

MAYO 14, 2020



Fundación Universitaria Navarra

UNINAVARRA

VIGILADA MINEDUCACIÓN

G. Moscati
GRUPO DE HUMANIZACIÓN

La primera infancia en el Aislamiento Preventivo obligatorio por el Covid-19





Mantener una alimentación saludable

Una buena alimentación es esencial para el desarrollo de cada uno de los niños y niñas, entendiendo además que esta les permite tener una vida saludable y aunque no se ha comprobado que una buena alimentación pueda prevenir el COVID 19, si es cierto que esta es un factor determinante para mejorar nuestro sistema inmunológico.

Es necesario relacionar a los niños y niñas con **la preparación de cada una de sus comidas**, esto con la finalidad de que entiendan que es necesario para tener una comida saludable, y además que estos sientan que están en la capacidad de ayudarse para tener una alimentación sana.

El **consumo del agua** es de suma importancia para nuestro cuerpo, esto aclarando además que en el desarrollo de los niños es preferible que se eviten cualquier tipo de bebidas que contengan azúcar.

Establecer **rutinas para las comidas principales**, ya que estos en el confinamiento pueden perder el orden de determinadas comidas al estar todos los días en el hogar.

Alimentar a los niños **de una manera divertida**, pero saludable, esto se puede lograr a través del consumo de diferentes frutas y verduras, ya que estas poseen diferentes colores que le pueden permitir al niño tener una atracción visual respecto los alimentos.



Ingerir proteínas, es decir, carnes magras, pescado, huevo, pollo, entendiendo que estos son una fuente muy importante en el desarrollo de los niños.

Realizar **la preparación de todos los alimentos saludables** siguiendo dicha secuencia, es decir, brindarles a los niños alimentos cocidos, asados, hervidos e incluso a la parrilla. Evitando al máximo cualquier tipo de consumo de alimentos fritos.

Se deben dejar claros **cuales son los espacios y los momentos** en los cuales se deben comer los alimentos, ya que muchas veces los niños prefieren comer viendo televisión e incluso jugando, y se debe dejar claro que es necesario que las comidas se consuman en el comedor.

(Decálogo de tips de alimentación saludable - 27 abril -
Sociedad Colombiana de Pediatría | SCP. (2020))





Qué
debemos hacer
con nuestros
hijos en el
tiempo libre



En este tiempo de confinamiento es necesario brindarle a los niños algunas actividades que les permitan neutralizar su energía, a través de la diversión y sobre todo el respeto por el otro; dichas actividades además les van a permitir compartir tiempo en familia. Para eso, traemos algunas actividades que les van a ser de gran utilidad para sus hijos:

Hacer ejercicio en compañía de los niños:

Entendiendo que todas las conductas de los padres tienen un impacto en las actividades de cada uno de sus hijos, se evidencia que a través de sus actuaciones se puede generar en los niños hábitos de vida saludable, y de este modo logren entender que el ejercicio les sirve para que tengan buen rendimiento en todas las actividades y/o juegos “divertidos” que estos realizan.

Acompáñanos de lunes a viernes en meet.google.com/wdr-rzgn-dpq

Sacude, menea y gira:

A través de la música se puede evidenciar que los niños tienen determinadas actitudes, que les hacen entrar en furor con su energía sobre lo cual puedes poner en tu casa las canciones que quieras, darlo todo y divertirse con tu hijo en una sesión de baile. Esta además se puede usar de distintas maneras, por ejemplo puedes pausar la música en medio de la actividad y todos deben quedar en modo “estatua” y el que se mueva tendrá que agarrar una penitencia.



Medidas del estado para la atención en salud de niños y niñas durante el confinamiento



Comunicación del riesgo para las niñas, niños, adolescentes y sus familias o cuidadores:

Es necesario que todas las entidades encargadas de la prestación de servicios de salud, brinden la información pertinente a cada una de las familias en las cuales hayan niños y niñas, además deben tener en cuenta diferentes mecanismos que eviten la propagación del COVID 19 en sus instalaciones inmediatas.

Gestión para la atención en salud:

Deben brindar a los padres o personas encargadas de los niños y niñas, diferentes mecanismos que les permitan realizar reportes sobre síntomas de alarma o estados en los cuales se tenga la sospecha de afectaciones en los menores.

Niños, niñas y adolescentes de grupo étnicos:

Se hace necesario que las EAPB, le brinden a las niñas y niños de dichos grupos una red de prestación de servicios que funciona en su comunidad, entendiendo que deben tener cerca la posibilidad de ser atendidos como cualquier otro infante. Además, se debe comunicar a la comunidad en un lenguaje o idioma que ellos entiendan, el riesgo que representa la situación actual respecto al COVID 19.

Niños, niñas y adolescentes migrantes:

Es necesario que se reduzca cualquier barrera que no le permita la atención a dichos niños, además es necesario que los niños y niñas que no se encuentren en el EAPB, se les garanticen los mismos servicios que una persona que estuviera afiliada regularmente.

Niños, niñas y adolescentes bajo protección de ICBF en Proceso Administrativo de Restablecimiento de Derechos (PARD) y Sistema de Responsabilidad Penal Adolescente (SRPA):

Deben coordinar de manera conjunta con el ICBF para hacer el reconocimiento de toda la población, a través del conocimiento del número de niñas, niños y adolescentes que se encuentran en cada territorio; esto con la finalidad de tener su caracterización y poder brindarles los servicios de salud.

Niños, niñas y adolescentes víctimas de violencias:

La prestación de servicios de la salud para estos niños, niñas y adolescentes debe garantizar no solo su salud física, sino también mental y psicosocial para poder abordar de manera integral todas las situaciones que han vivido, es decir, que sin importar lo que sucede con el COVID 19 se debe brindar esto de la misma modalidad.

“Sobre cada niño se debería poner un cartel que dijera: Tratar con cuidado, contiene sueños.”
Mirko Badiale



Directorio

Policía Judicial

<https://www.policia.gov.co/neiva/directorio>
018000-910-112.



Comisaria de Familia Neiva
(038)8722509 / 3168748453



Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – ICBF
Línea Gratuita 018000 91 80 80.
320 239 16 85 / 320 865 54 50 / 320 239 13 20.
Atención las 24 horas



**Instituto Nacional de Medicina Legal y
Ciencias Forenses – INMLCF**

Líneas gratuitas 018000-914860 y 018000-
914862.

<https://www.medicinalegal.gov.co/>
(038)8722509 / 3168748453



**Consultorio Jurídico y Centro de
conciliación virtual UNINAVARRA
"Martin Luther King"**

Legal App

<https://forms.gle/Tzuv3TJ7xtshvTNEA>





Fundación Universitaria Navarra
UNINAVARRA
VIGILADA MINEDUCACIÓN

 UniNavarra |  @Uninavarraeduca |  uninavarra |  Fundación Universitaria Navarra - Uninavarra

www.uninavarra.edu.co