

Reconocer las señales de desnutrición

La desnutrición es una condición grave que puede impedir que un niño se desarrolle adecuadamente y alcance todo su potencial. Nuestra meta como líderes y hermanos y hermanas ministrantes es enseñar a las familias cómo saber si su hijo está desnutrido y cómo determinar los pasos que pueden dar para ayudarlo.

PUNTOS CLAVE

- **La desnutrición puede tener graves consecuencias** en la salud, el desarrollo físico y mental de los niños, y el bienestar en general. En casos graves, la desnutrición podría convertirse en una condición que pone en peligro la vida.
- **Detectar y abordar las señales de desnutrición** puede salvar la vida de un niño y mejorar su potencial.
- **No siempre es obvio cuando un niño está desnutrido.** En algunos lugares, los síntomas de desnutrición son tan comunes que podrían parecer normales. Aprender las señales comunes de desnutrición podría ayudar a descubrirlas.
- **Los padres son la clave para ayudar a un niño que está desnutrido.** Una vez que ellos se informen, pueden dar los pasos necesarios para mejorar la nutrición de su hijo. Otras personas pueden ayudar y enseñar a los padres en estos esfuerzos.
- **Los profesionales y voluntarios pueden utilizar mediciones** para determinar si el crecimiento y el peso del niño son normales para su edad y estatura. Los profesionales también pueden utilizar otras evaluaciones para determinar el nivel de desnutrición.
- **Un profesional de la salud debe ver a un niño que muestre signos de desnutrición** para poder determinar si está desnutrido e informar a los padres sobre lo que el niño necesita para recuperarse.
- **También es importante considerar que un niño desnutrido tendrá un sistema inmune debilitado** que lo hará más propenso a enfermedades. Esas enfermedades también podrían afectar la forma en que el cuerpo absorbe y utiliza los nutrientes, lo cual empeorará la desnutrición. El tratamiento contra la desnutrición ayudará a poner fin a ese círculo vicioso.
- **El retraso del crecimiento** es causado por una desnutrición crónica o persistente que ralentiza el crecimiento y el desarrollo normales, especialmente durante los primeros años de vida, lo que provoca un retraso del crecimiento y una reducción de la capacidad mental. Estos niños son demasiado bajos en estatura para su edad.
- **La emaciación** es una desnutrición aguda o una pérdida repentina de peso que lleva al organismo a descomponer su propio músculo para obtener energía. Un niño emaciado es demasiado delgado para su estatura. Esta forma de desnutrición se asocia con un mayor riesgo de muerte. Se necesita tratamiento inmediato.



Familiarícese con la información que se encuentra en el volante de una página "Reconocer las señales de desnutrición" para las familias.

Preguntas para considerar con espíritu de oración

- ¿Cuál es la prevalencia de la desnutrición en la región?
- Si noto que un niño tiene señales de desnutrición, ¿cómo puedo ayudar?
- Si los padres de la región tienen un hijo con signos de desnutrición, ¿a dónde pueden acudir para obtener ayuda de un profesional médico o de un nutriólogo certificado?



Inspiración líderes de la Iglesia

“Jesús era perceptivo, y tú también lo eres. Solo podemos conocer las necesidades verdaderas de nuestros hijos si las percibimos. Debemos escuchar, observar y ver”
(Rebecca L. Craven, en “Child Nutrition Program Helps Hundreds of Children and Mothers in the Philippines”, 21 de septiembre de 2022, newsroom. ChurchofJesusChrist.org).

LO QUE PODEMOS HACER

Consideren estas ideas y otras mientras deliberen en consejo y oren para recibir orientación.

