



Miembro de la Federación de Pediatría del Centro Occidente
Miembro de la Confederación Nacional de Pediatría de México



Boletín para pacientes

Abril – Junio 2024

Volumen 2, Número 2

EDITORES

Dr. Gabriel Cortés Gallo

Dra. Ma. de la Cruz Ruiz Jaramillo

COMITÉ EDITORIAL

COORDINADOR	SECCIÓN
Dra. María Auxilio Torres Silva	Enfermedades de la temporada
Dr. Javier Castellanos Martínez	Vacunas
Dra. Laura Elena Alonso Eguía-Liz	Lactancia
Dra. María del Carmen Larios García	Crecimiento y desarrollo
Dr. Joel Rico Castillo	Juegos para promover la salud física y mental
Dra. María Esther Gallegos	Riesgos de la automedicación
Dr. Luis Enrique Durán Juárez	Prevención de accidentes
Dr. Salvador Santoyo Rincón	Salud mental y adicciones
Dra. Graciela Inés González Córdova	Cuidados del recién nacido
Dr. Manuel Lara Márquez	Cuidados inmediatos de una lesión
Dra. Lourdes Belize Macías Felipe	Alimentación saludable
Dr. Valeriano Fuentes López	Mascotas
Dra. Celia Isabel Mulgado Aguas	Reanimación básica
Dra. Lidia Negrete Esqueda	Literatura infantil
Dra. Mariel Guevara Ramírez	Salud ambiental
Dr. Luis Daniel Vargas Lugo	Uso adecuado de dispositivos electrónicos

ÍNDICE

SECCIÓN	ARTÍCULO	AUTORES	PÁG.
Lactancia	Toda la nutrición y protección: la importancia vital de la lactancia materna	Dra. María Auxilio Torres Silva	5
Cuidados inmediatos de una lesión	Picaduras y mordeduras de insectos	Dr. Manuel Lara Márquez	8
Literatura infantil	Literatura y comprensión lectora	Dra. Lidia Negrete Esqueda	12
Vacunas	Vacunación	Dr. Javier Castellanos Martínez	16
Mascotas	Tener mascotas mejora la salud física y mental de los niños	Dr. Martín López Amézquita	20
Crecimiento y desarrollo	Lo que los padres deben saber sobre el crecimiento y desarrollo de sus hijos	Dra. Karen Dayairé García Mejía	25
Salud mental	Salud mental en los hijos de padres separados	Dr. Salvador Santoyo Rincón	30
Riesgos de la automedicación	Riesgos de la automedicación en pediatría	Dra. María José Razo Padilla	34



LACTANCIA

TODA LA NUTRICIÓN Y PROTECCIÓN: LA IMPORTANCIA VITAL DE LA LACTANCIA MATERNA

Dra. María Auxilio Torres Silva¹

¹Médico pediatra, Capítulo Moroleón-Uriangato,
Vicepresidente del Colegio de Pediatras del Estado de Guanajuato
Bol Col Ped Gto 2024;2(2):5-6

Importancia de la Leche Materna para el Desarrollo Infantil

La lactancia materna, un acto ancestral y fundamental en la crianza de los hijos, ha sido venerada a lo largo de la historia como el regalo más valioso que una madre puede ofrecer a su bebé. Desde tiempos remotos, sabios como Aristóteles reconocieron su trascendencia, y hoy en día, la ciencia respalda su importancia con evidencia contundente.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama la lactancia materna como el método óptimo para alimentar a los recién nacidos, ya que provee una combinación perfecta de nutrientes esenciales y brinda protección contra diversas enfermedades. La leche materna es un elixir completo, cargado de proteínas, azúcares, vitaminas, minerales y una variedad de componentes bioactivos, tales como hormonas, factores de crecimiento, enzimas y células vivas, que actúan como agentes antiinflamatorios e inmunomoduladores.

Beneficios para el Bebé y la Madre

Los beneficios de la leche materna son innumerables tanto para el bebé como para la madre. Desde la prevención de enfermedades comunes como infecciones respiratorias y gastrointestinales,

hasta la reducción del riesgo de condiciones graves como la leucemia y la diabetes tipo 2, la lactancia materna es un escudo protector para la salud infantil. Además, alimentar con leche materna durante los primeros 1,000 días de vida es crucial para el desarrollo cognitivo de cada bebé.

Etapas de la Leche Materna

La leche materna atraviesa distintas etapas, comenzando con el calostro, una sustancia amarillenta y rica en betacaroteno que provee los primeros 100 ml diarios esenciales. Luego sigue la leche de transición, producida entre el cuarto y sexto día de vida, con un aporte diario de 400-600 ml. A partir del décimo día, la leche madura se produce en cantidades de 700-800 ml diarios, proporcionando todos los nutrientes necesarios para el crecimiento del bebé.

La OMS recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, seguida por la introducción de alimentos complementarios seguros, manteniendo la lactancia hasta los 2 años o más. En línea con esta recomendación, la Asamblea Mundial de la Salud estableció como objetivo global aumentar la tasa de lactancia

materna exclusiva al menos al 50% para el año 2025.

Más Allá de la Nutrición: Beneficios Emocionales y Psicológicos

La leche materna no solo nutre al bebé, sino que también brinda beneficios emocionales y psicológicos tanto para el niño como para la madre. Se ha demostrado que reduce el riesgo de diversas enfermedades a largo plazo, como obesidad, diabetes y cáncer infantil. Además, existe evidencia que sugiere su papel en la prevención de COVID-19 en los lactantes.

Salud a Corto y Largo Plazo

Los bebés amamantados tienen un menor riesgo de mortalidad durante el primer año de vida, mientras que para las madres, la lactancia materna promueve la recuperación física, previene complicaciones como la mastitis y reduce el riesgo de enfermedades a largo plazo, como el cáncer de mama y la diabetes tipo 2.

Composición Nutricional y Señales de Alimentación Adecuada

La leche materna tiene una composición nutricional incomparable, rica en proteínas de alto valor biológico, carbohidratos, lípidos, calcio, fósforo y vitaminas esenciales. Para garantizar una alimentación adecuada, es crucial observar las señales de saciedad del bebé, que incluyen la pérdida de peso inicial, evacuaciones regulares, humedad constante de pañales, satisfacción y

alimentación frecuente. Además de comprender la importancia de almacenar adecuadamente la leche materna y dominar las técnicas para asegurar un buen agarre del bebé al pecho materno, estas prácticas no solo fomentan la salud y el bienestar de la madre y el niño, sino que también fortalecen el vínculo único y poderoso que se establece a través de la lactancia materna.

Este vínculo no solo es nutritivo, sino que también es una fuente invaluable de amor, seguridad y conexión emocional entre madre e hijo, que perdura a lo largo del tiempo y sienta las bases para un desarrollo infantil saludable y satisfactorio.

