos bien desinfectados.

La lavandina y el uso correcto de elementos para cada uno de ellos es la mejor forma de cuidarnos.





¿Que hay que saber de la letrina?

- 1 - La LETRINA debe usarse solamente para hacer caca y pis. Los papeles para limpiarnos se puede echar dentro, pero no hay que tirar: basura, pañales, plásticos ni otra cosa.
- 2 - Mantener tapado el pozo de la letrina para que no entren roedores, moscas ni otros insectos y para evitar malos olores y accidentes.
- 3 - Mantener la puerta cerrada de la letrina para evitar que entren animales.
- 4 - Lavarnos bien las manos con agua y jabón después de usar la letrina.



¿Que hay que saber de la basura?

La basura genera malos olores, contamina el suelo, el agua y el aire y es fuente de muchas enfermedades, además atrae y cria ratas, cucarachas, moscas, y otros animales o insectos. Para evitarlo hay que eliminarla adecuadamente tirando todos los desechos adentro de un tacho con tapa o bolsas plásticas bien cerradas.

No la amontones para después quemarla.

No la tires en ríos, arroyos y lagos.

No la tires adentro de la letrina.



¿Que hay que saber de los alimentos?

Los gérmenes y bacterias que transmiten enfermedades pueden encontrarse en distintos alimentos. Por eso es importante saber que:

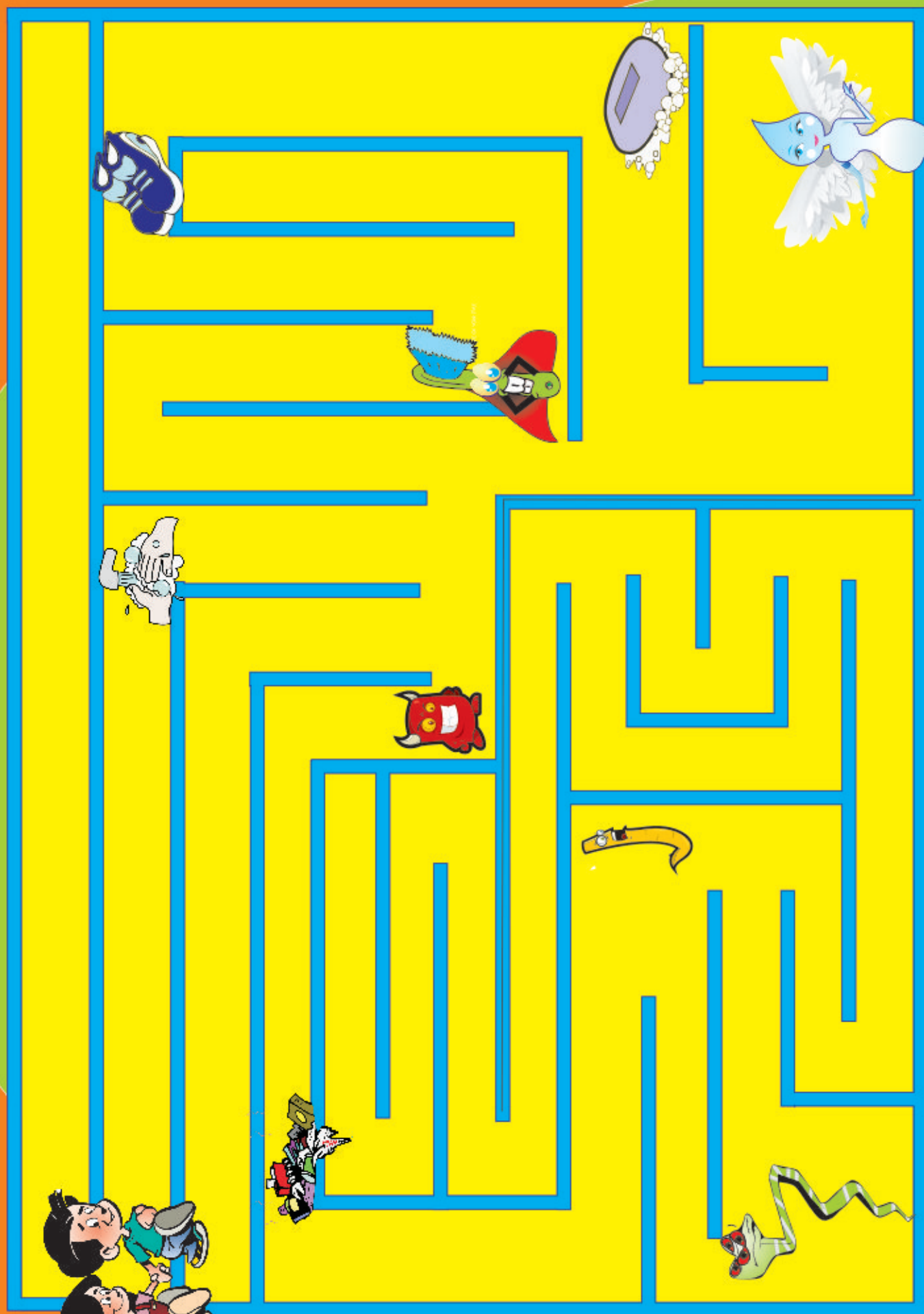
- * Los alimentos deben mantenerse tapados.
- * Los alimentos frescos deben mantenerse en la heladera.
- * Las carnes, pollos y pescados deben cocinarse bien.
- * Hay que separar los alimentos crudos de los cocidos para evitar que los cocidos, libres de contaminación por la cocción, se contaminen con los bichitos de alimentos crudos y/o sin lavar.



