

CALENDARIO

2018



AFECTO Y NUTRICIÓN
ES LO QUE UN NIÑO NECESITA
PARA CRECER SANO Y FUERTE.

TU VIDA Y LA DE TU HIJO
SON MUY VALIOSAS

Y ESTÁN LLENAS DE OPORTUNIDADES

¡CUIDATE Y CUIDALO!



NutriRed.ORG

Tejiendo redes se nutren vidas

<http://www.nutrired.org> | info@nutrired.org

Entrá en [NutriRed.org](http://www.nutrired.org) y descargá este almanaque gratuitamente.

Agradecemos la colaboración de:



FUNDACIÓN
CONIN



Grávida
Centro de Asistencia a la Vida Naciente



Fundación de
Endocrinología
Infantil



FUNDACION H. A. BARCELO
FACULTAD DE MEDICINA

 **Universidad
Maimónides**



FUNDACIÓN
HORACIO ZORRAQUÍN



 **PILARES**

 **Fundación
Más Humanidad**




FUNDACIÓN
ruta 40
LA EDUCACIÓN COMO CAMINO

Asociación Civil Padrinos de
Alumnos Escuelas Rurales (APAER)

Misiones Rurales

Asociación Civil
Responde

Grupo Solidaridad
del Espíritu Santo

CALENDARIO NACIONAL DE VACUNACION

El Estado Nacional garantiza **VACUNAS GRATUITAS** en centros de salud y hospitales públicos de todo el país

Edad	BCG (1)		Hepatitis B HB (2)		Neumococo Conjugada (3)		Quintuple Pentavalente DTP-HB-Hib (4)		Polio IPV (5) OPV (6)		Rotavirus (7)		Meningococo (8)		Gripe (9)		Hepatitis A HA (10)		Triple SRP (11)		Varicela (12)		Cuádruple o Pentavalente DTP-Hib (13)		Triple Bacteriana Acelular dTpa (14)		Triple Bacteriana Acelular dT (15)		Virus Papioma Humano YPH (16)		Doble Bacteriana dT (17)		Doble Viral SR (18) o Triple Viral SRP (18)		Fiebre Amarilla FA (19)		Fiebre Hemorrágica Argentina FHA (20)											
	única dosis (A)	dosis neonatal (B)	1º dosis	1º dosis	1º dosis	1º dosis	1º dosis	1º dosis	1º dosis	1º dosis	1º dosis	1º dosis (D)	1º dosis	1º dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis	única dosis											
Recién nacido																																																
2 meses																																																
3 meses																																																
4 meses																																																
5 meses																																																
6 meses																																																
12 meses																																																
15 meses																																																
15-18 meses																																																
18 meses																																																
24 meses																																																
5-6 años (ingreso escolar)																																																
11 años																																																
A partir de los 15 años																																																
Adultos																																																
Embarazadas																																																
Puerperio																																																
Personal de salud																																																

(1) BCG: Tuberculosis (formas invasivas)
 (2) HB: Hepatitis B
 (3) Prevención de Meningitis, Neumonía y Sepsis por Neumococo.
 (4) DTP-HB-Hib: (Pentavalente) Difteria, Tétanos, Tos Convulsa, Hep B, Haemophilus influenzae b.
 (5) IPV: (Solo) Poliovirus inactivada.
 (6) OPV: (Solo) Poliovirus oral.
 (7) Rotavirus.
 (8) Meningococo
 (9) Anigral
 (10) HA: Hepatitis A
 (11) SRP: (Triple viral) Sarampión, Rubéola, Paperas.
 (12) Varicela
 (13) DTP-Hib: (Cuádruple) Difteria, Tétanos, Tos Convulsa,

Haemophilus influenzae b.
 (14) DTP: (Triple Bacteriana Acelular) Difteria, Tétanos, Tos Convulsa.
 (15) dTpa: (Triple Bacteriana Acelular) Difteria, Tétanos, Tos Convulsa.
 (16) YPH: Virus Papioma Humano.
 (17) dT (Doble Bacteriana) Difteria, Tétanos.
 (18) SR: (Doble Viral) Sarampión, Rubéola.
 (19) FA: (Fiebre Amarilla)
 (20) FHA: (Fiebre Hemorrágica Argentina)