BIBLIOGRAFÍA

- Health Organization: WHO. (2019, 11 noviembre). Lactancia materna. https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1
- Lactancia materna. (s. f.). UNICEF. <https://www.unicef.org/mexico/lactancia-materna>
- Leche materna | Secretaría de Salud. (s. f.). https://salud.edomex.gob.mx/salud/lactancia_materna
- Semana Mundial de la Lactancia Materna 2020. (s. f.). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/campanas/semana-mundial-lactancia-materna-2020>
- Consolini, D. M. (2024, 5 marzo). Lactancia. Manual MSD Versión Para Público General. <https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/salud-infantil/cuidados-em-ri%C3%A9n-nacidos-y-lactantes/lactancia>

CUIDADOS INMEDIATOS DE UNA LESIÓN

PICADURAS Y MORDEDURAS DE INSECTOS

Dr. Manuel Lara Márquez¹

²Cirujano pediatra Capítulo Salamanca

Bol Col Ped Gto 2024;2(2):8-10

Los insectos pueden picar en cualquier parte del cuerpo, ocasionando dolor y asustando al niño. Por lo general, al picar los insectos inyectan ácido fórmico que provoca ampollas, inflamación, enrojecimiento, dolor, comezón e irritación. Picaduras como las de las pulgas, chinches, garrapatas y mosquitos tienden a causar comezón en lugar de dolor, y dan por lo general sólo molestias menores.

En este artículo, analizaremos las picaduras de insectos que ocasionan reacciones que potencialmente pueden ser peligrosas. La gravedad de la picadura depende de la dosis del veneno, por lo que las personas expuestas a enjambres, o las personas previamente sensibilizadas por picaduras por el mismo tipo de insecto, están en riesgo de presentar una reacción alérgica grave (anafilaxia).

Abejas y avispas:

En general, las abejas y las avispas no pican a menos que sean provocadas; sin embargo, a diferencia de las abejas melíferas, las abejas africanas (abejas asesinas), que migraron desde Sudamérica y residen en algunos estados del país, son especialmente agresivas cuando están cerca de su colmena, ya que son extremadamente sensibles a la presencia de seres humanos.

El veneno de las abejas africanizadas no es más potente que

el de las demás abejas, pero tiene consecuencias más graves porque los insectos atacan en enjambres e infligen varias picaduras, lo que aumenta la dosis de veneno.

Típicamente, las abejas pican una vez, introducen el veneno, dejan su aguijón en la herida, y luego mueren. Las avispas, a diferencia de las abejas, no dejan el aguijón ni mueren, por lo que pueden seguir picando.

Hormigas rojas o arrieras:

Hay más de 12,000 especies de hormigas en el mundo y todas viven en grupos (colonias similares a las abejas). Algunas son inofensivas para los humanos, mientras que otras pueden, dependiendo de la especie, morder y/o picar para defenderse.

Las picaduras y/o mordeduras de hormigas son comunes y ocurren si se sienten amenazadas. En los Estados Unidos provocan unas 30 muertes por año. En nuestro país la hormiga roja o arriera está bien distribuida, ya que vive en diversas condiciones ecológicas. Estas hormigas han sido catalogadas dentro de los insectos más perjudiciales en América del Sur, debido a su evolucionada organización social, tamaño poblacional y su gran capacidad de cosechar hojas de innumerables especies vegetales.

Al atacar, las hormigas se anclan a sí mismas a la persona y pican repetidamente a medida que rotan sus cuerpos alrededor de la

picadura, lo que produce una picadura central característica, parcialmente rodeada por una línea roja o morada. Estas picaduras son únicas respecto a picaduras de otro tipo de insectos, ya que forman una marca en la piel que se asemeja a una roncha, con una marca de color rojo a morado a su alrededor. Posteriormente la roncha de la picadura puede parecer una diana, para más tarde formarse una ampolla llena de pus de color rosa claro o blanco, con un círculo rojo oscuro a su alrededor. Por lo general, una picadura de hormiga roja tarda entre tres y siete días en desaparecer. Tanto en picaduras de hormigas rojas como de abejas y avispa, se presenta dolor, enrojecimiento e hinchazón.

En personas susceptibles o atacadas por múltiples insectos, pueden presentarse reacciones alérgicas graves.

El tratamiento inicial consiste en tranquilizar a la persona, quitar el aguijón si todavía está, raspando con suavidad la piel al ras con un objeto no cortante, como con el borde de una tarjeta de crédito o el borde sin filo de un cuchillo. No intente quitarlo jalándolo con los dedos o con pinzas, ya que estas pueden apretar el saco del veneno y aumentar la cantidad de veneno secretado. Posteriormente lave la zona con agua y jabón y coloque una compresa fría para reducir la hinchazón y el dolor. Hágalo durante 10 minutos y luego deje descansar la zona 10 minutos, repitiendo dos veces este procedimiento. Si la picadura fue en un brazo o en una pierna, eleve la extremidad para ayudar a reducir la

hinchazón. No se deben aplicar torniquetes.

Se vigilará a la persona durante una hora para detectar si se presentan síntomas de reacciones alérgicas graves, que pueden manifestarse con alguno o algunos de los siguientes síntomas: tos, cosquilleo en la garganta, opresión en la garganta o en el pecho, problemas para respirar o silbido de pecho, náusea y vómito, mareo, desmayo, transpiración, ansiedad, comezón y salpullido en otras partes del cuerpo no cercanas a la picadura, hinchazón de labios, lengua, párpados. En caso de ser así, debe acudir de inmediato a un servicio de urgencias. Durante los siguientes días, esté atento a señales de infección (como aumento del enrojecimiento, hinchazón o dolor).

Referencias bibliográficas:

- [Stanford Medicine Children's Health \[Internet\]. Fecha de publicación: 2024. Fecha de consulta: 18 mayo 2024. Insect Stings in Children. Disponible en : <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=insect-stings-in-children-90-P05965#:~:text=Lave%20la%20zona%20con%20agua,de%2030%20a%2060%20minutos.>](https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=insect-stings-in-children-90-P05965#:~:text=Lave%20la%20zona%20con%20agua,de%2030%20a%2060%20minutos.)
- [Fundación Mayo para la Educación y la Investigación Médicas \[Internet\]. Fecha de publicación: 2024. Fecha de consulta 18 mayo 2024. Mordeduras y picaduras de insectos: primeros auxilios. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/first-aid/first-aid-insect-bites/basics/art-20056593>](https://www.mayoclinic.org/es/first-aid/first-aid-insect-bites/basics/art-20056593)

- [MedlinePlus en español \[Internet\]. Bethesda \(MD\): Biblioteca Nacional de Medicina \(EE. UU.\). Fecha de publicación: 11 febrero 2023\]. Fecha de consulta: 18 mayo 2024. Mordeduras y picaduras de insectos. Disponible en: \[medlineplus.gov/spanish/ency/article/00033.htm\]\(https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/00033.htm\)](#)
- [American Academy of Dermatology Association \[Internet\]. Fecha de publicación: 2024. Fecha de consulta: 18 mayo 2024. How To Treat A Bee Sting. Disponible en: <https://www.aad.org/public/everyday-care/injured-skin/bites/treat-bee-sting>](#)
- [Barish RA, Arnold T. Manual MSD Versión Para profesionales \[Internet\]. Editor Merck & Co.; Fecha de Revisión: Enero 2022; Fecha de Consulta 18 mayo 2024. Picaduras de Insectos. Disponible en: <https://www.msmanuals.com/es/profesional/lesiones-y-envenenamientos/mordeduras-y-picaduras/picaduras-de-insectos>.](#)



LITERATURA INFANTIL

LITERATURA Y COMPRENSIÓN LECTORA

Dra. Lidia Negrete Esqueda¹

¹Pediatra Capítulo León

Bol Col Ped Gto 2024;2(2):12-14

Decir **Literatura** nos lleva de inmediato al concepto de lectura, para la cual existen variadas definiciones, en resumen es la interacción del ser humano (lector) con un texto o serie de imágenes y símbolos escritos plasmados por el escritor en diferentes materiales con lenguajes que encierran un significado y que el lector percibe (vista, tacto), interpreta y hace suyo en mayor o menor grado, dependiendo de su conocimiento previo. Es interacción entre el lector y el texto con la finalidad de adquirir conocimiento (Lectura utilitaria, como la que se asigna en las escuelas, tareas) o bien solo por el placer de disfrutar la lectura (Lectura autónoma) (1).

