

Cada uno de sus hijas o hijos menores de 10 años tienen derecho a recibir una cartilla como ésta. Les sirve para conocer las acciones de **Promoción y Prevención para una mejor salud** que deben recibir de acuerdo a su edad.



**GOBIERNO
FEDERAL**



SALUD

Esta Cartilla se otorga y utiliza en todas las unidades médicas de la SS, IMSS, ISSSTE, DIF, PEMEX, SEDENA, SEMAR y del sector privado.

Además, la Cartilla le servirá para que le registren sus próximas citas a los diferentes servicios de la institución.

CARTILLA NACIONAL DE SALUD

SEMAR

SEDENA

Niñas y niños de 0 a 9 años

CARTILLA NACIONAL DE VACUNACIÓN

GRATUITA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



**CADA VEZ QUE LLEVE A SU NIÑA
O NIÑO A LA UNIDAD MÉDICA, SOLICITE
AL PERSONAL MÉDICO O DE ENFERMERÍA, QUE:**

- Revise su Cartilla Nacional de Salud
- Vigile su peso y estatura
- Le realice las actividades de protección específica, principalmente la aplicación de las vacunas que correspondan
- Le informe las acciones para prevenir enfermedades y le realicen las pruebas de detección de acuerdo a la edad
- Registre su próxima cita
- Le oriente y capacite sobre los cuidados para conservar o recuperar la salud de su hija o hijo
- Anote en su Cartilla la fecha de las acciones que le practicaron

**VIGILE QUE LE REALICEN A SU HIJA O
HIJO TODAS LAS ACCIONES CONTENIDAS
EN ESTA CARTILLA. SU PARTICIPACIÓN
ES ESENCIAL PARA MANTENER SU SALUD**

Esta Cartilla Nacional de Salud es un documento de carácter personal, donde se lleva el control de los servicios de promoción de la salud y prevención de enfermedades para una mejor salud de su niña o niño.

RECOMENDACIONES:

- Consérvela en las mejores condiciones
- Cuidela. Es un documento necesario para el ingreso de su hija o hijo a la escuela
- Para su mayor comodidad solicite cita programada al teléfono: _____
- Acuda puntualmente a su cita el día y a la hora programada
- En caso de que su hija o hijo presente una urgencia, acuda inmediatamente al servicio de urgencias de su unidad médica
- Siga todas las instrucciones del personal médico, de enfermería o de otro prestador de servicios de salud

ACTIVIDAD FÍSICA

ACCIÓN	FECHA				
ESTABLECIMIENTO DE PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA					

NUTRICIÓN

COMPLEMENTOS NUTRICIONALES		
ACCIÓN	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	FECHA
VITAMINA "A" (Al nacimiento y en Semanas Nacionales de Salud)	INFECCIONES RESPIRATORIAS AGUDAS Y DIARREAS	
HIERRO En niños con bajo peso al nacer o prematuros, a partir de los 2 meses de edad En niños con peso normal al nacer, a partir de los 4 meses de edad	ANEMIA	Fecha de inicio
		Fecha de término
OTROS		

Evita ver televisión o videojuegos más de 2 horas al día.

¡ACTÍVATE!

Mínimo 30 minutos todos los días: camina, sube y baja escaleras, anda en bicicleta, juega la pelota o de 3 a 5 veces a la semana realiza tu deporte favorito.

ESQUEMA DE VACUNACIÓN

VACUNA	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	DOSIS	EDAD Y FRECUENCIA	FECHA DE VACUNACIÓN
BCG	TUBERCULOSIS	ÚNICA	AL NACER	
HEPATITIS B	HEPATITIS B	PRIMERA	AL NACER	
		SEGUNDA	2 MESES	
		TERCERA	6 MESES	
PENTAVALENTE ACELULAR DPaT + VPI + Hib	DIFTERIA, TOSFERINA, TÉTANOS, POLIOMIELITIS E INFECCIONES POR <i>H. influenzae b</i>	PRIMERA	2 MESES	
		SEGUNDA	4 MESES	
		TERCERA	6 MESES	
		CUARTA	18 MESES	
DPT	DIFTERIA, TOSFERINA Y TÉTANOS	REFUERZO	4 AÑOS	
ROTAVIRUS	DIARREA POR ROTAVIRUS	PRIMERA	2 MESES	
		SEGUNDA	4 MESES	
		TERCERA	6 MESES	

