Monitoreo de talla y peso

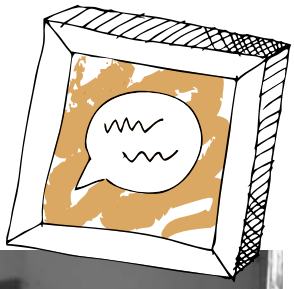
Repasemos:

Al iniciar la reunión, demos la bienvenida y luego preguntemos a las y los participantes:

- ¿Quiénes pueden ayudarnos a recordar lo que conversamos en la reunión pasada?
- ¿Quiénes lograron hacer en su casa la actividad que pedimos al final de la reunión pasada? ¿Cómo les fue?
- ¿Qué preguntas o dudas han quedado después de practicar la actividad?

¿Qué vamos a aprender?

Sobre la importancia de medir el crecimiento en estatura y peso de las y los bebés de 0 a 3 meses.



DIALOGUEMOS: Vamos a ver unas fotos, para conversar sobre lo que conocemos de este tema.

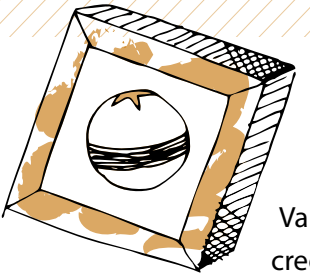
¿Cómo debería ser una o un bebé saludable en la edad de 0 a 3 meses? ¿Cómo se puede estar seguro que está saludable?

¿Cómo se puede comparar el crecimiento de su bebé con el de otros de la misma edad?





¿Por qué cree que es importante monitorear la estatura y peso de las y los bebés de 0 a 3 meses?



Actividad:
"La curva de crecimiento"

Vamos a entender cómo funciona la curva de crecimiento para ver si la o el bebé está dentro de los valores normales para su edad.

¿Qué vamos a necesitar?

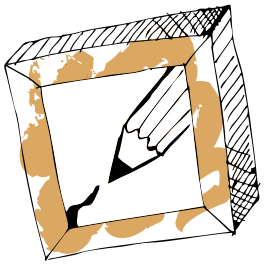
- **Una tarjeta de control de talla y peso (puede ser una copia en grande, como un afiche)**

¿COMO LO VAMOS A HACER?

- Presentemos a las madres y padres participantes la curva de crecimiento y desarrollo (en una tarjeta o afiche) y valores normales que las y los bebés deben tener en cada edad.
- Luego, mostremos cómo medir el peso y la estatura de sus bebés, usando la balanza apropiada para esta edad.
- Ayudemos a los padres a ubicar el peso y talla de cada bebé para ver si están creciendo normalmente, o si tienen algún grado de desnutrición.
- Al finalizar la medición de las y los bebés, recordemos a las madres y padres la importancia de la lactancia materna a esta edad (Reunión 8) y sobre las vitaminas y micronutrientes que deben suplementarse si es posible.

ALGUNAS SUGERENCIAS:

La o el facilitador puede remitir a las y los bebés en peligro de desnutrición al centro de salud para un mejor control, así como apoyar a las madres para que les alimenten correctamente.



Para finalizar:
¿Qué aprendimos hoy?

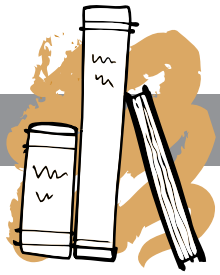
Ahora, repasemos lo que hemos discutido hoy.

- ¿Cómo se sienten después de esta reunión? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son los dos puntos más importantes que han aprendido hoy?
- ¿Qué harán de manera diferente de acuerdo a lo que han aprendido en esta reunión?
- ¿Cuáles son los puntos que más les gustaron?¿Hay algunas cosas que no les gustaron?
- ¿Les quedó alguna duda, inquietud o pregunta sobre lo que hemos platicado?
- ¿Algo más que quieran compartir?

Para concluir, ¿Tienen alguna recomendación para mejorar esta reunión cuando se realice con otras personas? *(Hay que explicar que al contestar estas preguntas, los participantes estarán ayudando a que la reunión sea aún mejor en el futuro para otros padres y madres que tengan bebés).*

Para hacer en casa:

- Los adultos de la casa deben asegurarse que la madre que está dando pecho, está comiendo suficiente de los diferentes alimentos que se tienen en la región.
- Llevar a la o el bebé a un centro de salud para obtener los suplementos de vitaminas, hierro y zinc que hagan falta, según la edad.



Información básica para la y el facilitador:

Conociendo más sobre el monitoreo:

1- **La leche materna es el único alimento y bebida que la o el bebé necesita en sus primeros 6 meses de vida**. Después de los 6 meses se le debe variar y agregar otros alimentos para asegurar su buen crecimiento y desarrollo. Durante los primeros 6 meses, cuando el cuerpo de la o el bebé todavía se encuentra en riesgo, el darle exclusivamente leche materna le protege de padecer diarrea y otras infecciones comunes, esto le permite que ***tenga un buen comienzo en la vida.***

2- **Una niña o niño pequeño debería crecer y ganar peso rápidamente**. Para evaluar su crecimiento, se les debe pesar frecuentemente desde el nacimiento hasta cerca de los dos años de vida. Si se observa que no está ganando peso o no crece, es porque algo anda mal.

3- **El aumento regular de peso en una niña o niño, es la señal más importante de que está sano**, creciendo y desarrollándose bien. Cada vez que es llevado a un Centro de Salud, se le debe pesar, lo que ayuda a detectar tempranamente si hay inconsistencia en su crecimiento para tomar las acciones necesarias para remediarlo. Desde el nacimiento hasta el primer año, las niñas y niños deben ser pesados al menos una vez al mes; del primer al segundo año, al menos una vez cada 3 meses

4- **Una tarjeta de control del crecimiento es necesaria para cada niña o niño**, en donde se comprueba si está creciendo de acuerdo a su edad. Cada vez se debe marcar el peso con un punto en la tarjeta de control de crecimiento; éste debe conectarse con el peso de la última vez, lo que dibuja una línea que demuestra cuán bien está creciendo. Si la línea va para arriba, quiere decir que va bien. Una línea que se mantenga plana o que baje, es una señal de alerta y se debe buscar ayuda de un profesional para que ayude a diagnosticar la causa.