La lectura da acceso al conocimiento y desarrollo de habilidades mentales, a la contrastación con otras ideas y perspectivas, permite al individuo formarse un juicio crítico que a su vez puede ser modificado por nuevas lecturas, en una espiral de crecimiento intelectual; incrementa el vocabulario con una mejor lectura y comprensión de la realidad.

La literatura infantil, facilita un acercamiento a la percepción de la belleza de las cosas y de los fenómenos de la vida lo que ayuda al niño-adolescente a desarrollar sensibilidad y su lenguaje mediante el aprendizaje de nuevas palabras y expresiones; mejor entendimiento de sus emociones, a despertar su imaginación y a la capacidad de reproducir lo leído de forma oral o

escrita con palabras propias. Genera pensamiento nuevo, abre la mente a otros mundos y a la comprensión de diferencias sociales y culturales, al entendimiento de su historia, su cultura, mejora la comunicación e inspira la escritura y su creatividad (2).

Para lograrlo se requiere desarrollar la **comprensión lectora**. Estudios y pruebas aplicadas en la población mexicana (Prueba PISA, ENLACE) nos sitúan en los últimos lugares en Latinoamérica en la capacidad de comprensión lectora (3).

Comprensión lectora. Es la capacidad de captar el sentido del contenido de los mensajes escritos. Está determinada por la capacidad del lector de saber lo que se le está comunicando. Captar el mensaje, su significado y aprehenderlo, hacerlo propio. Se mencionan 10 pasos secuenciales para llegar a una adecuada comprensión de la lectura:

1. *Motivación.*
2. *Leer con atención.*
3. *Concentración en las palabras.*
4. *Retención de la lectura.*
5. *Analizar (identificar detalles).*
6. *Comparar.*
7. *Resumir.*
8. *Identificar la idea principal del texto.*
9. *Conclusión (ideas nuevas).*
10. *Formarse una opinión.* (4)

¿Los medios digitales (pantallas, internet) facilitan la comprensión lectora?

La incursión de la humanidad en los medios digitales y la Inteligencia

“LA RANA SORDA”, fábula oriental.
Autor desconocido (6)

artificial es irreversible, nos hace cuestionar las ventajas y desventajas sobre la comprensión lectora y la adquisición del conocimiento. Si no se comprende lo que se lee, no se puede aprender. De estudios al respecto, podemos mencionar las siguientes observaciones:

-La comunicación textual contenida en los medios electrónicos, tiende a ser breve y superficial (mensajes, blogs y páginas web). Textos extensos de ficción, académicos y literatura, se encuentran preferentemente en papel también en pantalla.

-El internet por ser un medio rápido induce a leer textos más cortos, con limitado vocabulario, son menos complejos, con mayores distractores.

-La lectura en libros o impresos en papel, facilita la profundización del conocimiento, la mejor comprensión, reflexión e interiorización de los contenidos además de enriquecer vocabulario (5).

Es importante enfatizar la importancia de la lectura compartida en familia y en textos impresos para mejorar la comprensión lectora, el contacto temprano con los libros, con lecturas de historias, cuentos, fábulas en casa antes que en la escuela para que el niño o adolescente desarrolle el gusto por la lectura y se convierta en un lector autónomo, con capacidad crítica, reflexivo de su realidad y del mundo que le rodea.

La comprensión, propósito fundamental de la lectura y la escritura es un proceso que cada lector construye. El gusto por la lectura y escritura no se enseña, se contagia (1).

Esto era un grupo de pequeñas ranas que atravesaban juntas un bosque. Pero de pronto, dos de ellas cayeron en un hoyo muy profundo. El resto de ranas, se asomaron para mirarlas, rodeando el agujero. Rápidamente se dieron cuenta de que el agujero era muy profundo. Sus compañeras saltaban y saltaban, pero no podían alcanzar la orilla.

Las ranas comenzaron a cuchichear entre sí. Todas daban por muertas a las dos ranas, ya que no veían posible que pudieran dar un salto tan alto como para salir del agujero. Así que comenzaron a gritar a las ranas que no podían hacer nada, que no podrían salir de allí. ¡Dejadlo, no lo conseguiréis! - gritaban las ranas desde la orilla. Pero las dos ranas continuaban saltando sin parar, ignorando los gritos de sus compañeras, que no dejaban de decirlas que iban a morir igualmente a pesar de sus esfuerzos.

- ¡No lo intentéis más! - gritaban las ranas - ¡No lo conseguiréis!

Las ranas les llegaron a insinuar a sus dos compañeras que no gastaran más fuerzas, que se dejaran morir. Y gritaban tanto, que al final una de las dos ranas que saltaba sin parar se dio por vencida y decidió parar. Se dejó caer al suelo sin más, y murió.

Sin embargo, la otra rana continuó saltando, a pesar del agotamiento. Cada vez más alto, cada vez con más fuerza. Y las demás compañeras gritaron mucho más alto

para que dejara de saltar.

- ¡Deja de sufrir ya! - le gritaban una y otra vez. Y la rana saltaba más y más. Hasta que de pronto, logró salir del agujero. Ella pensó que sus compañeras le estaban animando todo el rato, fijándose en los gestos que hacían. Y les agradeció de todo corazón el haberle ofrecido todo su aliento. En realidad, la rana era sorda y le era imposible escuchar los gritos de las demás.



¿Qué te gustó de esta historia?
¿Por qué razón es una fábula?
¿Te deja algún aprendizaje para aplicar a tu vida?