PREVENCIÓN DE ADICCIONES

ACCIONES					
	Fecha	Fecha	Fecha	Fecha	Fecha
	INFORMACIÓN				
OTRAS ACCIONES					

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y LESIONES

ACCIONES					
	Fecha	Fecha	Fecha	Fecha	Fecha
	INFORMACIÓN				
ORIENTACIÓN					

ESQUEMA DE VACUNACIÓN

VACUNA	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	DOSIS	EDAD Y FRECUENCIA	FECHA DE VACUNACIÓN
NEUMOCÓCICA CONJUGADA	INFECCIONES POR NEUMOCOCO	PRIMERA	2 MESES	
		SEGUNDA	4 MESES	
		REFUERZO	12 MESES	
INFLUENZA	INFLUENZA	PRIMERA	6 MESES	
		SEGUNDA	7 MESES	
		REVACUNACIÓN	ANUAL HASTA LOS 59 MESES	
		REFUERZO		
SRP	SARAMPIÓN, RUBÉOLA Y PAROTIDITIS	PRIMERA	1 AÑO	
		REFUERZO	6 AÑOS	
SABIN	POLIOMIELITIS		ADICIONALES	
SR	SARAMPIÓN Y RUBÉOLA		ADICIONALES	
OTRAS VACUNAS				

PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES

ACCIÓN	FRECUENCIA	FECHA
ATENCIÓN PREVENTIVA AL RECIÉN NACIDO (Profilaxis oftálmica y ministración de vitamina K)	EN EL MOMENTO DE NACER, POR EL MÉDICO O ENFERMERA QUE RECIBE AL NIÑO	
QUIMIOPROFILAXIS PARA TUBERCULOSIS PULMONAR	CUANDO EL MENOR TIENE CONTACTO COTIDIANO CON PERSONAS CON TUBERCULOSIS PULMONAR ACTIVA	Inicio de tratamiento
		Fin de tratamiento

SALUD BUCAL

- A partir del nacimiento, el personal de salud orientará al responsable del menor, sobre la higiene dental y los cuidados de la boca.
- A partir de los 3 años de edad, realizar acciones preventivas, cada seis meses o al menos una vez al año, para prevenir caries dental y enfermedad de la encía.

ACCIÓN	FECHA					
DETECCIÓN DE PLACA BACTERIANA			1 ^{er}	semestre		
			2 ^o	semestre		
ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA DE CEPILLADO DENTAL (Desde el primer año de edad)			1 ^{er}	semestre		
			2 ^o	semestre		
APLICACIÓN DE FLÚOR (A partir de los 3 años al menos una vez al año)			1 ^{er}	semestre		
			2 ^o	semestre		
ENSEÑANZA DE USO DEL HILO DENTAL (A partir de los 8 años de edad)			1 ^{er}	semestre		
			2 ^o	semestre		

DETECCIÓN DE ENFERMEDADES

DETECCIONES REALIZADAS POR MÉDICOS Y ENFERMERAS		EDAD RECOMENDADA	FECHA																		
TAMIZ NEONATAL AMPLIADO	HIPOTIROIDISMO	AL NACIMIENTO O ANTES DE LOS CINCO DÍAS DE VIDA																			
	HIPERPLASIA ADRENAL, FENILCETONURIA, DEFICIENCIA DE BIOTINIDASA Y GALACTOSEMIA CLÁSICA	ENTRE EL 3 ^o Y EL 5 ^o DÍA DE VIDA																			
EXPLORACIÓN DE INTEGRIDAD VISUAL (Sólo por el médico)		ANTES DE LOS 28 DÍAS																			
EXPLORACIÓN DE LA FUNCIÓN VISUAL (Sólo por el médico)		DE SEIS A OCHO MESES																			
AGUDEZA VISUAL		ENTRE LOS CUATRO Y SEIS AÑOS																			
ATRESIA DE VÍAS BILIARES	<p align="center">Carta colorimétrica visual</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">ANORMAL</th> <th colspan="3">NORMAL</th> </tr> <tr> <th>1</th><th>2</th><th>3</th> <th>4</th><th>5</th><th>6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>Esta Carta fue diseñada para identificar enfermedades de las vías biliares y evitar daño irreversible en el hígado de tu hijo. Es importante que compares el color de las heces fecales de tu bebé con los de esta Carta a partir de los 7 y hasta los 30 días de vida. Si las evacuaciones son semejantes a los cuadros 1, 2 ó 3 de esta tarjeta, es ANORMAL y de ser así ¡NO ESPERES! lleva de inmediato a tu bebé a la unidad de salud que te corresponda, en donde le solicitarán los estudios de laboratorio necesarios y valoración por su médico familiar. En caso de ser necesario su médico familiar enviará a tu bebé con el médico pediatra para complementar su atención.</p> <p>Si las heces fecales son parecidas a los cuadros 4, 5 ó 6 esto es normal. ¡La salud y el bienestar de tu hijo depende de que sea atendido a tiempo!</p>			ANORMAL			NORMAL			1	2	3	4	5	6						
	ANORMAL			NORMAL																	
1	2	3	4	5	6																
OTRAS DETECCIONES																					