



Recomendaciones

Para favorecer la salud y rendimiento académico de niños y niñas



1. Pediatría

El examen de pediatría incluye un examen físico completo, sirve para revisar el crecimiento y desarrollo y prevenir problemas de salud.

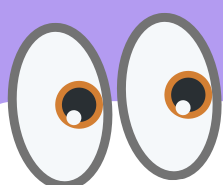
Se recomienda llevar a niños y niñas, por lo menos una vez al año.



2. Desparasitar

La desparasitación ayuda a prevenir la anemia, aumentar el peso, previene el retraso en el crecimiento, ayuda a la concentración del estudiante, mejora el desarrollo motor y el lenguaje de los preescolares.

Se debe realizar de manera anual o cuando el pediatra lo indique.



3. Optometría

Es importante cuidar la salud visual de niños y niñas, pues ayuda a prevenir problemas en la edad adulta, detectarlos a tiempo ayuda al rendimiento escolar.

Se debe hacer una revisión anual.



4. Odontología

El odontólogo es el profesional que revisa, atiende y previene problemas de salud oral; para que niños y niñas puedan masticar bien y logren hablar y pronunciar correctamente.

Se debe hacer una revisión cada 6 meses.



5. Vacunación

Las vacunas ayudan a fortalecer las defensas, prevenir la aparición de enfermedades, o reducir el impacto que puedan generar en el organismo.

Se deben aplicar acorde a la edad y al cronograma del carné de vacunación.



6. Adecuada alimentación



Una alimentación sana incluye el consumo diario de frutas, verduras y proteínas. Es importante reducir el consumo de dulces, harinas y grasas. La alimentación adecuada aporta nutrientes y ayuda a mantener la salud.



7. Cepillado

El cepillado de los dientes es muy importante para mantener la salud oral, se debe realizar cepillado tres veces al día, en la mañana después de desayunar, después de la hora del almuerzo y antes de ir a dormir.



8. Recuerda

Si recibes alguna recomendación del médico u otro especialista, no olvides informar al colegio.

