

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA  
HOSPITAL MATERNO RAMÓN GONZÁLEZ CORO.  
BOLETÍN DE PROMOCIÓN DE SALUD  
EPIDEMIOLOGÍA HOSPITALARIA



## EDICIÓN 6 TA. JUNIO.

### COLECTIVO EDITORIAL:

MSC. CARIDAD MAYRA VILLAFRANCA CUBELA.

DRA. MAYRA CRISTIÀ PACHECO.

DRA. BERTHA RODRIGUEZ ANZARDO.

LIC. ANTONIO RAFAEL PAVÓN ESCALONA.

**CONTÁCTENOS EN:** [hgcepid@infomed.sld.cu](mailto:hgcepid@infomed.sld.cu)

## FORMACIÓN DE VALORES:

*Para asegurar una vida saludable: come ligeramente, respira profundamente, vive moderadamente, cultiva la alegría y mantén un interés en la vida.*

**William Londen.**

## DIAS MUNDIALES.

### JUNIO

- 1 Día internacional de los niños inocentes víctimas de agresión.
- 5 Día mundial del medio ambiente
- 6 Día mundial de los trasplantados
- 13 Día europeo de la prevención del cáncer de piel
- 14 Día mundial del donante de sangre
- 15 Día mundial de toma de conciencia del abuso y maltrato en la vejez
- 17 Día mundial de la lucha contra la desertificación y la sequía
- 20 Día mundial del refugiado
- 21 Día mundial contra la ELA (Esclerosis Lateral Amiotrófica)
- 26 Día internacional de la lucha contra el uso indebido y el tráfico ilícito de drogas.
- 29 Día Europeo de la esclerodermia.



Ramón González Coro (Mongo Coro). Capitán rebelde, joven de sexto año de Medicina, que se había destacado en las luchas estudiantiles de la Universidad de La Habana, y en las guerrillas del Escambray.

Ostentaba la jefatura del Comando José A. Sanchidrián. Nació en Minas de Matahambre, el 23 de marzo de 1931. Cursó sus primeros estudios de la enseñanza primaria en la Escuela. Ignacio Agramonte, donde estudió hasta el sexto grado, pasando una vez concluida la misma a Pinar del Río. Más tarde pasó a la Universidad de la Habana donde comenzó sus estudios de medicina y en este centro mantuvo una conducta vertical, digna, frente a la tiranía batistiana. Monguito como cariñosamente le llamaban siempre se caracterizó por su carácter callado, enérgico, amable, cariñoso, serio que siempre lo hacía parecer de más edad, pero firme en sus ideas, y de un concepto muy elevado del compañerismo y del cumplimiento del deber. Junto al Comandante José Moleón, comanda desde esta época de estudiante, de la segunda enseñanza, luchó en el extranjero y en Cuba por liberarnos de la tiranía.

En los primeros meses del año 1957, desembarcó en Cuba, clandestinamente junto a José Moleón. Volvían a la Patria a luchar de nuevo contra el dictador. Comienzan a desarrollar sus actividades revolucionarias en la Ciudad de La Habana y están presentes en un atentado que proyectará el Directorio al esbirro Ventura Novo. Fracasada esta acción, ambos suben a la Sierra de El Escambray. El Capitán Mongo González Coro tenía gran experiencia en la guerra de guerrillas, teniendo su campamento en Limonar y su teatro de operaciones se desarrollaba sobre el camino de Sancti Spiritus a Trinidad. Continúo su labor revolucionaria hasta su caída en combate el 17 de diciembre de 1958 en la heroica ciudad de Santa Clara en el rescate de uno de sus compañeros de lucha. Su ejemplo de patriota revolucionario es una muestra a imitar por las nuevas generaciones de médicos.

# PAPÀ:

*Hermano, amigo, mi Rey.*

*Ejemplo que me engendra respeto, sabiduría  
y energías para salir al sol.*

*Savia firme que me nutre en cada batalla por  
lograr mis esfuerzos.*

*Guardián que a veces con recio ejemplo me  
muestras la fuerza de la verdad.*

*Noble mago que me haces sonreír en mis  
lagrimas y también mi centinela insomne.*

*Bravo león que me defiendes frente a fieras y  
desastres.*

*¡Te quiero mi bravo guerrero!*

*Jinete que me hace suya cada batalla y me  
impulsas*

*a conquistar el futuro.*

*Mi cariño sincero para ti.*

## FELICIDADES.

## ¿PUEDEN PREVENIRSE LAS MALFORMACIONES CONGÉNITAS EN EL EMBARAZO?

La Espina Bífida, el Labio Leporino, las Cardiopatías o el Síndrome de Down son algunos de los defectos congénitos más conocidos. Aunque no pueden prevenirse todas las malformaciones congénitas, sí pueden tomarse una serie de precauciones antes y durante el embarazo para minimizar el riesgo de que se produzcan.

