

MIS PRIMEROS MIL DÍAS Y MIS SEGUNDOS MIL DÍAS EN SAN JUAN

Juancito nos cuenta cómo fue creciendo y cómo toda la familia fue conociendo de a poco la Iniciativa que busca cuidar su crecimiento y desarrollo.

Revista del Programa Mis Segundos Mil Días en San Juan. Propiedad del Ministerio de Salud Pública del Gobierno de la Provincia de San Juan.

ENTREGA GRATUITA. PROHIBIDA SU VENTA.

MIS PRIMEROS MIL DÍAS EN SAN JUAN

¡Hola! Soy Juancito, tengo 4 SEMANAS y estoy en la panza de mi mamá.

Ella recién se entera que está embarazada. Es muy importante que se acerque a los Centros de Salud para hacerse los controles en el embarazo hasta que yo nazca.

En el primer control de embarazo le entregaron la Libreta Sanitaria que llevará el registro de todo el embarazo, los datos del parto, y luego mis datos hasta la adolescencia.

A algunos controles la acompaña mi papá y a otros va con mi abuela. ¡Qué importante que mi mamá esté acompañada y cuente con el apoyo de todos los que la quieren!

Gracias a los controles mi mamá conoce los síntomas de alarma en el embarazo y que ante una urgencia no tiene que dudar en consultar.

Éstos son algunos de los consejos que le dieron a mi mamá en la iniciativa “Mis Primeros mil días en San Juan”:

MIS PRIMEROS MIL DÍAS EN SAN JUAN

DESDE EL INICIO DEL EMBARAZO VISITÁ AL EQUIPO DE SALUD CON REGULARIDAD



NO TE OLVIDES DE MANDAR TU SMS PARA RECIBIR INFORMACIÓN EN TU TELEFONO

NO TE OLVIDES DEL CONTROL ODONTOLÓGICO Y DE HACERTE TU PAP

PRACTICÁ EJERCICIOS CON MODERACIÓN



COCINÁ MUY BIEN LOS ALIMENTOS



TE AYUDARÁ A PREPARAR TU CUERPO PARA EL NACIMIENTO

TU ÁNIMO PUEDE CAMBIAR. SI NECESITAS AYUDA, CONSULTANOS