Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Lo mejor de Familia y Salud en Facebook

Un año más la tierra completó su giro alrededor del sol y el año 2016 nos dijo adiós. Un año más, comienza un nuevo giro. Damos la bienvenida al 2017, un año cargado de proyectos para compartir con nuestros lectores.

La web Familia y Salud cada vez está más consolidada, también en las redes sociales. Su página de Facebook ha alcanzado los *¡4000 seguidores!*

Como suele hacerse en este tiempo, también nosotros hemos querido analizar y compartir con vosotros un listado de las ***"11 PUBLICACIONES TOP* 2016"**, las publicaciones que han generado mayor interés entre nuestros seguidores de Facebook de *Familia y Salud*, durante el año 2016.

Gracias por confiar en Familia y Salud. Síguenos en las redes sociales y ayúdanos a llegar a más familias y personas interesadas en la salud de la infancia y la adolescencia.

- En Facebook: https://www.facebook.com/familiaysalud.es

- En Twitter: https://twitter.com/familiaysalud

Estas son las 11 publicaciones más visitadas y comentadas a lo largo de 2016 en el Facebook de *Familia y Salud*:

1. *Mi hijo tiene los mocos verdes, ¿necesita un antibiótico?* El color verde de los mocos es el resultado de una "lucha" entre los virus y nuestras defensas. Pero, el color del moco no dice si el niño necesita o no antibiótico. De: *Familia y Salud*.
2. *El justificante médico de ausencia escolar, la historia interminable*. Artículo recomendado a los padres y a los profesionales de la Educación y de la Sanidad. De: *Blogspot Médicos de Osuna*.
3. *Portabebés. Para llevar a tu hijo cerca de tí*. La importancia del contacto físico. Artículo que incorpora un audio. De: *Familia y Salud*.
4. *Decálogo de la Diarrea Aguda*. Un nuevo Decálogo de la AEPap, el de la Diarrea Aguda. Ofrece consejos para

que las familias puedan manejar una situación frecuente como la diarrea aguda y destacar la importancia de la rehidratación oral. Editado por la *Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)* y disponible en ésta web Familia y Salud. Puedes descargarte PDF en *castellano, catalán, euskera y gallego*. De: *Familia y Salud*.

5. *Decálogo de la Dermatitis Atópica*. Otro nuevo Decálogo de la AEPap, el de la Dermatitis Atópica. Contiene una serie de consejos útiles para los niños con dermatitis atópica. “La piel sana se hidrata, la piel enferma se trata”. Puedes descargarte el PDF en *castellano, catalán, euskera y gallego*. Editado por la *Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap*) y disponible en ésta web Familia y Salud. De: *Familia y Salud*.
6. *¡La leche no produce mocos!* Un 30% de la población cree que la leche aumenta la producción de moco en las vías respiratorias, sin tener una explicación clara del mecanismo que produciría esta asociación. ¿Qué dicen los estudios sobre la relación entre lácteos y mucosidad?; ¡que no, que la leche no produce mocos! De: *Familia y Salud*.
7. *La lactancia materna en niños muy prematuros, posible y necesaria*. La leche materna es importante para todos los recién nacidos. Para los prematuros es una auténtica “medicina” porque les protege de infecciones y les ayuda en la maduración de su aparato digestivo, entre muchos otros beneficios. Incluye audio. De: *Familia y Salud*.
8. *Rinitis alérgica. Una enfermedad poco valorada que va en aumento*. La rinitis alérgica es una de las enfermedades alérgicas más comunes en la infancia y adolescencia. Se reconoce fácilmente: estornudos en salvas, moco nasal claro, picor en la nariz y en el paladar y nariz tapada (congestión nasal), frecuentemente acompañados de picor y lagrimeo en los ojos. De: *Familia y Salud*.
9. *Calendario de Vacunaciones de la AEPap 2016*. Como cada año, el *Comité Asesor de Vacunas de la Asociación Española de Pediatría (CAV-AEP)* recomienda el calendario de vacunaciones que considera que debe ofrecerse a los niños y adolescentes que viven en España. De: *Familia y Salud*.
10. *Prevención del síndrome de muerte súbita del lactante*. La muerte súbita del lactante (SMSL) es la muerte repentina de un niño menor de un año. No se conoce explicación ni la causa para este terrible suceso. Sigue las RECOMENDACIONES de PREVINFAD - Artículo actualizado. Descarga la presentación con los PUNTOS CLAVE. De: *Familia y Salud*.
11. *Alivio del dolor y el estrés al vacunar*. La #tetanalgesia - La teta es buena en cualquier momento, en cualquier lugar: es algo más que alimento. De: *Familia y Salud*.