BIBLIOGRAFIA

1.- Garrido Felipe. Manual del buen promotor. Una guía para promover la lectura y la escritura. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes. México, D.F. 2012, Ed Educal, S.A. de C.V. pp. 19-30 ISBN: 978-607-455-993-4

2.- Hoyos-Londoño MC. La literatura infantil y sus beneficios en el desarrollo del pensamiento y del lenguaje. Katharsis-ISSN0124-7816, No 19, pp 73-98-enero. Junio 2015, Envigado Col Consultado el 4 de Junio 2024.

https://www.researchgate.net/publication/319500738_La_literatura_infantil_y_sus_beneficios_en_el_desarrollo_d_el_pensamient

3.- B.P. Caracas, M. Ornelas, La Evaluación de la comprensión lectora en México, Perfiles Educativos. Vol XLI, núm 164,2019. IISUE-UNAM

<https://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v41n164/0185-2698-peredu-41-164-8.pdf>

4.- Sánchez-Carlessi H. La comprensión lectora, base del desarrollo del pensamiento crítico. Primera parte. Horizonte de la Ciencia 2013. Vol 3 (4) pp

<https://es.scribd.com/document/551037730/marco-conceptual-ejemplo>

5.- Kovac M, van der Weel A. Introducción a la lectura en la era de la digitalización En: Lectura en papel vs Lectura en pantalla. Centro Regional para el Fomento del Libro en América Latina y el Caribe, CERLAC.UNESCO 2018, pp. 8-30. Consultado en:

[Cerlac Publicaciones Dossier Pantalla vs Papel 042020.pdf](https://www.cerlac.org/publicaciones/dossier-pantalla-vs-papel-042020.pdf)

6.- La rana sorda. Fábula oriental, consultado 5 Junio 2024, tomado de:<https://www.quiainfantil.com/articulos/ocio/cuentos-infantiles/fabulas-de-esopo-para-ninos/>

VACUNAS

VACUNACIÓN

Dr. Javier Castellanos Martínez¹

¹Infectólogo pediatra, Capítulo León
Bol Col Ped Gto 2024;2(2):16-18

¿Por qué es una muy buena decisión seguir las recomendaciones de vacunación para toda la familia?

Le mencionamos cinco de las principales razones:

- 1. Protección contra enfermedades graves:** las vacunas son uno de los recursos más eficaces que tenemos disponibles para proteger a todas las personas contra enfermedades graves como sarampión, poliomielitis, neumonía, meningitis, tétanos y muchas más. Estos padecimientos han sido causa de complicaciones graves, de secuelas de muy diversa naturaleza y no solamente eso, sino que en muchas ocasiones ponen riesgo la vida.
- 2. Seguridad:** las vacunas de uso generalizado son seguras y efectivas. Se han probado rigurosamente y se han aplicado a millones y millones de personas en todo el mundo a lo largo de más de 100 años. Los beneficios que otorgan superan considerablemente a los inconvenientes, los riesgos son mínimos, mucho menores que otras actividades que tenemos diariamente como viajar en auto por ejemplo.
- 3. Inmunidad colectiva:** cuando la mayoría de las personas de una comunidad están vacunadas es mucho más difícil que una enfermedad se propague. Además es una forma de proteger a aquellos niños o adultos que por diferentes razones no pueden ser vacunados; así, un recién nacido no está en edad de recibir la vacuna contra la tosferina pero sí puede enfermar ¿Cómo lo protegemos? Vacunando a su mamá durante el embarazo y asegurándonos de que las personas que conviven con él también lo estén. Así reducimos casi a cero el riesgo de que alguien lo contagie. A las personas que tienen su sistema inmune debilitado también las protegemos vacunándolas cuando sea posible y vacunando también a quienes conviven con ellas.
- 4. Salud pública:** cuando hay pocas personas vacunadas contra una o varias enfermedades aumenta el riesgo de que ocurran brotes epidémicos, lo que puede poner en peligro a toda la comunidad, pero sobre todo a los más pequeños y a los más ancianos.

5. **Responsabilidad social:** vacunar a la familia es una forma de protegerla, de cuidar de los demás y de contribuir a un mundo más saludable.

¿Beneficios adicionales? Las vacunas protegen no solamente contra enfermedades específicas sino que además pueden contribuir a mejorar la salud en general. Algunos estudios han encontrado que las personas vacunadas tienen menor probabilidad de desarrollar alergias, asma y enfermedades autoinmunes y mayor probabilidad de vivir mejor y más tiempo.

Para apoyar aún más todo lo anterior le mencionamos cinco de los más importantes logros mediante la vacunación:

1. **Erradicación de la viruela:** una enfermedad devastadora que mató a millones de personas en todo el mundo. Gracias a la vacunación fue ERRADICADA en 1980. Esto significa que la viruela YA NO EXISTE MÁS EN EL MUNDO y que el virus que la causa YA NO está circulando en la naturaleza, por eso ya no es necesario vacunarse.
2. **Control de la poliomielitis:** un padecimiento que puede causar parálisis permanente o la muerte. También gracias a la vacunación ha sido ELIMINADA de muchos países

y de grandes regiones del mundo. “Eliminada” significa que en esos países o regiones NO se ha presentado NINGÚN caso de la enfermedad a lo largo de muchos años y que TAMPOCO se ha encontrado en ellos el microbio que la causa. En México el último caso ocurrió hace más de treinta años. Sin embargo, en algunos países siguen presentándose muy pocos casos en la actualidad; esto significa que la enfermedad NO ha sido erradicada y que los virus pueden volver a circular entre nosotros. Por eso es MUY IMPORTANTE que se mantengan MUY ALTAS TASAS de vacunación.

3. **Prevención de sarampión:** una enfermedad que puede causar complicaciones graves y que pone en peligro la vida. Se logró que casi desapareciera gracias a grandes esfuerzos de vacunación en todo el mundo, ¡pero en los últimos años se han presentado nuevos casos y el número ha sido cada vez mayor en muchos países!. Es un padecimiento muy contagioso. También se requiere mantener MUY ALTAS TASAS de vacunación. Hay una alta probabilidad de que empiecen a ocurrir casos en México.
4. **Protección contra Covid-19:** la vacunación evitó que lamentáramos muchísimos más casos de hospitalizaciones

vacunados y se protegieron contra enfermedades graves!

y muertes durante esta pandemia.

5. **¡¡¡Disminución de la mortalidad infantil!!!** Las vacunas han protegido a los niños de enfermedades como meningitis, tétanos, neumonía, diarrea por rotavirus, difteria, tos ferina, tuberculosis y varias más. ¡Millones de niños están vivos gracias a que han sido

Recuerde: ¿Por qué vacunar? Porque la vacunación es una de las mejores decisiones que puede tomar para proteger la salud de usted y de los suyos. Al evitar enfermedades se transforma en un recurso esencial para contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas y las comunidades. Acuda a sus servicios de salud.



MASCOTAS

TENER MASCOTAS MEJORA LA SALUD FÍSICA Y MENTAL DE LOS NIÑOS

Dr. Martín López Amézquita¹

¹Pediatra neonatólogo, Capítulo Salamanca

Presidente del Colegio de Pediatras del Estado de Guanajuato Capítulo Salamanca

Bol Col Ped Gto 2024;2(2):20-23

Las mascotas pueden cambiar la vida de tu hijo y la de toda la familia.....así es, tener una mascota en un ambiente debidamente controlado, es benéfico para los niños. Se han demostrado beneficios en la salud a nivel físico, inmunológico, mental y afectivo, sin embargo se debe contar con las condiciones adecuadas para tenerlas y aún así siempre existirán riesgos que son inherentes al ambiente, animalito o al niño, por esta razón se han creado guías que nos orienten como padres sobre qué aspectos debemos tomar en cuenta para lograr una adecuada convivencia.

