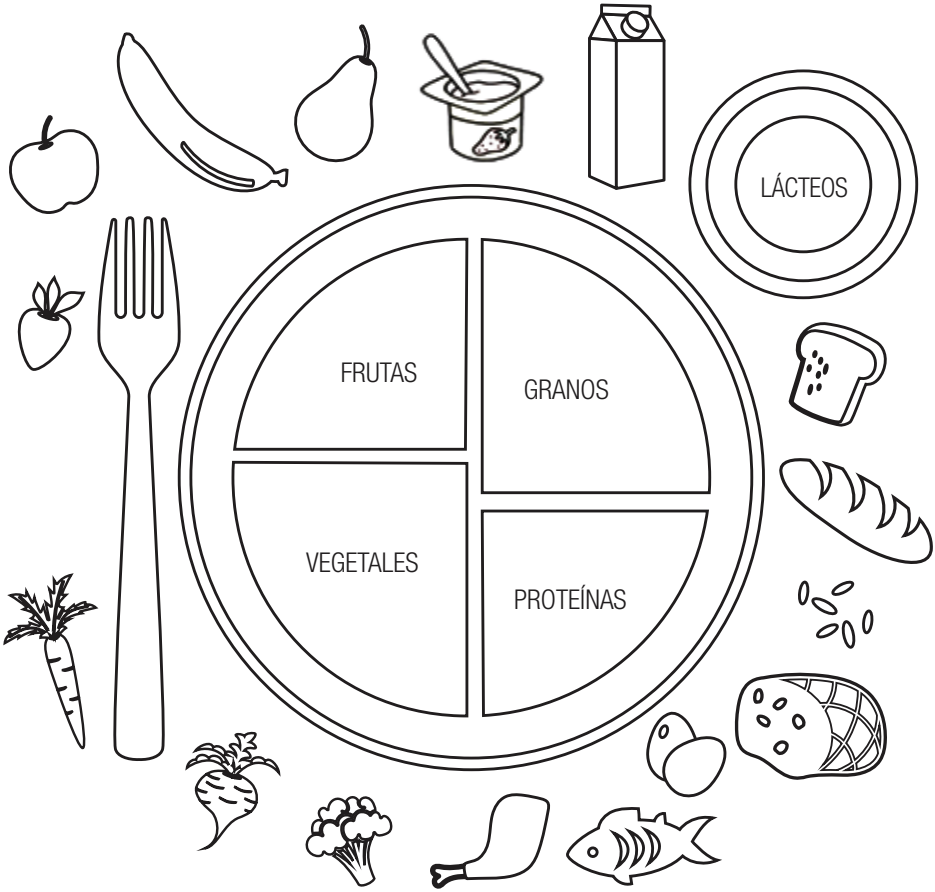
AUXILIO PEDIÁTRICO

Aprende de **salud**

coloreando



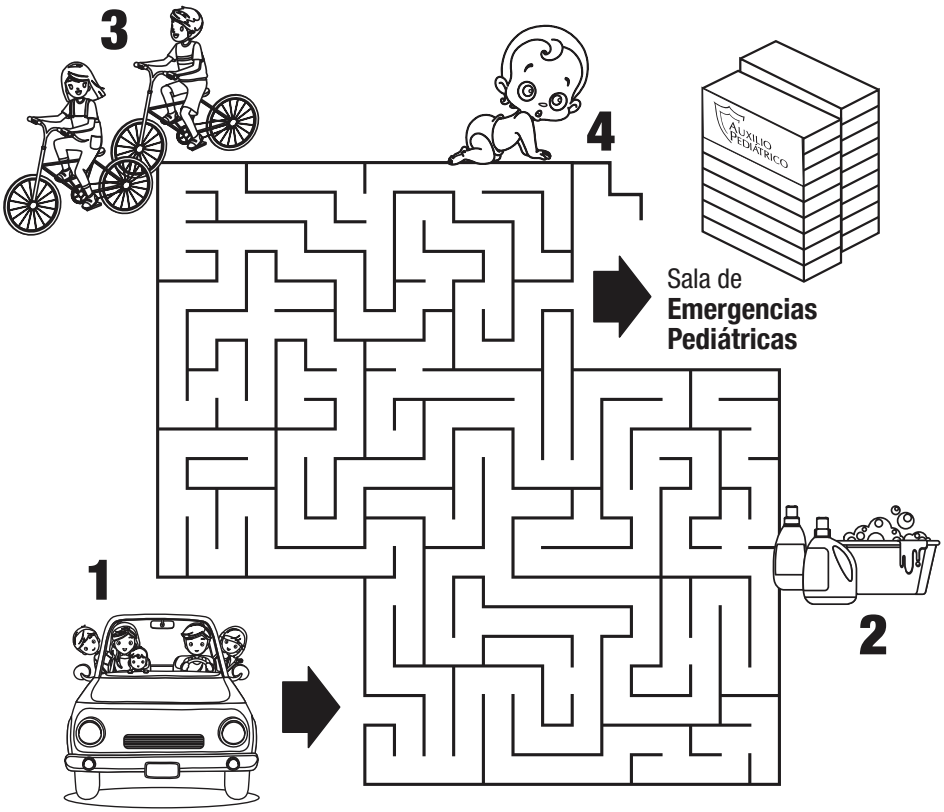
¡Buen provecho!

