MADRES DE FAMILIA PARTICIPAN DE SESIÓNES DEMOSTRATIVAS PARA PREVENIR LA ANEMIA Y DCI

Jaén, 19 setiembre del 2018

La Sub Región de Salud Jaén a través de sus establecimientos de salud viene trabajando permanentemente en el desarrollo de actividades que ayuden en la prevención y control de la anemia y la desnutrición crónica infantil (DCI).

Es el caso del personal de los puestos de Salud de Fila Alta y Chamaya, quienes realizaron recientemente sesiones demostrativas, cuyo objetivo es enseñar a las madres de familia y gestantes a preparar alimentos nutritivos para sus hijos y puedan evitar la anemia y la DCI.

La anemia se produce por la falta de hierro en el organismo, disminuyendo la hemoglobina en la sangre y afecta al normal desarrollo del cerebro. Por eso los especialistas recomiendan el consumo de alimentos como: papillas o purés e incluir en ellas hígado, bazo, pulmón, riñón, corazón, sangrecita, relleno, carnes rojas y pescado de carne oscura.

Asimismo, se pide el consumo al menos de dos cucharadas de un alimento de origen animal rico en hierro. También es muy importante se continúe con la lactancia materna, por lo menos hasta los dos años de edad, ya que los daños por la anemia son irreversibles.

Recordemos además que el MINSA brinda totalmente gratis en los establecimientos de salud multimicronutrientes que se pueden dar a los niños en su comida principal a partir del sexto mes.