

SOY GENERACIÓN MÁS SONRIENTE

1ra jornada de intensificación de
aplicación de barniz de flúor.



Del 11 al 14 de marzo de 2026

**Niñas, niños y adolescentes entre 1 y 17 años,
madres gestantes menores de 17 años.**

**Consulta tu IPS primaria, participa en el
cuidado de la sonrisa y hagamos de
esta generación la más sonriente.**


FOMAG

Administrado por
{fiduprevisora}

Evitar la malaria está en tus manos



¿Qué es?

Es una enfermedad, común en regiones tropicales, transmitida por la picadura del mosquito *Anopheles* cuando está infectado.



Signos de alarma

- Fiebre mayor a 38 grados
- Escalofríos
- Sudoración excesiva
- Dolor de cabeza y muscular



Prevención

- Usa toldillo para dormir
- Aplica repelente en piel expuesta
- Usa ropa manga larga en la noche
- Elimina aguas estancadas cerca de tu vivienda



PREVINIENDO LA OBESIDAD,

CONSTRUYENDO SALUD

El sobrepeso y la obesidad aumentan el riesgo de:

Al menos 13 tipos de cáncer
(mama posmenopáusico,
colon, riñón, tiroides, hígado,
entre otros) e hipertensión.



Apnea del sueño (pausas
respiratorias y descanso
deficiente).

Problemas articulares como
osteoartritis por desgaste
del cartílago.

Otras enfermedades crónicas
que afectan la calidad de vida.

Asma y empeoramiento de
enfermedades pulmonares
(EPOC).

Enfermedades hepáticas:
hígado graso, cirrosis y
cáncer de hígado.



Previnendo la obesidad, construyendo salud

Tips saludables

Opciones rápidas y saludables a lo largo del día.

Frutas frescas y secas
en porciones moderadas.

Verduras y hortalizas:
Bastones de zanahoria, apio, pepino, o tomates cherry.

Legumbres: Hummus (crema de garbanzos) con bastones de verdura.

Lácteos: Kumis, Yogur natural (sin azúcar añadida).



Frutos secos y semillas:
Nueces, almendras, avellanas (sin sal ni freír).

Recomendaciones clave

- Mantén horarios regulares de comida y evita ayunos prolongados.
- Bebe de 4 a 8 vasos de agua al día.
- Reduce ultraprocesados, embutidos y alimentos altos en sodio.
- Controla las porciones y come de forma equilibrada.
- Realiza actividad física regularmente. Incluye pausas activas.

Cuidar tu peso es cuidar tu salud y tu futuro.





VIRUS MANOS, PIES Y BOCA

¿Qué es?

Es una infección causada por un enterovirus.
Afecta principalmente a niños y niñas
menores de 5 años.

Síntomas principales

Fiebre y malestar
general.



Llagas dolorosas
en la boca.

Erupciones o ampollas
generalmente en manos
y pies.



Pérdida de apetito.



Cómo se transmite



A través de las heces
(cambio de pañales).



Objetos o superficies
contaminadas.



Contacto directo con saliva,
mocos o ampollas.



La prevención está en tus manos

**Lava frecuentemente tus manos con agua y jabón,
desinfecta superficies y juguetes,
evita que los niños compartan cubiertos,
vasos o toallas.**



Esta enfermedad suele desaparecer entre los 7 o 10 días posteriores al inicio de síntomas.



Si el niño o niña presenta síntomas manténlo en casa, así evitamos contagiar a otros.

NO AUTOMEDICAR,
ante síntomas
CONSULTA A TU MÉDICO.



GRAN VACUNATÓN CONTRA EL CÁNCER DE CUELLO UTERINO



MAR|26|2026

8:00 a.m. - 4:00p.m.

Acércate a tu punto de vacunación más cercano



Vacunación gratuita

Para niñas, niños
y adolescentes



de 9 a 17 años

**¡Vacunarse es un
acto de amor que
salva vidas!**



Administrado por
{fiduprevisora}

¿QUÉ ES EL VPH?

1 El Virus del Papiloma Humano (VPH) se transmite por contacto sexual.

Algunos tipos pueden causar:



Cáncer de cuello uterino



Otros tipos de cáncer

La vacunación
ayuda a prevenirlo





SÍNTOMAS DEL VPH

En algunos casos puede presentar:

- 
- ❗ Verrugas genitales
 - ❗ Dolor al tener relaciones sexuales
 - ❗ Sangrado vaginal anormal
 - ❗ Picazón o irritación genital



MUCHAS PERSONAS CON VPH NO PRESENTAN SÍNTOMAS

La única forma de detectarlo es
con pruebas médicas, como:



Citología



Prueba de VPH

3

Por eso la
prevención
es clave