Conecta con una línea los alimentos con el lugar del plato que les corresponde.

Las preferencias alimentarias se adquieren muy pronto en la vida, por lo que es buena idea comenzar desde temprano a consumir una amplia variedad de alimentos.

El método del plato nos ayuda a controlar porciones.
Los niños deben utilizar un plato de 7 pulgadas de diámetro.

Mamá y Papá: Varíen las alternativas que les ofrecen de cada grupo alimentario. Incluyan diferentes colores para obtener más nutrientes y hacer un plato atractivo.



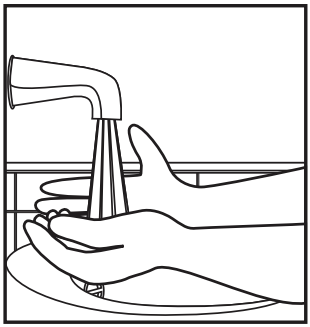
Traza la ruta a la Sala de Emergencias

Mamá y Papá: Por el bienestar y salud de todos en la familia te aconsejamos evitar esta conductas que pueden causar accidentes

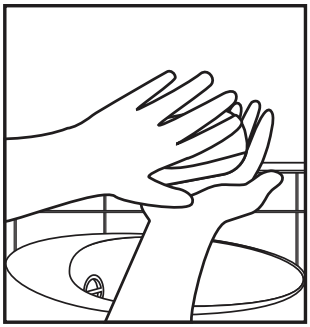
1. **Siempre que estés en el carro asegúrate que los niños pequeños están en sus asientos protectores y los demás pasajeros tienen amarrados sus cinturones de seguridad.**
2. **Nunca dejes detergentes o cubos con agua desatendidos al alcance de niños pequeños.**
3. **Asegúrate que tus hijos usen cascos protectores cuando corren bicicletas. Usa un portón para bebés en la entrada a las escaleras para evitar caídas peligrosas.**

En la Sala de Emergencias Pediátricas del Hospital Auxilio Mutuo contamos con pediatras 24/7 para atender las emergencias de los niños.

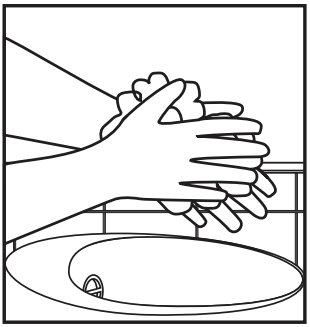
¡Lavarse bien las manos es muy importante!



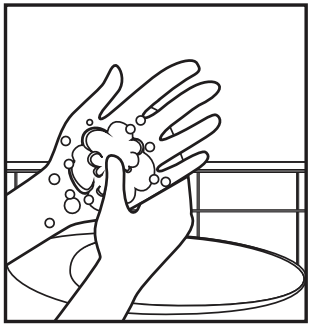
Mójate bien las manos con agua limpia de la pluma.



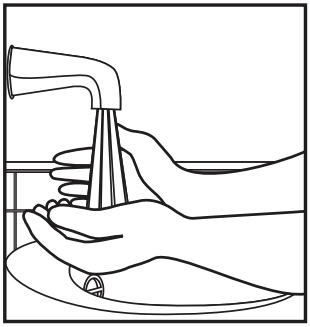
¡Añade jabón!



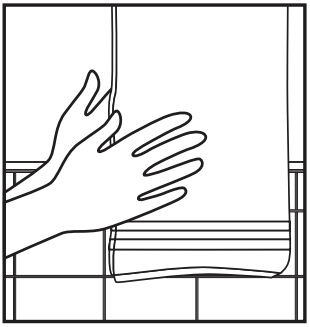
Frota tus manos hasta que tengas mucha espuma. ¡Es bien divertido!



Restriega bien todas las partes de tus manos. Las palmas, entre los dedos, el dorso de la mano y las uñas. Cuenta hasta 20 mientras lo haces.