El término mascota proviene del francés y significa “animal de compañía”, pueden ser una variedad de animales; sin embargo, los prototipos son los perros y los gatos. Varios estudios científicos han demostrado, que las mascotas ayudan en la recuperación de niños con enfermedades crónicas o con algún tipo de discapacidad, algunos si bien no logran su recuperación completa, al menos, alivian y mejoran su calidad de vida.

El último Censo de Población y Vivienda realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) señala que en México hay 35 millones 219 mil 141 de hogares de los cuales el 70.98% de ellos tienen al

menos una mascota.

Un consenso es un documento donde se plasma la opinión de un grupo de expertos que permite dar recomendaciones sobre un tema en específico, en este caso se revisó el consenso “Niños y mascotas” de la sociedad Argentina de pediatría e información que reporta la Secretaría de Salud de nuestro País, quienes realizan las siguientes recomendaciones:

EFFECTOS EN EL DESARROLLO PSICOSOCIAL DEL NIÑO:

Las mascotas pueden ofrecer a los niños un vínculo afectivo, sobre todo, ante situaciones de estrés; brindando refugio y seguridad, lo que les permite explorar un ambiente o situación desconocida, también les permite desarrollar mejor tolerancia a la angustia ante la separación, que se observan en apegos entre humanos; por ejemplo, cuando la madre regresa a trabajar o el niño tiene que entrar a la guardería, jardín de niños o durante una ruptura familiar.

El vínculo de apego con una mascota puede iniciarse a los 18 meses de vida. La interacción es muy importante en el desarrollo emocional, cognitivo y social del niño, favoreciendo que el niño sea más independiente y seguro de sí mismo.



Este vínculo mejora su autoestima ya que les hace que tengan una mejor percepción de ellos mismos al sentirse responsables de un ser vivo. Se ha demostrado que este efecto es mayor si la primera mascota se adquiere antes de los 6 años o durante la pubertad y adolescencia.

Desde el punto de vista hormonal la interacción especialmente con perritos incrementan los niveles de oxitocina (hormona del placer) y disminuyen los niveles de cortisol (hormona del estrés), atenuando la respuesta fisiológica al estrés, ansiedad y depresión, ya que estabiliza sus signos vitales, tal como ocurre en el contacto piel con piel de un bebé con su madre al nacer.

Especialmente en adolescentes, la depresión disminuye ya que no presentan el sentimiento de soledad, proveyendo un efecto indirecto de bienestar, puesto que ofrece un afecto recíproco y una relación que no juzga. Esto se ha visto demostrado en un estudio que incluyó jóvenes sin hogar entre 15-23 años quienes refirieron sentirse menos solos con sus mascotas. A largo plazo al disminuir la depresión también lo hacen los trastornos psiquiátricos en la edad adulta como lo son depresión mayor, personalidad limítrofe, esquizofrenia etc.

DESARROLLO COGNITIVO:

Desde este punto de vista, hay mayor facilidad para la adquisición de habilidades, produciendo efectos positivos en la memoria, cognición, atención, categorización, lenguaje, alfabetización y lectura, ya que el niño entabla conversaciones con su mascotas, aunque no compartan el mismo lenguaje, pero la conexión entre ellos les permite realizarlo. Memorizan y conocen la anatomía de los animales y son tema de conversación con otros niños y su familia lo que desarrolla un lenguaje amplio y fluido.

ACTIVIDAD FÍSICA:

Se ha encontrado que los propietarios de mascotas realizan más ejercicio físico, ya que al tener una mascota implica sacarlo a pasear, paseos que suelen ser en conjunto con los padres, por lo que pueden mejorar la salud física de toda la familia, regulando la presión sanguínea, niveles séricos de glucosa, colesterol y triglicéridos más bajos, disminuyendo el riesgo de diabetes mellitus, obesidad, dislipidemia y por tanto de síndrome metabólico, esto es de gran importancia sobre todo considerando que actualmente en México ocupa el primer lugar mundial en obesidad infantil y el segundo en obesidad en adultos, superado solo por Estados Unidos. El problema está presente no solo en la infancia y la adolescencia, sino también en la población en edad preescolar. Una paseo con tu mascota de 30 minutos es favorable para disminuir el riesgo de padecer estas enfermedades.



ASPECTOS A CONSIDERAR AL ADOPTAR UNA MASCOTA.....

Hay varios aspectos que se deben tomar en cuenta al momento de decidir incorporar una mascota en nuestro hogar, es necesario considerar la edad y la etapa de desarrollo del niño. La interacción de mascotas con niños debe producirse siempre bajo supervisión de los adultos.

Introducir una mascota en la edad preescolar promueve la adquisición de habilidades, estimula el juego físico, imaginativo y libre, pero se debe considerar que a esta edad los niños tienen dificultades para diferenciar un animal de un juguete, por lo que pueden provocar, involuntariamente, una agresión del animal al fastidiarlo o molestarlo, por esta razón debe discutirse en familia si los momentos de convivencia pueden ser supervisados por un adulto a esta edad y de no ser así posponer la adopción. Los niños en edad escolar, a partir de los 6 años, pueden establecer fuerte relación emocional con sus mascotas y son capaces de asumir su cuidado, respetando al animal, su espacio y momentos, por lo que es la edad más recomendable para introducirlo a la familia.

Además de la edad se debe tomar en cuenta el espacio donde se tendrá, de acuerdo a su tamaño y raza, tiempo de los padres para enseñar a los niños los cuidados, ya que como padres debemos asesorar y supervisar la forma de tratarlo, alimentarlo, asearlo y sobre todo el momento y la forma de como jugar con su mascota, tomando en cuenta que al igual que los humanos los animalitos tienen momentos en los que se sienten tristes, enojados o asustados.

Es importante contar con un área segura cercana a la casa para poder fomentar los paseos y sobre todo el sentido de responsabilidad de la familia para el nuevo integrante.



México es el país con el mayor número de perros callejeros en América Latina. De acuerdo al INEGI existen alrededor de 25 millones en esta situación. Nuestro país ocupa el tercer lugar en maltrato animal, pues muchas personas no consideran la gran responsabilidad de tener un animal de compañía, por esta razón una gran propuesta para solucionar esta problemática en nuestro país es fomentar la adopción y los programas de esterilización, ya que, quien adopta una mascota lo hace por que ya ha analizado y pensado lo que implica a diferencia que cuando solo es un obsequio o compra.

Un dato importante que proporciona la Procuraduría Ambiental y del Ordenamiento Territorial de la Ciudad de México (PAOT), es que hasta el 70% de las mascotas son abandonadas dentro del primer año de

que son regaladas o compradas o incluso antes, lo cuál es lamentable y preocupante por el impacto económico, social, ambiental y de salud que conlleva esta situación, puesto que estos animalitos que viven en la calle se reproducen ocasionando una mayor población sin hogar, sin que alguien les limpie, vacune o alimente adecuadamente, generando infecciones o enfermedades transmisibles que pueden ser prevenibles.

Tener una mascota es una experiencia increíble para los niños y su familia, es un reto para todos, pero sobre todo es una gran responsabilidad ya que no solo se adquiere un animalito, si no que se le da la bienvenida a un integrante más de la familia.

