

Consejos para la **DIARREA**

Ayuda a tu hijo a recuperarse de la diarrea y a evitar la deshidratación dándole muchos líquidos y porciones pequeñas de alimentos, y practicando la seguridad alimentaria.

Dale más **LÍQUIDOS**



Agua y bebidas rehidratantes



La mejor opción



Jugos y refrescos



Evítalos

¿Estás amamantando? Sigue amamantando todo lo que quieras.

Ofrécele **PEQUEÑAS** porciones



La mayoría de los niños pueden seguir comiendo los alimentos habituales. Las porciones pequeñas y más frecuentes pueden ayudar.

Maneja la comida con **CUIDADO**

Mantén tus manos limpias.

Prepara los alimentos de forma segura.

Cuando tengas dudas, tíralo.



La diarrea puede causar deshidratación. Contacta a tu proveedor de atención médica si tu hijo tiene fiebre, vómito o diarrea que no mejora. No uses medicamentos a menos que lo indique tu proveedor de atención médica.



SCAN ME

Escanea el código QR para obtener más información sobre el cuidado de tu hijo con diarrea



El rincón de los niños

Canta y lava

Marca con un círculo tus canciones favoritas y canta mientras te lavas las manos.

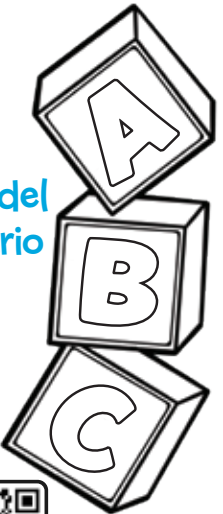


Estrellita ¿dónde estás?

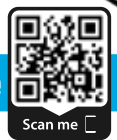


Canción del abecedario

Canción de Zobey para lavarse las manos

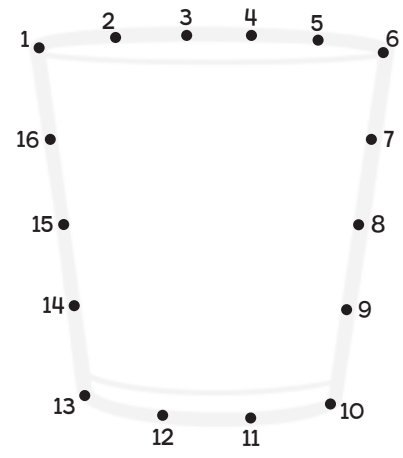


Mira la canción para lavarse las manos en: YouTube



El agua es maravillosa

El agua ayuda a tu cuerpo a mantenerse fuerte. Une los puntos y colorea tu vaso de agua.

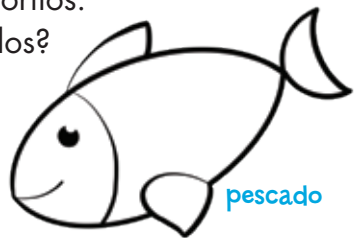


La comida es divertida

Colorea tus alimentos favoritos. ¿Cómo te gusta comerlos?



plátano



pescado



yogur



arándanos azules



arroz integral



zanahoria