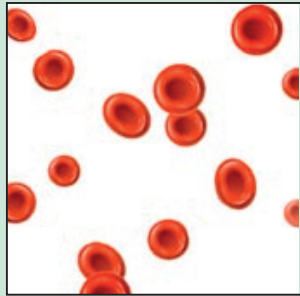
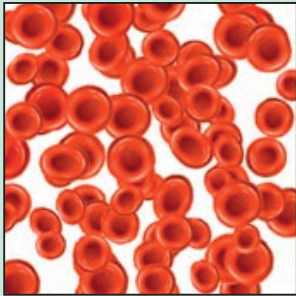


¿Qué es la anemia?



Es una enfermedad que se caracteriza por niveles bajos de hierro en la sangre. El hierro es una sustancia que se necesita para llevar oxígeno a todas las células del cuerpo. Es especialmente importante en las niñas, niños y en la mujer durante la adolescencia y el embarazo.

¿Cómo identificar a las niñas y niños que tienen anemia?

Las niñas y niños que tienen anemia presentan los siguientes signos y síntomas:



Tiene mucho cansancio y sueño
Ancha puñunanise



Esta pálido
Qarwayashqam



No aprende
Manamyach akunchu



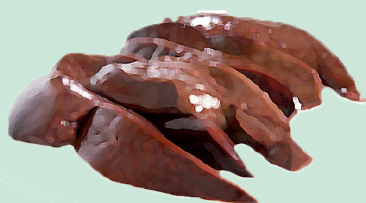
Se enferma mucho
Ancham qishan

En Chetilla, 4 de cada 10 niños menores de 5 años tienen anemia



¿Cómo evitamos la anemia en las niñas y niños?

Consumiendo alimentos ricos en hierro:



Acompañar los alimentos ricos en hierro con bebidas a base de frutas cítricas para que el hierro se absorba mejor.



¿Cómo evitamos la anemia en las niñas y los niños?

Consumo de micronutrientes:



Sulfato ferroso (hierro)



Chispitas nutricionales

En el Puesto de Salud Chetilla, los profesionales entregan el sulfato ferroso y las chispitas nutricionales y orientan a las madres y padres de familia acerca del adecuado uso de los mismos.



Lactancia Materna exclusiva hasta los 6 meses

El Puesto de Salud Chetilla en coordinación con la Micro Red de Salud Pachacútec viene implementando la iniciativa denominada “Vencer a la anemia es tarea de todos”, con el objetivo de contribuir a la reducción de la prevalencia de anemia en gestantes y niños menores a 3 años.

Las líneas de trabajo de la iniciativa enfatizan:

- ✓ El fortalecimiento de capacidades del personal de salud y agentes comunitarios de la salud.
- ✓ Tamizaje a gestantes y niños menores de 3 años.
- ✓ Actividades de educación y comunicación a través de la elaboración y difusión de spots radiales y televisivos, ferias y sesiones demostrativas de preparación de alimentos saludables.
- ✓ Seguimiento y monitoreo a través de reuniones con el personal de salud y visitas domiciliarias a las familias con niños menores a 3 años.



Vencer la anemia, es tarea de todos

VINSINCHIQ ANIMYATA ARUSHUM YUMBAY

Material elaborado en el marco de la ejecución de la iniciativa: Vencer la anemia, una tarea de todos:
“Vinsinchiq animyata arushum yumbay” - Fondo Concursable