BIBLIOGRAFÍA

- *Consenso: niños y mascotas.* Dr. Rubén Zabala. Dra. Clotilde Úbeda, Dra. Ingrid Weisman et al. Arch Argent Pediatr 2020;118(3):S69-S106.
- PAOT. Guía de animales de compañía para dueños responsables. Consultado el 7 de diciembre del 2021 desde: <https://paot.org.mx/micrositios/sabias-que/BIENESTAR-ANIMAL/pdf/Guia-Animales.pdf>
- Gaceta de la Comisión Permanente. Senado de la República. el 7 de diciembre del 2021 desde: <https://www.senado.gob.mx/64/gaceta-comision-permanente/documento/73616>

CRECIMIENTO Y DESARROLLO

LO QUE LOS PADRES DEBEN SABER SOBRE EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE SUS HIJOS

Dra. Karen Dayairé García Mejía¹

¹Pediatra, Capítulo Salamanca

Ilustraciones: Kenia Michelle García Mejía

Bol Col Ped Gto 2024;2(2):25-28

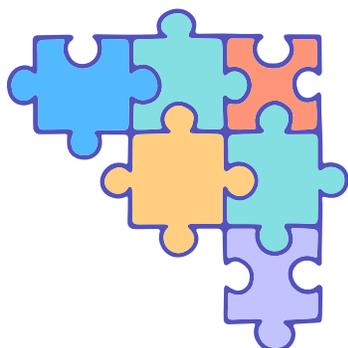
¿Qué es el crecimiento?

El crecimiento se refiere al incremento de peso y talla que tienen los niños y otros cambios corporales que presentan mientras van madurando, por lo tanto el crecimiento se expresa en kilogramos y se mide en centímetros respectivamente. Ello de manera simplista, puesto que además de estas medidas, los pediatras solemos obtener otras medidas como el perímetro cefálico o el perímetro del brazo o de la pierna, entre otras.

Este proceso se inicia en el momento de la concepción del ser humano y continúa a través de la gestación, la infancia, la niñez y la adolescencia.



El crecimiento no solo depende de factores genéticos, que son los que



ya traemos desde la concepción y los cuales están dados por la información genética que nos aportaron

nuestros padres, si no que, para que este crecimiento no se vea alterado tenemos que tener un balance con los factores nutricionales, función endocrina, nuestro entorno psicosocial, estado general de salud y afectividad.

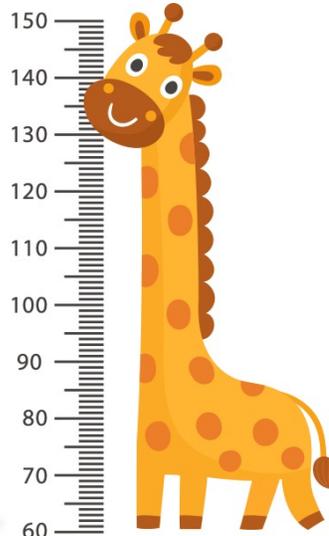
¿Cómo sé que mi hijo tiene un crecimiento normal ?

El primer año de vida de los bebés, es el año en el cual nos sorprendemos por su velocidad de crecimiento, ya que en esta etapa los bebés crecen un promedio de 25 centímetros, es decir si tu bebé cuando nació medía 50 centímetros para el año de edad medirá aproximadamente 75 centímetros, y en cuanto al peso, éste al año de edad es triplicado, así un recién nacido con un peso 3 kg para el año de edad pesará aproximadamente 9 kilogramos.





En vista de que en el primer año de vida el crecimiento es muy acelerado, es normal que como padres al ver que después del año de edad, nuestros hijos no están creciendo de la misma manera, nos ocasione preocupación. Sin embargo esto es normal ya que su velocidad de crecimiento a esta edad disminuye a solo unos 12-14 cm en el año y subirá de peso solo 3-4 kg por año. Para después de los tres años pasar a una fase de crecimiento lento y estable donde aproximadamente incrementará 50 cm hasta los 12 años y 25 kilogramos de peso. Estos parámetros son solo para darnos una idea de lo normal, sin embargo los niños no crecen a ritmos iguales ni perfectamente sostenibles durante toda su infancia. La mayoría de los niños tienen periodos de semanas o meses donde podemos observar "estirones" y el más importante es el que ocurre en la



pubertad, entre los 8 y 12 años en las niñas y entre los 10 y 15 años en los niños, es por eso que en la pubertad vemos que las niñas están más altas y más desarrolladas de sus caracteres sexuales, que los niños, lo cual es completamente normal.

¿Por qué son importantes las revisiones médicas?

El médico en cada revisión, registra el peso y estatura del niño para evaluar su peso y talla, en unas gráficas, en las cuales se analiza en que percentil se encuentra su hijo, esto se refiere a un valor estadístico de peso y talla, en comparación con los otros niños de su misma edad y sexo, es decir, si mi hijo tiene el peso en percentil 50, esto quiere decir que está en la media y que hay 50 niños más pequeños y 50 niños más grandes.

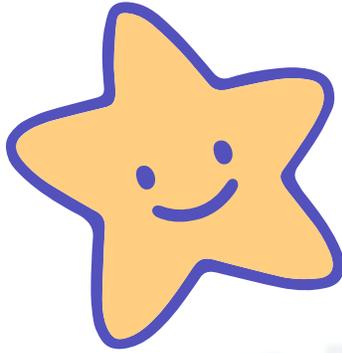
Esta valiosa herramienta ayuda al médico a determinar si los niños están creciendo a un ritmo apropiado o si pueden tener un problema.

Entonces :¿Qué es el desarrollo infantil?

La adquisición progresiva de habilidad funcional que presentan los niños como consecuencia de la maduración de su cerebro.

El desarrollo infantil comprende, no solo el área física, sino también el área adaptativa y psicosocial del niño o niña. Un perfecto desarrollo vendrá acompañado de la interrelación armónica del niño o niña con la sociedad y con su entorno.

El desarrollo se evalúa acorde a indicadores o también conocidos como hitos del desarrollo, que son las cosas que la mayoría de los niños pueden hacer a una edad determinada.



La evaluación del desarrollo es extensa ya que va acorde a la edad de los

pequeños, para eso el médico puede utilizar diferentes tipo de pruebas, en nuestro país se desarrolló para ello la prueba EDI (Evaluación del Desarrollo Infantil), la cual es una herramienta de tamizaje diseñada y validada para la detección temprana de problemas del neurodesarrollo en menores de 5 años de edad.

Como padres debemos de estar atentos al desarrollo de nuestros hijos por lo que a continuación se dan ejemplos de focos rojos que requieren valoración por el médico pediatra.

Si a los 3 meses no sonrío, no es capaz de fijar la mirada o no sostiene la cabeza.
Si a los 6 meses no tiene interés ni intención de tomar objetos o bien no usa alguna de sus manos.
Si a los 9 meses no se sostiene sentado, no se interesa por mirar o tocar las cosas de su entorno o no parlotea.
Si a los 12 meses el niño no es capaz de sostenerse en pie, agarrado de un mueble, no busca la comunicación con los adultos o no explora los nuevos juguetes.
Si a los 18 meses aún no camina o no conoce el nombre de algunas personas u objetos familiares.