Cuando termines de contar hasta 20 enjuágate las manos con agua limpia de la pluma.



Sécate bien las manos con una toalla limpia.

S D F P O L I C F O L E N D E S O F O R T A L C A
X R F G H J U I S D P A F E S T R Q S D A E L B N
I E A P D E Y L I T U N E N K D A F R A S E A M T
C M N I O M U O P L E T J H G I E R D P S L O I E
P S L D E S P U E S D E T O C A R A N I M A L E S
G F I T Y U I O M N I S S I O P R F W T Z S D O D
L U O M S D E V A P I D N E C F A E N T E H M U E
A R E P S L D E S P U E S D E I R A L B A Ñ O P C
E A N G O L G T U O E C I S U O K I L F M I P A O
O I T R U D F G H J M O L K M H J Y T R E A O L C
I M K D J F H F T Y R M A S D E R F T P O L K W I
C U A N D O A L G U I E N E S T A E N F E R M O N
E R P O T Y U H J K L R B G A S E W R T U F D P A
G H K S A W E R M T I N H J I J O P L K S A H I R

¿Cuándo lavarse las manos?

Busca en la sopa de letras estos momentos tan importantes para lavarse las manos:

- Antes de comer
- Después de ir al baño
- Después de tocar animales
- Cuando alguien está enfermo
- Antes de cocinar

¡Conoce tu cuerpo!

Conecta con una línea las especialidades médicas con las partes del cuerpo que atienden.

Neurólogo

Otorrinolaringólogo

Cardiólogo

Neumólogo

Endocrinólogo

Nefrólogo

Gastroenterólogo

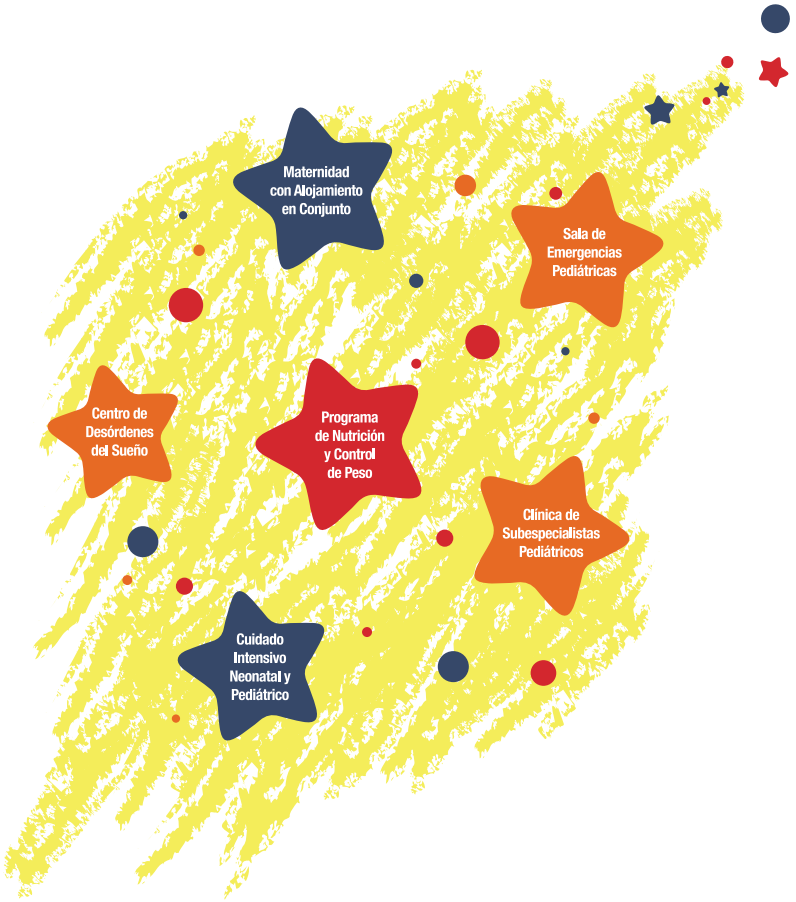
Ortopeda

Reumatólogo

Desarrolla buenos hábitos de sueño

Mamá y Papá: Dígale a su pediatra si nota que su hij@

Ronca o hace ruido al respirar cuando duerme.
Suda mucho durante la noche.
Ha visto que deja de respirar durante el sueño.
Tiene sueño muy inquieto.
Acostumbra respirar por la boca.



AUXILIO PEDIÁTRICO

Auxilio Mutuo
El Gran Hospital de Puerto Rico

787.758.2000
auxiliopediatrico.com