### TIPOS DE DEFECTOS CONGÉNITOS

- Los **morfológicos** afectan a la forma física, al aspecto externo del bebé.
- Los **funcionales** afectan al funcionamiento de los distintos órganos del cuerpo.
- Los **estructurales** se deben a alteraciones de los genes o de las células.
- Algunos defectos o enfermedades congénitas pueden ser transmitidos genéticamente dentro de una misma familia, y se dice que son **hereditarios o genéticos**.

### ¿CÓMO PUEDEN PREVENIRSE LAS MALFORMACIONES EN EL EMBARAZO?

El cuidado de la mujer y del hombre es fundamental para prevenir la aparición de los defectos congénitos el embarazo.

- 1- No al consumo de alcohol, tabaco y drogas.
- 2- No te automediques.
- 3- ¡Cuidado con ciertas sustancias! La exposición a sustancias como el plomo, el mercurio o las radiaciones también suponen un peligro para el embarazo.
- 4- Evita los alimentos crudos o poco cocinados.



## DESARROLLO PSICOMOTOR DE LOS BEBÉS EN SU PRIMER AÑO DE VIDA: 0 A 12 MESES.



El desarrollo psicomotor durante el primer año de vida es la base para el progreso en los demás ámbitos de desarrollo: cognitivo, lingüístico y social, puesto que el bebé aprende mediante la exploración sensorial del mundo que le rodea, para lo cual es imprescindible el movimiento (reptar, tocar, coger un objeto y mirarlo...).

El desarrollo del bebé a lo largo de su primer año de vida es fascinante. En unos pocos meses pasa de ser una criatura débil y totalmente dependiente a convertirse en un niño o niña activo que anda, juega y se relaciona con los demás.

Jugar con el bebé, hablarle y, en general, proporcionarle un ambiente cálido en afectos y rico en estímulos, facilita que el bebé madure adecuadamente tanto si es normal como si tiene alguna dificultad especial.

El calendario de hitos del desarrollo que describimos aquí es orientativo. Algunos bebés adquieren ciertas habilidades antes que otros o bien desarrollan más deprisa un área y otra más lentamente.

Los bebés prematuros, los nacidos con bajo peso y los que han tenido problemas en los primeros días/semanas de vida pueden evolucionar más lentamente.

Si le preocupa la evolución de algún aspecto concreto de su bebé, consulte nuestra tabla de signos de alerta y coméntelo con su pediatra. Los pediatras evalúan el desarrollo del bebé comparándolo con una escala o test. El más extendido es el Test de Denver.



## INFECCIONES NEONATALES.



La inmensa mayoría de recién nacidos llegan sanos a este mundo. Pero a veces los lactantes desarrollan trastornos que hacen necesario practicarles pruebas médicas y aplicarles los tratamientos adecuados. Hay muchas infecciones que provocan síntomas similares. Acuda al pediatra o solicite atención médica de urgencias si su recién nacido presenta cualquiera de estos posibles signos de infección:

- falta de apetito
- dificultad para respirar
- rigidez
- descenso o aumento de la temperatura corporal
- erupción cutánea inusual o cambio del color de la piel
- llantos inconsolables
- irritabilidad inusual

**Enfermedad por estreptococos del grupo B:** Los estreptococos del grupo B son un tipo de bacterias bastante frecuente que pueden provocar diversas infecciones en los recién nacidos. Entre las más frecuentes, cabe mencionar la septicemia, la neumonía y la meningitis. Los bebés suelen contraer la infección a partir de sus madres durante el parto muchas mujeres embarazadas tienen estas bacterias en el recto o la vagina, desde donde las pueden contagiar fácilmente al recién nacido si no han sido tratada con antibióticos.

**Listeriosis:** La infección por la bacteria *Listeria monocytogenes* puede provocar enfermedades como la neumonía, la septicemia y la meningitis en los recién nacidos. La mayoría de personas contraen esta infección al ingerir alimentos contaminados, porque las bacterias que la provocan se encuentran en el suelo y el agua y pueden acabar en las frutas y hortalizas, así como en los alimentos procedentes de los animales, como la carne y los productos lácteos.

**Infección por E. coli :** *Escherichia coli* (*E. coli*) es otra de las bacterias responsables de algunas infecciones neonatales habituales y puede provocar infecciones del aparato urinario, septicemia, meningitis y neumonía. Todo el mundo tiene bacterias *E. coli* en el cuerpo, y los bebés se pueden infectar durante el alumbramiento al pasar por el canal del parto o al entrar en contacto con las bacterias en el hospital o en casa. La mayoría de recién nacidos que enferman al contraer una infección por *E. coli* tienen sistemas inmunitarios especialmente débiles que los hacen especialmente proclives a contraer infecciones y a enfermar.