¿Qué puedo hacer para potenciar el crecimiento y desarrollo de mi hijo?

Mantener horas de sueño adecuadas: los patrones de sueño varían en función de la edad y de cada niño, pero en promedio las horas de sueño van de 10 a 12 horas.

El sueño es fundamental para el desarrollo de los niños porque durante él ocurren procesos fisiológicos de restauración del organismo.

Si los niños no tienen hábitos del sueño adecuados, no solo se traduce en niños con un crecimiento inadecuado, si no que les provoca dificultades en los procesos cognitivos, como lo son la memoria y atención.

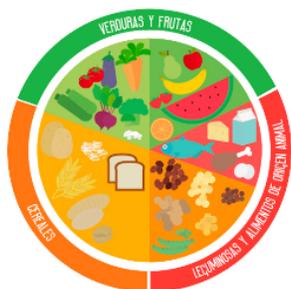


HÁBITOS DE SUEÑO SALUDABLE
Ambiente oscuro, silencioso, temperatura adecuada (sin abrigo excesivo).
Horario regular a la hora de acostarse y despertar.
Evitar la TV, cuentos aterradoros, o actividad física enérgica una hora antes de irse a dormir.
Rutinas agradables (baño, cena, entorno adecuado).
Acostar al niño despierto para que logre conciliar el sueño solo.



Dar una Alimentación nutritiva: el llevar una alimentación adecuada a los niños les aporta las vitaminas y minerales esenciales, que ayuda a los

niños a alcanzar su pleno potencial de crecimiento, y que lejos de querer dar suplementos vitamínicos, estas vitaminas las puedan obtener de los alimentos.



Promover la realización de ejercicio en nuestros hijos: realizar actividad física durante la niñez contribuye al proceso de crecimiento ya que estimula la producción de la hormona del crecimiento; además, el ejercicio fortalece los huesos, mejora los sistemas endocrino y cardiovascular, y favorece el aprendizaje, la capacidad de socializar y la salud mental.

RECUERDA

No hacer comparaciones con otros niños, ya que el rango de normalidad de crecimiento es amplio y aunque a veces podemos ver muy pequeños a nuestros hijos en comparación con otros niños de la misma edad, esto no por fuerza quiere decir que este mal o bien, si tienes inquietudes sobre la talla el peso o el desarrollo de tu hijo, acude a una evaluación médica.



BIBLIOGRAFÍA

- Zárate-Vergara A, Castro-Salas U, Tirado-Pérez I. Crecimiento y Desarrollo normal del preescolar, una mirada desde la atención primaria, Rev Ped Elec 2017;14(2):27-33
- González-Uribe V, Nasrallah-Rada E. Crecimiento y Desarrollo. En: Manual de pediatría Hospital Infantil de México Federico Gómez, Ed. McGraw Hill / Interamericana Editores 2016.
- Masalan MP, Sequeira J, Ortiz M. Sueño en escolares y adolescentes, su importancia y promoción a través de programas educativos, Rev Chil Pediatr 2013;84(5):554-564
- Alves JGB, Alves GV. Effects of physical activity on children's growth. *J Pediatr (Rio J)*. 2019;95 Suppl 1:72-78. doi:10.1016/j.jpmed.2018.11.003



SALUD MENTAL Y ADICCIONES

SALUD MENTAL EN LOS HIJOS DE PADRES SEPARADOS

Dr. Salvador Santoyo Rincón¹

¹Médico Pediatra, Hospital General Salamanca, Capítulo Salamanca
Bol Col Ped Gto 2024;2(2):30-32

“El divorcio debiera ser entre los padres, mas no con los hijos”. S. Santoyo

Carlitos a sus 8 años de edad nunca había tenido problemas en la escuela, era un niño que se llevaba bien con sus pares y mostraba un sobresaliente aprovechamiento escolar. Sin embargo, de un mes a la fecha, su maestra notó que descuidaba el cumplimiento de sus tareas y su participación en clases y sus calificaciones empezaron a bajar. También comenzó a reñir con sus compañeros, ya que se burlaban por los tics faciales (guiños) de reciente aparición que mostraba. Su madre tuvo que presentarse al colegio tras ser llamada por la maestra y se le comentó lo que estaba sucediendo. Además, se le cuestionó sobre como estaba la situación familiar actual. La madre angustiada y con un semblante cargado de tristeza admitió que ella y su esposo estaban pasando por un proceso de divorcio y que en casa también habían notado que estaba sufriendo de terrores nocturnos, enuresis (mojaba la cama), aislamiento (no quería salir o platicar) e irritabilidad (se enojaba de todo). Le hicieron ver que el proceso de divorcio podía ser la fuente de todos los síntomas, que podía requerir apoyo profesional y recibió orientación para ser atendido por pediatría y psicología.

La separación de los padres es un golpe bajo a la estabilidad emocional, social y financiera de la familia, y lamentablemente todos sus

miembros la sufren. El divorcio genera un torbellino cargado de miedos y emociones negativas que devastan la seguridad y el bienestar familiar, afectando especialmente a los niños y adolescentes por ser ellos los más vulnerables. Los daños causados por la desintegración familiar han sido identificados y ya tienen un nombre médico: “Niños que sufren la relación perturbada de los padres” (Clasificación estadística de las enfermedades mentales en su quinta edición, DSM-5)¹ o “Ruptura familiar por separación o divorcio” en la clasificación internacional de las enfermedades (CIE10: Z63.5).



La separación de los padres tiene consecuencias en los hijos a corto, mediano y largo plazo, cuya gravedad depende esencialmente de la duración de los conflictos y de su intensidad. Estos niños tienen mayores problemas escolares y de adaptación general, se sienten más inseguros y faltos de apoyo ante la vida, perciben una peor imagen de sí mismos, lo que reduce su autoestima y duplica el riesgo de padecer enfermedades mentales, tales como ansiedad, depresión, trastornos de conducta, dificultades de atención, descenso del rendimiento escolar, dificultad para el control de los impulsos, agresividad, abuso de sustancias y cuadros psicóticos.²

Es frecuente que los hijos hagan alianza con el padre que se queda y se alejen del otro, generando sentimientos de abandono o traición lo que afecta especialmente su autoestima, haciendo referencia a la frase “El niño al que lastimas no deja de quererte, deja de quererse a sí mismo”.

Para prevenir el caos, se sugiere retrasar la separación el mayor tiempo posible, agotando los recursos tales como la comunicación efectiva y la terapia de pareja. Sin embargo, cuando la situación es insostenible y el divorcio es inevitable, existen maneras de limitar el daño. A continuación, enumeramos algunas recomendaciones para mantener el máximo bienestar de los hijos de padres separados:

- 1) Proteger el derecho a la seguridad y el bienestar de los menores como la prioridad más

importante. Es decir, aplicar la llamada “Justicia terapéutica” la cual enfoca la separación de los padres como un proceso que debiera proporcionar oportunidades para los menores y no como algo destructivo.¹

- 2) Que la separación sea exclusivamente entre los padres y no involucre a los hijos, es decir, que se proteja el vínculo del padre y la madre con sus hijos, manteniendo los canales de comunicación y convivencia abiertos en todo momento.
- 3) Minimizar en lo posible las modificaciones drásticas en su vida cotidiana, es decir, evitar cambios de domicilio, escuela, amigos y estatus socioeconómico.
- 4) Evitar usar a los hijos como chantaje para obtener beneficios o castigar a la contraparte.
- 5) Compartir equitativamente la responsabilidad de crianza tanto en lo afectivo, la imposición de límites como en lo económico.
- 6) Promover el respeto como un valor primordial. No descalificar o invalidar la opinión de la contraparte en presencia de los menores.
- 7) Evitar el discutir frente a los hijos.

