

BOLETIN DE MARZO

CON EL EQUIPO DE SALUD

Semana Nacional de Prevención de Envenenamientos 16 al 22 de marzo



Una semana dedicada a la prevención de intoxicaciones, aprendiendo más sobre seguridad en caso de intoxicaciones. Durante la Semana Nacional de Prevención del Envenenamiento (NPPW), el Centro de Control de Envenenamiento de California destaca los peligros del envenenamiento y promueve la prevención del envenenamiento en nuestra comunidad.

Acerca de CPCS

CPCS es el Centro de Toxicología designado y acreditado para el estado de California. Llame al Centro de Toxicología al 1-800-222-1222 (el número es el mismo en todos los estados) si tiene preguntas sobre situaciones de intoxicación. Farmacéuticos, enfermeros y otros proveedores capacitados están disponibles para ayudar las 24 horas del día, los siete días de la semana. Traducción de idiomas en más de 200 idiomas. El servicio es gratuito, confidencial y hay intérpretes disponibles.



Recursos

CPCS: <https://calpoison-org.translate>.

Facebook:

Youtube: <https://www.youtube.com/CPCS>

Reciba consejos diarios via textos:

Reciba consejos envíe la palabra

PUNTOS al 20121 para obtener informacion en espanol.



Día Nacional de Doctores



Celebramos el Día Nacional del Médico en Estados Unidos el 30 de marzo de cada año, en honor a la dedicación y compasión que demuestran diariamente más de un millón de médicos que brindan atención médica a pacientes en todo el país.

<https://nationaldoctorsday-org.translate>

Cruz Roja

La Cruz Roja Estadounidense es una organización benéfica, no una agencia gubernamental. Dependemos de los voluntarios y de la generosidad de personas como usted para brindar nuestros servicios misioneros. Cada marzo, honramos a personas como usted que hacen posible la misión de salvar vidas de la Cruz Roja Estadounidense: las personas de todo el país que convierten la compasión en acción, ayudando a otros en tiempos de crisis. Nuestra celebración del Mes de la Cruz Roja ha sido una tradición anual desde 1943.

<https://www.redcross.org/red-cross-month>.

Recursos para el entrenamiento para ir al baño

Típicamente los niños aprender a ir al baño con éxito cuando tienen entre 2 y 3 años. Para obtener más información, visite: [Potty training \(Entrenamiento para dejar el pañal\): How to get the job done \(Cómo lograrlo\) - Mayo Clinic](#)

<https://www.healthychildren.org/spanish/ages-stages/toddler/toilet-training/paginas/creating-a-toilet-training-plan.aspx>



BOLETIN DE MARZO

CON EL EQUIPO DE SALUD

El Cumpleaños de Dr. Seuss! es el mes Nacional de la lectura

En honor al cumpleaños del Dr. Seuss, Marzo está designado como el Mes Nacional de la Lectura, con el objetivo de motivar a las personas de todas las edades a leer todos los días. Sirve como un recordatorio de los beneficios de la lectura y su papel en la educación y el desarrollo personal. Te animamos a que participes en esta divertida y festiva actividad. Haga clic en los enlaces a continuación para aprender consejos como fomentar y cultivar el amor por la lectura a sus hijos.



https://blog-allaboutbooks-org.translate.goog/national-reading-month-the-importance-of-reading?sl=en&x_tr_tl=es&x_tr_hl=en-US&x_tr_pto=wapp

Alergias primaverales

Las alergias estacionales son causadas por diferentes alérgenos que alcanzan su punto máximo durante otras estaciones.

- Primavera: el polen de los árboles se libera en el aire
- Verano: el polen de la hierba alcanza su punto máximo
- Otoño: polen de malezas, especialmente ambrosia
- Invierno: la mayoría de los alérgenos del exterior permanecen inactivos

Entrar en contacto con un alérgeno provoca una reacción del sistema inmunitario que puede inflamar la piel, las vías respiratorias o el sistema digestivo.

En caso de reacciones alérgicas graves, llamada anafilaxia, llame al **911** o al número local de emergencias.

Haga clic en los enlaces a continuación para estar informado

Grupo médico de alergias y asma de California
Allergy season calendar: Best and worst months



Como navegar el horario de verano en familia

- Según los pediatras, el horario de verano puede ser complicado para los niños, ya que deben adaptarse al nuevo horario de sueño.
- Tiene un gran impacto en los niños a medida que la mañana se oscurece y las noches permanecen iluminadas por más tiempo.
- Esto puede alterar el horario del dormir-despertar de los niños, lo que afecta a todo el día.
- Además, los niños pueden prosperar con rutinas predecibles.

Si desea obtener más consejos excelentes para ayudar a sus hijos a adaptarse al horario de verano, haga clic en los enlaces a continuación.

https://www-parents-com.translate.goog/kids/sleep/tips/daylight-saving-time/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en-US&_x_tr_pto=wapp

https://healthier-stanfordchildrens-org.translate.goog/en/?p=24458&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en-US&_x_tr_pto=wapp

https://www-parents-com.translate.goog/baby/sleep/basics/baby-and-children-sleep-chart/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en-US&_x_tr_pto=wapp



First 5

De acuerdo con los expertos en desarrollo infantil, cada vez que lees o le cuentas cuentos a tu hijo, ¡estás ayudando a que su cerebro se desarrolle y se fortalezca! Haga clic en el enlace a continuación para obtener más información sobre cómo leer con su hijo en cada etapa del desarrollo.

<https://www.first5california.com/es-mx/articles/how-to-read-with-your-child-at-every-age-preschooler/>