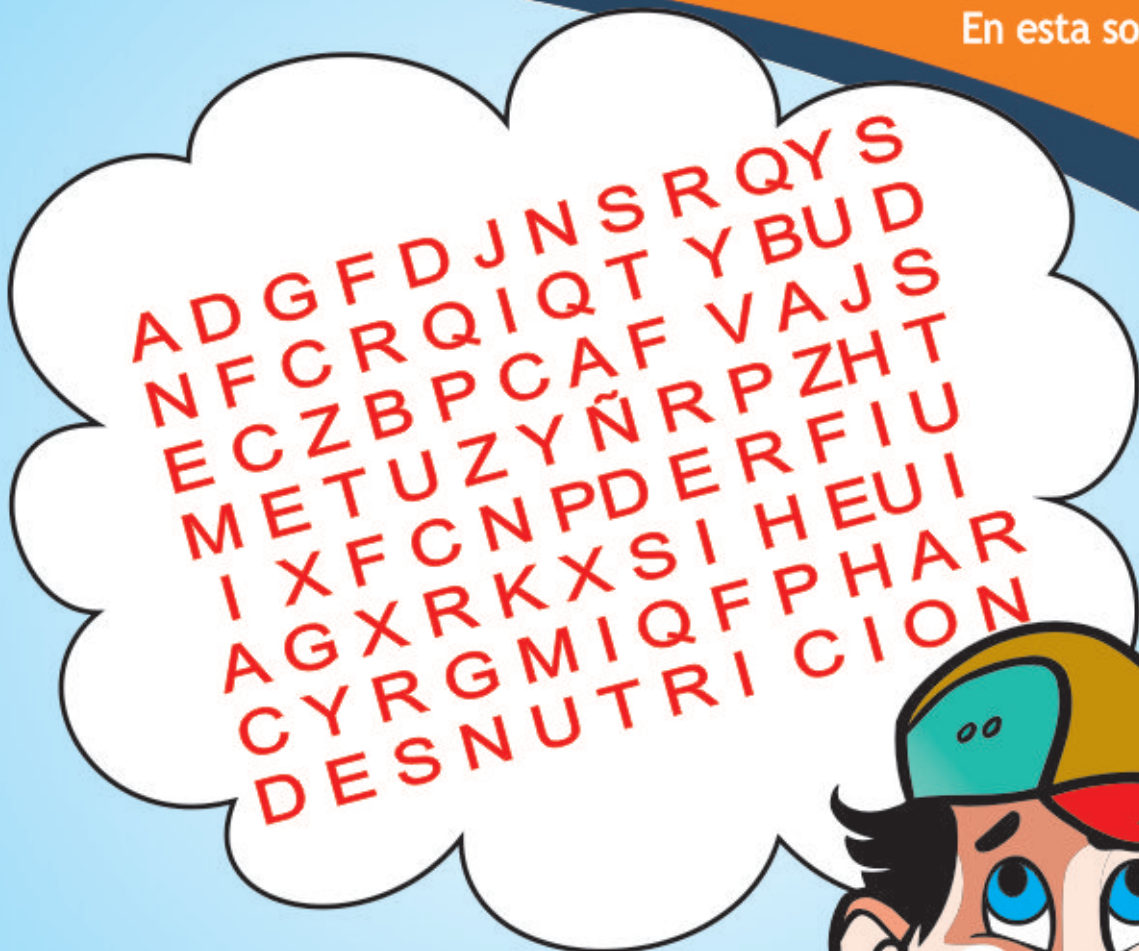
Si no te cuidas nosotros podemos
ENFERMARTE