(A) Antes de egresar de la maternidad.
 (B) En los primeros 12 meses de vida.
 (C) Vacunación Universal. Si no hubiera recibido el esquema completo, deberá completarlo.
 En caso de tener que iniciar: aplicar 1º dosis, 2º dosis al mes de la primera y 3º dosis a los seis meses de la primera.
 (D) La 1º dosis debe administrarse antes de los catorce semanas y seis días o tres meses y medio.
 (E) La 2º dosis debe administrarse antes de los veinticuatro semanas o los seis meses de vida.
 (F) Deberán recibir en la primovacunación 2 dosis de la vacuna separadas al menos por cuatro semanas.
 (G) En cada embarazo deberán recibir la vacuna antigripal en cualquier trimestre de la gestación.
 (H) Padres deben recibir vacuna antigripal si no la hubiesen recibido durante el embarazo, antes del egreso de la maternidad y hasta un máximo de diez días después del parto.
 (I) Si no hubiera recibido dos dosis de triple viral o una dosis de triple viral + 1 dosis de doble viral, después del año de vida para los nacidos después de 1965.

(J) Aplicar dTpa en cada embarazo independientemente del tiempo desde la dosis previa. Aplicar a partir de la semana 20 de gestación.
 (K) Personal de salud que asista menores de 12 meses. Revacunar cada 5 años.
 (L) Residentes en zonas de riesgo.
 (M) Residentes en zona de riesgo único refuerzo a los diez años de la primera dosis.
 (N) Residentes o inmigrantes con riesgo ocupacional en zona de riesgo y que no hayan recibido anteriormente la vacuna.
 (O) 2 dosis separadas por intervalo mínimo de 6 meses.



Para más información:
 0-800-222-1002 salud.gob.ar

CALENDARIO

2018

01. ENERO

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1: Año Nuevo

02. FEBRERO

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

12 y 13: Carnaval

03. MARZO

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

22: Día Mundial del Agua
24: Día Nacional de la Memoria por la Verdad y la Justicia
29 y 30: Jueves y Viernes Santo

04. ABRIL

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

2: Día del Veterano y de los Caídos en la Guerra de Malvinas.
30: Día no Laboral

05. MAYO

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1: Día del trabajador.
25: Día de la Revolución de Mayo

06. JUNIO

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

17: Día Paso a la Inmortalidad del General Martín Miguel de Güemes.
17: Día del padre
20: Día Paso a la Inmortalidad del General Manuel Belgrano.

07. JULIO

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9: Día de la Independencia

08. AGOSTO

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1 al 7: Semana Mundial de la Lactancia Materna
20: Paso a la Inmortalidad del General José de San Martín
19: Día del niño
31: Día de la obstetricia y embarazada

09. SEPTIEMBRE

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

10. OCTUBRE

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

15: Día del Respeto a la Diversidad Cultural.
16: Día de la alimentación
21: Día de la madre

11. NOVIEMBRE

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

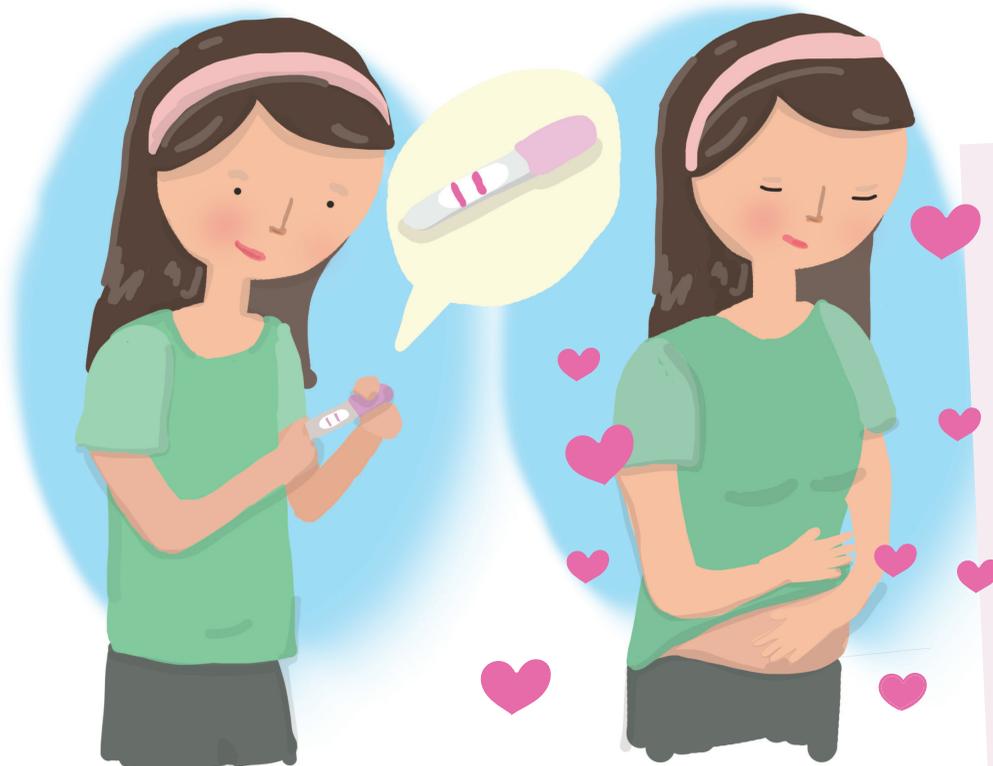
19: Día de la Soberanía Nacional
17: Día del prematuro