**Infecciones congénitas:** Muchas infecciones que afectan a los recién nacidos se las transmiten sus madres, sea durante el embarazo o durante el parto. Puesto que el bebé nace con ellas, reciben el nombre de infecciones congénitas. Generalmente están provocadas por virus y parásitos. Las infecciones congénitas incluyen: el VIH (que provoca el SIDA); la rubéola; la varicela; la sífilis; el herpes; la toxoplasmosis; y el citomegalovirus, la infección congénita más frecuente y principal causa de pérdidas auditivas o hipoacusias congénitas. Alguna infección neonatal, como las provocadas por los estreptococos del grupo B y la listeriosis, se pueden adquirir tanto de la madre, siendo, por lo tanto, congénitas, como posteriormente del entorno del recién nacido.

## ¿QUÉ ES LA DEPRESIÓN INFANTIL?



La depresión en niños comparte el principio básico de una depresión en los adultos: un estado de ánimo deprimido. Sin embargo, las manifestaciones pueden ser muy diversas.

Es posible que el niño no manifieste tristeza pero sí irritabilidad, desagrado, falta de interés o motivación, cambios bruscos de humor...

Hay muchos momentos en los que un niño puede mostrarse triste y esto no implica que esté deprimido. La depresión se caracteriza por:

- Un **estado de ánimo negativo** que perdura en el tiempo.
- Una **respuesta exagerada** con respecto a una causa evidente.
- Un estado que influye en varias facetas de la **vida del niño**: en la familia, en su rendimiento académico, en las relaciones con sus compañeros o en su cuidado personal.

## ¿Cómo identificar una depresión infantil?

Algunas de las señales que nos alertan ante una depresión infantil son:

- Los niños depresivos generalmente presentan muy **baja autoestima**. Se sienten torpes, que todo les sale mal, que no son capaces de conseguir nada, que estorban,...
- **Muestran baja tolerancia a la frustración**. Se desesperan ante cualquier contratiempo, sin mostrar estrategias o recursos para afrontarlo.
- **Tienen una visión negativa o pesimista de la vida**. Tienden a colocar el foco de su atención en los aspectos negativos o los contras de las situaciones. Infravaloran las ventajas.
- **Pueden tener desajustes en la alimentación y el sueño**. Pueden pasar por momentos de falta de apetito o, todo lo contrario, encuentran en la comida una manera de calmar la ansiedad. Con el sueño sucede algo parecido o presentan insomnio o un letargo excesivo.
- Además, también es frecuente que aparezca un **bajo nivel energético**: pocas ganas de moverse o de hacer cosas, lentitud o cansancio constante.
- En ocasiones pueden aparecer **ideas sobre la muerte**. Piensan en que las cosas serían mejor si ellos no estuvieran.

Si nos encontramos ante un caso de depresión infantil, es importante acudir a un especialista. Sobre todo en los casos en que aparezcan ideas sobre la muerte.



## LA PRIMERA LÍNEA DE DEFENSA EN CONTRA DE LOS GÉRMEENES.



Los gérmenes organismos como las bacterias y los virus pueden ser transmitidos de muchas maneras diferentes, especialmente al tocar manos sucias o cambiar pañales sucios. Otras maneras de propagar gérmenes incluyen:

- a través de agua o comida contaminada
- a través de gotitas expulsadas durante la tos o un estornudo
- a través de superficies contaminadas
- a través de los flujos corporales de una persona enferma

Si los niños recogen gérmenes de una de estas fuentes de propagación, pueden infectarse sin darse cuenta simplemente al frotarse los ojos, la nariz o la boca. Y una vez que han sido infectados, generalmente es sólo cuestión de tiempo antes de que toda la familia se contagie y contraiga la misma enfermedad. Lavarse las manos adecuadamente es su primera línea de defensa frente a la propagación de muchas enfermedades no solamente el resfriado común. Las enfermedades más serias como la meningitis, bronquiolitis, influenza, hepatitis A, y la mayoría de los tipos de diarrea infecciosa pueden ser evitadas con el simple acto de lavarse las manos.

### Cómo lavarse las manos correctamente:

1. Lávese las manos con agua tibia. Asegúrese de que el agua no esté demasiado caliente para las manos de los más pequeñitos.
2. Utilice jabón y frótese las manos vigorosamente de 20 segundos (no hace falta que utilice jabón anti-bacteriano, cualquier jabón es bueno). Asegúrese de que lava bien el área entre los dedos y debajo de las uñas donde a los gérmenes les encanta esconderse. ¡No olvide las muñecas!
3. Enjuáguese las manos y séquelas bien con una toalla limpia y seca.

Para disminuir la propagación de los gérmenes entre los miembros de su familia, establezca el lavado de manos con frecuencia como una regla para todos, especialmente:

- antes de comer y cocinar
- después de ir al baño
- después de limpiar la casa
- después de tocar animales, incluyendo mascotas familiares
- después de visitar o cuidar amigos o familiares enfermos.
- después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- después de estar afuera (jugando, haciendo jardinería, caminando al perro, etc.)

**¡NO SUBESTIME LA IMPORTANCIA DE LAVARSE LAS MANOS! LOS POCOS SEGUNDOS QUE USTED PERMANECERÁ EN EL LAVAMANOS CON SU HIJO(A) PODRÁ AHORRARLE VISITAS A LA CONSULTA DE SU MÉDICO.**