

# Higiene y hábitos saludables en centros de atención infantil

Cristina García de Ribera

Pediatra. CS Salud Rondilla II. Valladolid



## GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

# ¿Qué hay que saber?

El centro de atención infantil es un espacio ideal para crear buenos hábitos y asentar las bases de una correcta educación para la salud. ¡Hay un índice elevado de transmisión de infecciones! Para evitarlas, se necesita higiene.



## GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

# Higiene oral

¡Se llevan toda la boca!



## GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

# Higiene oral

- Procurar que los niños no compartan los objetos que chupan.
- Intentar que tengan las manos lo más limpias posibles.
- Evitar la ingesta de azúcares y bebidas azucaradas.
- No se debe endulzar el chupete ni la tetina con azúcar o miel.
- Los niños no deben dormir con el biberón en la boca.
- Desde el inicio se recomienda limpiar la cavidad oral tras las comidas:
  - Al principio con una gasa empapada en agua.
  - Al aparecer los primeros dientes, con un cepillo suave.
  - Pueden usar desde el primer diente, pasta fluorada infantil.



# Higiene del oído

- ¡El cerumen es una sustancia normal del conducto auditivo externo!
- Si no provoca molestias, como dolor o pérdida de audición, no hace falta quitarlo.
- Si existiera un tapón, hay que acudir al pediatra para que lo valore e indique la forma más apropiada de retirarlo, en casa o en la consulta.
- Nunca se deben introducir bastoncillos de algodón ni cualquier otro objeto.



## GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

# Higiene del pelo



## Cómo prevenir los piojos

- Se recomienda llevar el pelo largo recogido. Tener el pelo corto previene mucho el contagio.
- Se recomienda no compartir cepillos, peines y accesorios capilares.
- No se ha demostrado la eficacia de los productos repelentes.
- Si hay casos en el centro educativo, el profesorado debe avisar a los padres para que revisen las cabezas de sus hijos y realicen el tratamiento adecuado si observan piojos vivos o liendres.



## GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

# Higiene del pelo

## Cómo tratar los piojos en menores de dos años

- Se puede cortar el pelo y eliminar los piojos y liendres a mano o con lendrera.
- Otra opción es aplicar crema suavizante y pasar una lendrera, cada tres días, hasta que en tres peinados sucesivos no se saque ninguno.
- Si no se consiguen erradicar así, se podría usar un insecticida llamado permetrina, pero solo en mayores de dos meses.



# Higiene del pelo

## Cómo tratar los piojos en mayores de dos años

- Se puede actuar como con los pequeños, o usar el insecticida, o ambas cosas a la vez.
- Los insecticidas más recomendados son la permetrina y la dimeticona. Existen preparados en champú y loción.
- Se recomienda seguir las instrucciones de cada laboratorio a la hora de aplicar el producto.