12. DICIEMBRE

LUN	MAR	MIER	JUE	VIE	SAB	DOM
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

8 - Inmaculada Concepción de María.
24: Día no Laboral - 25: Navidad - 31: Día no Laboral

ENERO 2018



El embarazo es un momento muy especial en la vida de la mujer.

Es normal sentir cambios de ánimo y cambios en el cuerpo.

Visítá al médico o acercate al centro de salud más cercano para empezar los controles y cuidar de tu salud y la del bebé.

ENERO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1 Año Nuevo	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	NOTAS			

ALIMENTACIÓN



Hasta los seis meses de edad el alimento más adecuado es la leche materna en forma exclusiva.



A partir de los 6 meses o cuando el pediatra lo indique además de amamantarlo podés darle alimentos blandos.



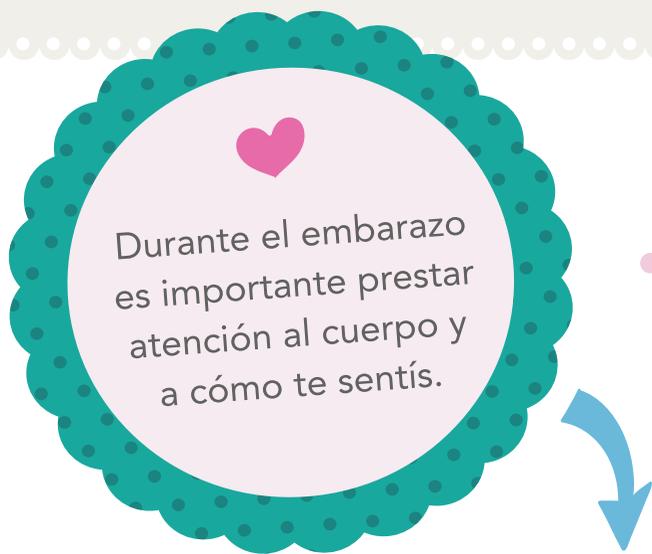
A partir del año, dieta de frutas y verduras de distintos colores, carnes y cereales cortados en pedazos pequeños.

Es bueno seguir dándole pecho después del año pues lo alimenta y lo protege de enfermedades.

DICIEMBRE 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS					1	2
3	4	5	6	7	8 Inmaculada Concepción de María.	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 Día no laboral	25 Navidad.	26	27	28	29	30
Día no laboral	31					

FEBRERO 2018



Durante el embarazo es importante prestar atención al cuerpo y a cómo te sentís.



Acercate con urgencia a un hospital ante estos signos de alarma:

- ✓ Panza dura o con dolor cada 5 minutos por más de dos horas
- ✓ Pérdida de líquido
- ✓ Pérdida de sangre como la menstruación
- ✓ Si el bebé se mueve menos que antes

FEBRERO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12 Carnaval	13 Carnaval	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	NOTAS			

El peligro aumenta cuando los bebés empiezan a gatear:

- Poné en lugar alto los productos de limpieza, insecticidas, y medicamentos.

- No dejes objetos punzantes, filosos o pequeños a su alcance.



- Protegé las ventanas con mosquiteros.

- No dejes que se asomen a la ventana.

- Tapá los enchufes que no estás usando.

NOVIEMBRE 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17 Día del prematuro	18
19 Día de la Soberanía Nacional	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

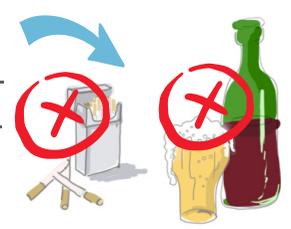
MARZO 2018



Durante el embarazo es importante alimentarse bien con una dieta variada: frutas y verduras, lentejas, lácteos, carne, cereales, agua potable, huevos.

¡Los NO!

Las bebidas alcohólicas, el cigarrillo, las drogas, y las bebidas energizantes pueden causar daños en la salud del bebé y en la tuya.