Líderes

- Sean conscientes de lo que los padres puedan estar afrontando. Puede que se sientan desesperados por no conseguir los alimentos adecuados o por no tener recursos para alimentar a sus hijos. Sean sensibles a esos sentimientos y muestren amor, bondad, compasión y un deseo sincero de apoyarlos. Busquen siempre la guía del Espíritu Santo para guiar esos esfuerzos.
- Organicen talleres para enseñar a los padres a reconocer las señales comunes de desnutrición en los niños. Tengan cuidado de no avergonzar ni señalar a cierto niño o familia frente a otras personas.
- Identifiquen los exámenes de nutrición o de salud disponibles localmente.
- Ayuden a los padres a obtener la atención médica necesaria para su hijo. Todo niño desnutrido debe recibir atención médica. Si una familia no puede pagarla, el obispo puede considerar utilizar los fondos de las ofrendas de ayuno.
- Donde no haya profesionales médicos disponibles localmente, consulten con los líderes de estaca y de Área para ver qué recursos pudieran estar disponibles a través de la Iglesia.
- La presidencia de la Sociedad de Socorro podría considerar organizar lecciones para los padres de su barrio sobre lo que los niños deben comer para prevenir la desnutrición. Véase la Guía para el líder de la unidad “Alimentación saludable para los niños”.
- Si tienen una seria preocupación por un niño, oren y deliberen en consejo con otros líderes de su barrio o estaca para saber qué hacer a fin de ayudarlo.

Hermanos y hermanas ministrantes

- Cuando sea apropiado, enseñen los signos de desnutrición mientras ministran a las familias.
- Observen las circunstancias para conocer las necesidades de las familias. Es necesario informar a las presidencias del cuórum de élderes y de la Sociedad de Socorro.
- Brinden otros recursos a los padres, tales como el volante “Alimentación saludable para los niños”.

Reconocer las señales de desnutrición

Distribuyan este volante a los miembros de su estaca y barrio. En él se proporcionan información y sugerencias útiles para las familias.

Reconocer las señales de la desnutrición

- La desnutrición puede afectar gravemente la salud y el desarrollo de su hijo.
- Detectar y tratar las señales de desnutrición puede salvar la vida del niño y aumentar su potencial.
- Este documento trata dos formas de desnutrición: la emaciación (bajo peso para la altura) y el retraso del crecimiento (altura insuficiente para la edad).

SEÑALES DE DESNUTRICIÓN:
Repase las siguientes señales de desnutrición para familiarizarse con aquellas a las que debe prestar atención en su hijo. Estas señales no incluyen todas las que pueden aparecer, y diferentes niños pueden presentar señales diferentes.

ENERGÍA <ul style="list-style-type: none">• Falta de energía• Mareos• Debilidad	APARIENCIA <ul style="list-style-type: none">• Cabello seco y quebradizo, aclaración del color, pérdida de cabello• Ojos hundidos, mejillas frías• Escala inflamada y sangrado de encías, dientes con caries• Abdomen hinchado, piernas y brazos pequeños• Escamotamiento o hinchazón en las manos y los pies• Piel seca y escamosa, aparición de moretones, diagnosticados o hematomas con facilidad, inflamación delgado de la piel (edema)
SISTEMA DE DEFENSA DEL ORGANISMO <ul style="list-style-type: none">• Se enferma con frecuencia• Duerme frecuentemente• Curación lenta de las heridas• Tiempos de recuperación largos	APETITO <ul style="list-style-type: none">• Disminución del apetito• Falta de interés en alimentos y bebidas
CONCENTRACIÓN Y ESTADO DE ÁNIMO <ul style="list-style-type: none">• Dificultad para concentrarse• Reacción lenta• Fácil irritabilidad	

Siga los pasos a continuación
No siempre es fácil detectar si el niño está desnutrido. Los niños desnutridos podrían parecerse a los demás niños de la zona. Si cree que su hijo podría estar desnutrido:

- **Consulte a un profesional de la salud.**
El profesional podrá determinar el estado nutricional de su hijo y brindar orientación adicional.
- **Reunase con la presidencia de la Sociedad de Socorro o con el presidente del cuórum de élderes para pedir guía y ayuda, si fuera necesario.** Ellos pueden aconsejar y ayudar a encontrar recursos de la comunidad y de la Iglesia para satisfacer las necesidades nutricionales de su hijo.

LA IGLESIA DE JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

MÁS INFORMACIÓN

Obtengan más información acerca de cómo reconocer las señales de desnutrición y otras maneras de mejorar la nutrición infantil: **ChildNutrition.ChurchofJesusChrist.org**