- 8) Evitar todo tipo de violencia (psicológica, física, sexual o por omisión).
- 9) Ofrecer psicoterapia con el fin de que el niño reconozca y acepte la ruptura de los padres como algo real e ineludible, de la que él no es responsable. Y le ayude a desarrollar herramientas psicosociales que le permitan sobrellevar las carencias que le genera la separación.
- 10) Como padres también recibir apoyo psicoterapéutico para enfrentar el duelo de la manera más sana posible y así poder mantener al máximo la estabilidad familiar en el contexto social, emocional y económico.

Así como Carlitos, miles de niños en el mundo sufren los estragos de la inestabilidad familiar generada por la separación de los padres. Aunque la tasa de divorcio ha disminuido en los últimos años, sus consecuencias siguen siendo catastróficas para aquellos niños cuyos apoyos sociales están más reducidos. Los papás y las mamás son responsables del

bienestar de los hijos. No permitamos que nuestros errores como padres les arrebaten la salud y la autoestima a nuestros pequeños.



Bibliografía:

- 1.- Mardomingo MJ, (2022). *Guía Práctica Para Pediatras Trastornos Psiquiátricos De Los Niños Y Adolescentes En La Consulta De Pediatría II*. Ediciones Mayo S. A.
- 2.- Ayerbe L, Pérez-Pinar M, Foguet-Boreu Q, Ayis S. Psychosis in children of separated parents: a systematic review and meta-analysis. *Eur Psychiatry*. 2020; 63(1): e3.

RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN

RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN EN PEDIATRÍA

Dra. María José Razo Padilla¹

¹Presidente del Colegio de Pediatras del Estado de Guanajuato Capítulo Acámbaro
Bol Col Ped Gto 2024;2(2):34-35

En términos generales, podemos considerar la automedicación como una medida positiva de autocuidado al permitir una atención inmediata a aquellos síntomas mínimos que podríamos creer no comprometen la vida y no requieren una valoración en el servicio de urgencias. Sin embargo, su práctica irresponsable, es decir la autoprescripción tiene efectos adversos potenciales, con alcances incluso fatales. La Asociación Médica Mundial describe de manera muy simple la diferencia entre automedicación (autoconsumo de medicamentos que no precisan prescripción) y autoprescripción (autoconsumo de medicamentos que por sus indicaciones o riesgos requieren prescripción médica); sin embargo, las diferencias entre uno y otro concepto no son entendidos por la población. Tanto la autoprescripción como la automedicación en niños tienen “peculiaridades” que obligan a considerarlas de mayor riesgo que en los adultos. Por una parte, el desconocimiento de los efectos adversos reales en un niño, de muchos fármacos utilizados en adultos, carecen en su mayoría de autorización en edad pediátrica.

Por otra parte, y tal vez sea el aspecto más particular, podría decirse que, al niño, tanto la autoprescripción como la automedicación se le administran «por poderes», lo que

significa que es decisión de una tercera persona, generalmente la madre, sin que exista ningún tipo de prescripción por un médico pediatra. En el paciente pediátrico, no hablamos como en el adulto, de una decisión autónoma, libre y voluntaria, basada en el propio conocimiento o percepción de sus síntomas, sino que aquí se fundamenta en la interpretación subjetiva que hace de los síntomas la madre, o una tercera persona responsable del menor. Por lo tanto, hablar de esta situación nos parece de vital importancia, a fin de conocer condicionantes y percepciones relacionadas con esta problemática que puedan distorsionar la realidad y desencadenar complicaciones graves de la salud de nuestros niños.

En cuanto al nivel sociodemográfico, existen diversos factores que podrían estar asociados a la automedicación de los padres hacia sus hijos, como el nivel socio laboral, la edad, el nivel de estudios del padre de familia, la cercanía de los centros de atención médica, entre otros. En estudios realizados en diversos servicios de urgencias de América Latina se encontró que el tener muchos hijos, madres con estudios primarios y ser el tercer hermano tienen una asociación significativa con la automedicación hacia sus hijos. Algunos países en vías de desarrollo cuentan con evidencias para hablar de una

prevalencia elevada de automedicación en niños, lo cual contrasta con países desarrollados en los que se detecta una menor prevalencia de esta práctica, quizá en relación con el acceso a los servicios médicos o en mayor medida con la idiosincrasia de los padres.

Uno de los principales peligros de citada “práctica” es la posibilidad de retrasar o incluso ocultar diagnósticos médicos importantes, ya que desconocemos lo que estamos tratando con la automedicación. Es decir, mejoramos el síntoma, que pudiera ser fiebre, tos o diarrea, pero no estamos investigando la causa principal, por lo que se corre el riesgo de no abordar de forma correcta el problema, permitiendo que la enfermedad avance y se agrave.



Además, la totalidad de los medicamentos tienen posibles efectos secundarios, tratándose de situaciones graves como insuficiencia renal o falla hepática por ejemplo con los antiinflamatorios que aparentan ser inocuos. El mal uso de estos puede provocar interacciones

negativas en el cuerpo, especialmente si el niño está tomando varios medicamentos o tiene otros padecimientos.

La mayoría de los antibióticos automedicados que se administran para tratar problemas respiratorios o gastrointestinales, podemos decir que son usados de forma inútil, ya que debemos comprender que muchos de estos casos son de origen viral y no ameritan el uso de antibióticos. El abuso de los mismos puede generar resistencia bacteriana, lo que dificulta su eficacia cuando son necesarios convirtiéndose en un enemigo de los pediatras. En niños y personas mayores, pueden experimentar efectos adversos más graves debido a su metabolismo o interacciones.

En resumen, consideramos importante tener presente que cada medicamento tiene beneficios siempre y cuando sea usado de forma correcta, pero también múltiples contraindicaciones y es por ello que consideramos necesario hacerlo de manera supervisada y controlada con su pediatra de confianza, y no dejar de un lado que nuestros niños son más vulnerables a efectos secundarios o complicaciones graves con desenlaces fatales.

BIBLIOGRAFÍA.

Declaración de la Asociación Médica Mundial sobre la automedicación. Asamblea general de la AMM, Washington 2002. (consultado 3 Ene 2023).

Hernández Novoa B, Eiros Bouza JM. Automedicación con antibióticos: Una realidad vigente.(consultado 4 Sep 2021)



El contenido de este boletín puede ser reproducido por medios físicos o electrónicos siempre y cuando se haga referencia de que fue obtenido del Boletín para Pacientes del Colegio de Pediatras del Estado de Guanajuato.