También puedes seguir a Salud Joven en las redes sociales. Y animar a los jóvenes y adolescentes a tener a Salud Joven como página de cabecera sobre temas de salud.

- En Facebook: https://www.facebook.com/Salud-Joven-482732731775451

- En Twitter: https://twitter.com/Salud_Joven

Y destacamos también las publicaciones más visitadas y comentadas en el Facebook de *Salud Joven*:

1. *'The Present': Un cortometraje que emociona y hace reflexionar*. Una buena forma de empezar el domingo es viendo este cortometraje: 'El corto cuenta la historia de un chico que juega a videojuegos y, que por los comentarios de su madre, no sale mucho de casa. El chico recibe de su madre un perro como regalo y en un principio no se muestra nada interesado en él. No te contamos más y te dejamos el vídeo a continuación cuya

historia y final seguro que te emocionarán' (Publicado el 31 de enero). De: *Europress. Desconecta*

2. *Un amigo cuando quiere, puede*. Pablo es un niño de 8 años, con una imaginación tremenda, se comunica escribiendo. Este cuento es un paseo por el espacio donde Pablo el astronauta conoce a un marciano. Una obra pequeña pero con mucho sentimiento, te hace pensar. Esta escrito a mano por el autor. Los dibujos son de su hermano Jorge que tiene 5 años. Se me olvidaba, Pablo tiene autismo, pero esto es lo de menos. Espero que os guste. El cuento se puede descargar gratuitamente en este enlace: http://comprensionlectora.es/index.php/2013-11-27-14-18-14/dificultades-... (Publicado el 27 de abril). De: *Familia y Salud*.
3. *DECÁLOGO de la Prevención de Accidentes*. Los accidentes están entre las tres primeras causas de muerte en niños hasta los 14 años y la mayoría de ellos son evitables. La AEPap presenta el decálogo de la prevención de accidentes y propone una serie de recomendaciones para conseguir que los niños/as crezcan en entornos seguros (Publicado el 15 de mayo). De: *Familia y Salud*.
4. *Cuidados paliativos pediátricos: siempre se puede hacer algo más por un niño con enfermedad avanzada y su familia*. Hoy celebramos el día de los Cuidados paliativos pediátricos con el lema: "Vivir y morir con dolor, algo que no debería suceder“ (Publicado el 8 de octubre, Día Mundial de los Cuidados Paliativos). De: *Familia y Salud*.

Otras publicaciones que han sido de interés en el Facebook de *Salud Joven*:

- *No todo vale en el amor*. En el amor no todo vale. Los celos, el control, las amenazas, no son sinónimos de amor.
- *Vamos a la playa, ¡cuidado con las medusas!* Las medusas: Cuidado con ellas. Si alguna vez nos pica una medusa es conveniente saber qué debemos hacer para mejorar las molestias. En este artículo te ofrecemos algunas indicaciones.
- *Viajando a otros países*. ¿Vais a viajar este verano?. Es importante no relajarnos en el cuidado de la nuestra salud y la de los nuestros. Por ello, te queremos hacer un recordatorio de temas que encontrarás en Familia y Salud o en la página Salud Joven y que te pueden ser útiles en éste momento. Nos puedes seguir en twitter y en facebook desde tu móvil. ¡Disfruta de las vacaciones!
- *Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo, 2 de abril de 2016*. Hoy dia 2 de abril celebramos el Día Mundial de concienciacion sobre el Autismo. El lema de este año es tolerancia, inclusión y respeto. Por todo ello te pedimos que pases el testigo por el autismo #pasaloporelautismo.
- *Tatuajes con Henna negra, ¿qué tengo que saber?* En la época estival puede tentarte la idea de hacerte un tatuaje. A veces te ofrecen tatuajes temporales. Pero, ¡cuidado!, aunque sean temporales tienen riesgos que debes conocer.
- *El virus Zika: un problema de salud pública internacional*.

Equipo Editorial *Familia y Salud*

Fecha de publicación: 30-12-2016