1 SEGUÍ EL CAMINO SALUDABLE



2 Busca enfermedades que pueden causarte los parásitos. En esta sopa de letras.



3 Descubrí y señala cuales son los alimentos que van en la heladera y cuales en la alacena.



4 En los siguientes cuadros que es correcto y que es incorrecto



Correcto | Incorrecto



Correcto | Incorrecto



Correcto | Incorrecto



Correcto | Incorrecto



Correcto | Incorrecto



Correcto | Incorrecto



Correcto | Incorrecto



Correcto | Incorrecto



PLAN INTEGRAL DE DESPARASITACIÓN Y NUTRICIÓN MATERNO INFANTIL



BARRA DE CEREALES

Comiendo la barra de cereal combatis los parasitos.

Comiendo esta barrita logras fuerza y vitalidad.



!!!NO TE OLVIDES!!!

- 1 Lavate bien las manos con agua y jabón, especialmente antes de las comidas y luego de ir al baño.
- 2 Cuando comas carnes que esté bien cocida.
- 3 Toma solo agua potable o hervida.
- 4 Lava bien las frutas y verduras antes de consumirlas.
- 5 Apoya la lactancia materna.
- 6 Evita estar descalzo especialmente en areneros y suelo de tierra.
- 7 Mantene limpio el lugar donde jugas.
- 8 Mantene tus uñas cortas y cepilladas.
- 9 Recordale a tus papis que mantenga limpios los pisos y baños de la casa, y ventile los ambientes.





PLAN INTEGRAL DE DESPARASITACIÓN Y NUTRICIÓN MATERNO INFANTIL

NOMBRE Y APELLIDO:

ESCUELA:

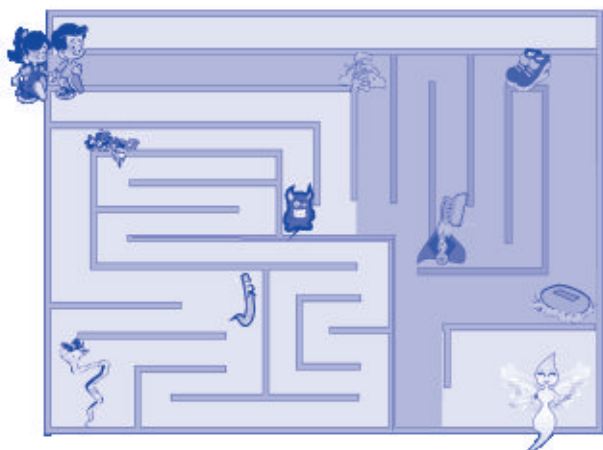
GRADO:

A form for personal information, framed by a blue border. The border is decorated with cartoon children holding pieces of the same brown substance seen in the top illustration. The form contains three fields for text entry, each preceded by a bold label and followed by a dotted line.



DIBUJO LO QUE APRENDI

SOLUCIONES





Ministerio de Desarrollo Humano
Ministerio de Cultura y Educación
GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE FORMOSA



MINISTERIO DE LA
COMUNIDAD
PROVINCIA DE FORMOSA



Secretaría de la Mujer

Gobierno de la
Provincia de Formosa



INSTITUTO
MALBRAN



FASGO
Federación Argentina de Sociedades
de Ginecología y Obstetricia



Sociedad Argentina de
Pediatria



GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE FORMOSA