¡Importante! Lavarse las manos, lavar muy bien frutas y verduras, cocinar bien los alimentos.

MARZO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
			Día Mundial del Agua		Día Nacional de la Memoria por la Verdad y la Justicia	
26	27	28	29	30	31	
			Jueves Santo	Viernes Santo		

OCTUBRE 2018

Quemaduras

Los accidentes domésticos son una de las principales causas de consultas en los hospitales.

¡Para evitarlos, hay que prevenirlos!

- No tomes comida ni bebida caliente con el bebé en brazos.



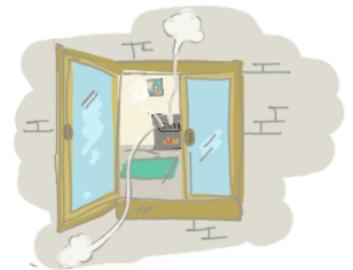
OCTUBRE 2018

- Controlá la temperatura del agua antes de bañarlo con tu codo y la de la mamadera en el revés de tu muñeca. La temperatura tiene que ser tibia.



- Cociná en las hornallas de atrás con los mangos hacia adentro.

- Ventilá los ambientes cuando uses aparatos a gas o querosén.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15 Día del Respeto a la Diversidad Cultural.	16 Día de la alimentación	17	18	19	20	21 Día de la madre
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	NOTAS			

CUALQUIER NACIMIENTO
ES UN MOMENTO ÚNICO.
DISFRUTALO.



ABRIL 2018

Algunos cuidados para recordar antes de dejar el hospital:

- ✓ Pedí que le realicen el control de ojos y oídos a tu bebé
- ✓ Pedí el calendario de vacunación
- ✓ Solicitá el análisis de Pesquisa Neonatal y recordá retirar los resultados antes del mes de nacido

Poner el bebé al pecho en los primeros minutos de vida tiene grandes beneficios para él y para vos.

ABRIL 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS						1
2 Día del Veterano y de los Caídos en la Guerra de Malvinas.	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
Día no laboral	30					

SUEÑO SEGURO

SEPTIEMBRE 2018

El bebé debe dormir en una cuna
Con colchón firme
 Sin almohadas, almohadones ni ositos
Con los brazos por fuera de las sábanas
Boca arriba
 Sin abrigo de más



SEPTIEMBRE 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAYO 2018

Cuidados del Recién Nacido

- Seguí las instrucciones del médico para limpiar el cordón umbilical
- Cambiale los pañales con frecuencia
- Lavate las manos antes y después de cambiarle los pañales



Ante cualquiera de estos signos de alarma, consultá al pediatra:

- ✓ Llanto continuo
- ✓ Piel amarilla
- ✓ Constipación
- ✓ Vómitos frecuentes

MAYO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
	1 Día del trabajador	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25 Día de la Revolución de Mayo	26	27
28	29	30	31	NOTAS		

LACTANCIA

La teta es el mejor alimento: **es placer, amor, contacto y consuelo.** Poné tu bebé al pecho.

Consejo para la bajada de la leche: masajeeate con tus manos desde la axila hacia el pezón y sacá un poco de leche antes de amamantar.



AGOSTO 2018

La prendida: fijate que abra bien la boca, que su panza esté pegada a la tuya y te mire de frente.

¿Un pecho o dos?

Dejá que tu bebé tome todo el tiempo que quiera de un lado y recién cuando lo suelte ofrecele el otro pecho.

AGOSTO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS		1 Semana Mundial de la Lactancia Materna	2	3	4	5
6 Semana Mundial de la Lactancia Materna	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19 Día del niño
20 Paso a la Inmortalidad del General José de San Martín	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31 Día de la obstetricia y embarazada		

ESTIMULACIÓN

Desde el primer día es importante alzarlos, besarlos, abrazarlos, cantarles, hablarles y acariciar a los bebés.

Evitá los gritos y las situaciones de violencia alrededor de tu bebé. Jugá con él mostrándole objetos de distintos colores y texturas.

¡Los bebés no se malcrían por un exceso de cariño!



JUNIO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17 Día del padre Día Paso a la Inmortalidad del General Martín Miguel de Güemes
18	19	20 Día Paso a la Inmortalidad del General Manuel Belgrano	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

JULIO 2018



Consejos para prevenir gripes y enfermedades respiratorias frecuentes en invierno:

- ✓ Lavarse muy bien las manos con jabón durante 20 segundos
- ✓ Ventilar los ambientes
- ✓ Al toser, o estornudar, taparse con el brazo

JULIO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOTAS						1
2	3	4	5	6	7	8
9 Día de la Independencia	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
	30	31				