

# FOMAG – Resolución 3280 de 2018

## Promoción y mantenimiento de la salud por curso de vida

### ¿QUÉ ES EL CURSO DE VIDA?

Es la organización de la atención en salud según la edad.  
 Permite promover la salud, prevenir enfermedades y detectar riesgos de forma oportuna.



- Promoción de la salud
- Detección temprana de riesgos
- Prevención de la enfermedad
- Atención integral continua

#### PRIMERA INFANCIA (0–5 AÑOS)

- Vacunación según esquema nacional
- Control de crecimiento y desarrollo
- Evaluación nutricional
- Salud oral
- Estimulación del desarrollo infantil



El cuidado en los primeros años es fundamental para un desarrollo saludable.

#### INFANCIA (6–11 AÑOS)

- Crecimiento y desarrollo
- Salud visual, auditiva y oral
- Promoción de hábitos saludables
- Actividad física
- Prevención de enfermedades



La infancia es clave para fortalecer hábitos de vida saludables.

#### ADOLESCENCIA (12–17 AÑOS)

- Salud mental y emocional
- Salud sexual y reproductiva
- Vacunación según esquema
- Prevención de consumo de sustancias
- Prevención de violencias



Acompañar esta etapa fortalece el bienestar físico y emocional.

#### JUVENTUD (18–28 AÑOS)

- Estilos de vida saludables
- Actividad física y nutrición
- Salud mental
- Planificación familiar
- Prevención de enfermedades



El autocuidado es la base de una vida saludable.

#### ADULTEZ (29–59 AÑOS)

- Control de presión arterial y peso
- Prevención de enfermedades crónicas
- Salud mental y manejo del estrés
- Salud sexual y reproductiva
- Hábitos de vida saludables



La prevención oportuna protege tu salud a largo plazo.

#### VEJEZ (60 AÑOS Y MÁS)

- Control de enfermedades crónicas
- Evaluación funcional y movilidad
- Salud mental y cognitiva
- Prevención de caídas
- Acompañamiento integral



Envejecer con calidad de vida es posible con cuidado continuo.



FOMAG invita a sus afiliados a participar activamente en las actividades de **Promoción y Mantenimiento de la Salud.**

Asistir a tiempo a los controles permite prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida.