



SEXUALIDAD SEGURA. P.2

Día Mundial del preservativo: su uso cayó un 30% en todo el mundo

Cada 13 de febrero se conmemora el Día Mundial del Preservativo, el método más sencillo y económico para prevenir infecciones graves y embarazos no deseados.

En las Américas. / P. 4

MOSQUITOS:
ALERTA POR
CHIKUNGUNYA

→ VUELTA A CLASES. P.4

HÁBITOS SALUDABLES COMO EJE EDUCATIVO



Con el inicio de un nuevo ciclo lectivo, la vuelta a clases es una oportunidad para poner el foco en la salud integral de niñas, niños y adolescentes. Controles médicos al día, vacunación completa y hábitos saludables no solo previenen enfermedades: también impactan de forma directa en el aprendizaje, la atención y el bienestar emocional. El control de la salud escolar anual permite evaluar el crecimiento y el desarrollo, el estado nutricional y detectar a tiempo dificultades visuales o auditivas que pueden afectar el rendimiento en el aula. También es el momento indicado para actualizar antecedentes de salud, identificar necesidades de apoyo y revisar el esquema de vacunación.

P.4

CHAPUZÓN
SEGURO

→ CONOCER PARA PREVENIR P.3



Tratamiento preventivo. La vacunación salva vidas y evita brotes de enfermedades erradicadas.

La importancia de la vacunación como acto individual y comunitario

Las vacunas cuidan a quienes más lo necesitan de enfermedades graves como el sarampión, la tos convulsa, la meningitis y la tuberculosis.

➔ EN LAS AMÉRICAS

Alerta por chikungunya

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) emitió una alerta epidemiológica ante el aumento sostenido de casos de chikungunya en la región de las Américas desde finales de 2025 y principios de 2026, así como la reanudación de la transmisión autóctona en áreas que no registraban circulación del virus desde hace varios años. Aunque esta dinámica es consistente con patrones esperados en zonas con presencia del mosquito vector *Aedes aegypti*, determinantes ambientales favorecen la reproducción de mosquitos. “El chikungunya se diseminó en las Américas en 2013 y, tras años de baja transmisión, estamos observando un resurgimiento”, afirmó Sylvain Aldighieri, Director de Prevención, Control y Eliminación de Enfermedades Transmisibles de la OPS. “El objetivo de esta alerta es que los trabajadores de salud y los gobiernos se preparen para posibles rebrotes y planifiquen campañas de información a la población”. ■

➔ CORREO DE LECTORES

vidaysalud@dib.com.ar

vida&salud hoy

Semana del 12 al 18 de febrero de 2026.
Edición N°1415. Año 24.

Medios Gráficos que insertan el suplemento en sus ediciones e imprimen en sus talleres:
Ecos Diarios, Necochea. Calle 56 N°3011
El Debate, Zárate. Justa Lima N° 950
El Progreso, General Alvear. Alsina N°231
El Tiempo, Azul. Burgos y Belgrano
La Mañana, Bolívar. Alvear N°47
La Mañana, 25 de Mayo. Calle 11 e/ 23 y 24 N° 457
La Opinión, Trenque Lauquen. Roca N°752
La Razón, Chivilcoy. Av. Sarmiento N°74
La Voz de Bragado, Bragado. Belgrano N°1650
La Voz del Pueblo, Tres Arroyos. Av. San Martín N°991
Noticias, Pehuajó. Av. Perón N°370
Resumen, Pilar. San Martín N°128
El Progreso, Hurlingham. Julio A. Roca N°1065
Tiempo, Nueve de Julio. Libertad N°759
TiempoSur, Santa Cruz. Comodoro Rivadavia N°175
Impacto, de Los Toldos. Avellaneda N°604

Es una publicación propiedad de **Diarios Bonaerenses S.A.**

Edición periodística: Marien Chaluf
mchaluf@dib.com.ar - marienchaluf@gmail.com

Oficina Central
Calle 48 N° 726, piso 4º. La Plata, Buenos Aires.
Telefax: (0221) 4220054 / 4220084

Contactos
E-mail: editor@dib.com.ar
E-mail: publicidad@dib.com.ar
Internet: www.dib.com.ar
Registro DNDA en trámite

POR UNA SEXUALIDAD RESPETUOSA Y SEGURA

Día Mundial del Preservativo: su uso cayó un 30% en el mundo

Cada 13 de febrero se conmemora el Día Mundial del Preservativo, el método más sencillo y económico para prevenir infecciones graves y embarazos no deseados.

■ Desde 2009, cada 13 de febrero - un día antes de San Valentín - se conmemora el Día Mundial del Preservativo, con el objetivo de promover programas públicos que garanticen su acceso gratuito a toda la sociedad y generar conciencia sobre los beneficios de uso para mantener relaciones sexuales cuidadas y respetuosas.

La prevención del VIH y de otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) está en riesgo por la falta de financiamiento y de acceso a preservativos. De acuerdo a las estadísticas del Global AIDS Update 2025 de ONUSIDA, entre 2016 y 2022 la compra internacional de preservativos cayó cerca de un 30% en comparación con el periodo 2010–2016. Al mismo tiempo, las iniciativas de promoción del preservativo en países de ingresos bajos y medianos se redujeron casi un 50% desde 2010, debilitando tanto el incentivo a su uso como su disponibilidad en comunidades clave. En Argentina la situación es aún más compleja: de acuerdo a una publicación del sitio Chequeado, en 2024 la distribución de preservativos cayó un 64 %, mientras que en 2025 el Ministerio de Salud de la Nación no alcanzó a asignar los preservativos comprados para distribución gratuita debido a que ingresaron al

stock el pasado 16 de diciembre y permanecieron en cuarentena.

Datos recopilados de los Centros Comunitarios de Salud Sexual (CCSS) de AHF Argentina, correspondientes a 2024 y 2025, indican que la disminución del uso del preservativo es una problemática que atraviesa a la sociedad en su conjunto. No obstante, es la población joven la que concentra los niveles más altos de ITS. Los varones heterosexuales cis representan el 77,7% de los diagnósticos positivos, seguidos por mujeres (20,1%), mujeres trans (1,9%) y varones trans (0,4%).

La positividad de diagnósticos alcanza el 17% en adolescentes de 14 a 19 años, 18% entre los 20 y 24, y 19% en el grupo de 25 a 29 años, manteniéndose elevada hasta los 39. A partir de los 40 años, el porcentaje comienzan a descender, aunque el uso consistente del preservativo continúa por debajo de lo esperado en todas las franjas etarias. En mayores de 50 años se observa un menor porcentaje de diagnósticos de ITS y un alza en el uso consistente del preservativo, posiblemente asociado al impacto residual de las campañas masivas de prevención realizadas décadas atrás.

RESPONSABILIDAD POLÍTICA

Este panorama debe llamar a la acción a la sociedad civil y los responsables de generar políticas públicas desde el Estado, ya que los gobiernos cada vez dispensan menos partidas de dinero para la compra y distribución de preservativos, tanto como método anticonceptivo como de prevención de graves infecciones, algo regulado por ley.



Hábito. El profiláctico es el método más sencillo y económico para prevenir infecciones graves y embarazos no deseados.

En Argentina, la Ley Nacional 25.673 de Salud Sexual y Procreación Responsable garantiza el acceso gratuito a preservativos en hospitales y centros de salud públicos. Además, obras sociales y prepagas deben cubrir el 100% de los métodos anticonceptivos, incluyendo preservativos, con receta médica.

Al respecto, médico Miguel Pedrola, Director Científico para

Latinoamérica y Caribe de AIDS Healthcare Foundation (AHF), señaló: “Los datos confirman la urgencia de fortalecer estrategias de prevención combinada, con especial foco en juventudes, pero sin descuidar a las personas adultas y mayores. Debemos garantizar el acceso al testeo, información clara y distribución de preservativos gratuitos en todas las etapas de la vida”. ■

➔ **En Argentina, la Ley de Salud Sexual garantiza el acceso gratuito a preservativos en centros de salud.**

POBREZA, SALUD Y CUIDADO

La cuestión económica impacta de lleno en las conductas culturales: con un tercio de la población viviendo por debajo de la línea de pobreza en América Latina y El Caribe, y con un porcentaje que asciende a casi el 50% en el caso de los jóvenes, es urgente garantizar la disponibilidad de los preservativos de forma gratuita y sin estigmas en centros de salud pública, espacios de entretenimiento e incluso en los sistemas de transporte público.

Los preservativos son el método más económico, accesible y fácil de usar para que las personas ejerzan su

sexualidad de manera segura, cuidada y desde el respeto a la otra persona. Ya sean externos (peneanos) o internos (de uso vaginal), su uso es clave para la prevención de más de 20 Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y de embarazos no planificados.

“En América Latina y el Caribe, el VIH sigue siendo una preocupación importante, y el aumento de las tasas de infecciones de transmisión sexual, en particular la sífilis, deja claro que la prevención está fallando”, afirmó Patricia Campos, directora del Buró de AHF para América Latina y el Caribe. “Los preservativos siguen



funcionando, son accesibles y permiten que las personas se protejan a sí mismas, pero el acceso sigue siendo desigual y el estigma continúa siendo una barrera. Si queremos fre-

nar las nuevas infecciones por VIH y otras ITS, los gobiernos deben tratar los preservativos como una responsabilidad pública y no como un lujo personal”, sumó.

SON SEGURAS, GRATUITAS Y OBLIGATORIAS

Vacunación: mantener los esquemas al día es un acto individual y comunitario

Las vacunas previenen patologías graves como el sarampión, la tos convulsa, la tuberculosis y la meningitis. La importancia de informarse para cuidarse y prevenir brotes.

Ante las bajas tasas de vacunación que se registran en el país y a nivel mundial, el gobierno bonaerense pidió a las familias que mantengan actualizado el Calendario Nacional, para proteger a niños, niñas y adolescentes y a la sociedad en general, ya que vacunarse es una acción individual y, a su vez, comunitaria.

“Vacunar a chicas y chicos es una forma de cuidarlos hoy y protegerlos mañana. Las vacunas previenen patologías graves, cuidan a quienes más lo necesitan y evitan que vuelvan enfermedades ya erradicadas. Son seguras, gratuitas y obligatorias”, indicaron desde el Ministerio de Salud provincial, con ánimo de generar conciencia de su importancia.

En este momento, es crucial actualizar los esquemas indicados de inmunización para la prevención del sarampión, la tos convulsa (coqueluche), tuberculosis y meningitis, patologías graves, que pueden causar la muerte, y que pueden prevenirse con un simple pinchazo.

Para los y las bonaerenses, las vacunas del Calendario Nacional están disponibles en todos los centros de salud - hospitales, salitas - y vacunatorios de los 135 distritos de la provincia.

SABER PARA PREVENIR

•Sarampión

El sarampión es una enfermedad viral, eruptiva-febril de transmisión respiratoria y altamente contagiosa, que se disemina rápida y fácilmente de persona a persona y puede llegar a ser mortal. Los casos de mayor gravedad se dan en niños menores de 5 años y personas con inmunocompromiso o desnutrición. La vacuna es la única manera de prevenir la enfermedad.

Vacuna: A partir del 1º de enero del 2026 el esquema de vacunación

con triple viral será:

■ **Primera dosis:** vacuna triple viral a los 12 meses de edad.

■ **Segunda dosis:** vacuna triple viral entre los 15 y 18 meses de edad, aplicable a niños nacidos desde el 1º de julio de 2024.

A fin de garantizar que todos los niños completen su esquema de vacunación de 2 dosis se continuará vacunando, en el año en que cumplen 5 años de edad, a las cohortes nacidas en 2021, 2022, 2023 y en los primeros 6 meses de 2024.

•Tos convulsa o Coqueluche

Coqueluche es una enfermedad que presenta síntomas leves de las vías respiratorias superiores, y progresa hacia una tos, generalmente paroxística (fase paroxística), caracterizados por una inspiración forzada (reprise) y que suele ser seguida de vómitos. En los lactantes su curso suele ser atípico pudiendo presentar apnea y cianosis. La fiebre está ausente o es mínima. En niños vacunados y adultos, la enfermedad puede presentarse como tos crónica, hasta 10 semanas de duración. Los casos son más graves en menores de 6 meses de vida, especialmente en lactantes prematuros, niños no vacunados y en hijos de madres que no hayan recibido vacuna durante el embarazo

Vacuna:

Según el Calendario Nacional de Vacunación, la vacuna está indicada en los siguientes grupos etarios y poblacionales:

■ **2, 4 y 6 meses:** vacuna quintuple o pentavalente (esquema primario).

■ **15-18 meses:** vacuna quintuple o pentavalente (primer refuerzo).

■ **5 años (cohorte 2020):** vacuna triple bacteriana celular (segundo refuerzo).

■ **11 años (cohorte 2014):** triple



Beneficios. La vacunación salva vidas y evita brotes de enfermedades graves.

bacteriana acelular (tercer refuerzo).

Embarazadas: una dosis de triple bacteriana acelular en cada embarazo a partir de la semana 20 de gestación, independientemente del antecedente de vacunación.

Convivientes con recién nacidos prematuros de menos de 1500 gramos: una dosis de triple bacteriana acelular.

Personal de salud en contacto con niños menores de un año: una dosis de triple bacteriana acelular cada 5 años.

•Tuberculosis

La tuberculosis es una enfermedad prevenible, tratable y curable causada por una bacteria llamada Mycobacterium tuberculosis, también conocida como bacilo de Koch.

De acuerdo a la localización de la enfermedad, se habla de tuberculosis pulmonar, cuando el órgano afectado es el pulmón. Esta es la forma más común. La tuberculosis extrapulmonar es la tuberculosis que afecta a órganos y tejidos fuera de los pulmones. Son formas más graves y pueden producir artritis, meningitis, osteomielitis, entre otras secuelas.

Vacuna:

Deben vacunarse todos los recién nacidos con la BCG para prevenir formas graves de tuberculosis como por ejemplo la meningitis. Es una dosis, antes de egresar de la maternidad. Luego de la aplicación es común que se forme una pequeña elevación de la piel (nódulo) y deje una cicatriz en el sitio de aplicación. Una única dosis es suficiente.

•Meningitis

La meningitis es la inflamación de las membranas que cubren al cerebro. La causa infecciosa es la

más frecuente y dentro de ésta, los virus y las bacterias son los más comunes. Las meningitis bacterianas pueden poner en riesgo la vida o dejar secuelas neurológicas permanentes si no son tratadas a tiempo con antibióticos.

Vacuna:

La vacuna antimeningocócica conjugada tetravalente (ACYW) es la que se encuentra disponible gratuitamente en el Calendario Nacional de Vacunación para proteger contra las infecciones graves causadas por meningococo (enfermedad meningocócica invasiva) y sus potenciales complicaciones. Existen dos esquemas diferenciados según etapa de la vida:

Lactantes

- **1ª dosis:** 3 meses de vida.
- **2ª dosis:** 5 meses de vida.
- **1er. refuerzo:** 15 meses de vida.
- Estas dosis tienen el objetivo de proteger de la enfermedad al grupo etario más vulnerable y con mayor riesgo de enfermar y morir.

Adolescentes: Una dosis única a los 11 años (quienes cumplan 11 años entre enero y diciembre del corriente año).

➔ **“Vacunar a chicas y chicos es una forma de cuidarlos hoy y protegerlos mañana”.**



LA SALUD EN EL ÁMBITO ESCOLAR

Vuelta a clases: inculcar hábitos saludables como estrategia educativa

Vacunación al día, alimentación, control de pediculosis, restricción en el uso de pantallas, cuidado físico en la carga de mochilas y respeto de las horas de sueño son ejes centrales para el cuidado de los más chicos.



Acciones. Controles médicos al día, vacunación completa y hábitos saludables no solo previenen enfermedades: también impactan de forma directa en el aprendizaje.

Con el inicio de un nuevo ciclo lectivo, la vuelta a clases es una oportunidad para poner el foco en la salud integral de niñas, niños y adolescentes. Controles médicos al día, vacunación completa y hábitos saludables no solo previenen enfermedades: también impactan de forma directa en el aprendizaje, la atención y el bienestar emocional.

“El control de la salud escolar anual permite evaluar el crecimiento y el desarrollo, el estado nutricional y detectar a tiempo dificultades visuales o auditivas que pueden afectar el rendimiento en el aula. También es el momento indicado para actualizar antecedentes de salud, identificar necesidades de apoyo y revisar el esquema de vacunación”, señaló la doctora Valeria El Haj, Directora Médica Nacional de OSPEDYC. Y añadió: “La vacunación es una responsabilidad individual y comunitaria. El Calendario Nacional de Vacunación incluye vacunas obligatorias, gratuitas y disponibles en hospitales y centros de salud públicos, sin orden médica. Verificar el carnet y completar las dosis antes del inicio escolar —especialmente en el ingreso a primer grado y en la preadolescencia— es importante en un contexto de baja

en la vacunación y mayor riesgo de reaparición de enfermedades prevenibles en el ámbito escolar”.

Otro tema frecuente en esta etapa es la pediculosis, ya que se trata de una condición común en la población escolar. La detección temprana, la revisión periódica del cuero cabelludo y la consulta con el equipo de salud para tratamientos adecuados ayudan a evitar su propagación.

La alimentación también cumple un rol central en la vuelta a la rutina. Un desayuno diario y viandas equilibradas, con frutas, verduras, lácteos y agua segura, favorecen la atención, la memoria y el rendimiento escolar. Sostener estos hábitos desde el hogar y reforzarlos en la escuela marca la diferencia.

“En cuanto al cuidado físico, es importante prestar atención a la carga de la mochila, que no debería superar el 15% del peso corporal, y al uso correcto de ambas correas para prevenir dolores de espalda. A esto se suman los cuidados diarios frente al sol y los mosquitos, especialmente en regiones con circulación de dengue, con el uso de protector solar, repelente y gorro para actividades al aire libre”, sostuvo la especialista.

PANTALLAS Y CONTENCIÓN EMOCIONAL

El uso de pantallas merece un capítulo aparte. La exposición excesiva se asocia a dificultades en la concentración, el sueño y el rendimiento escolar. Limitar el

tiempo de uso recreativo según la edad, evitar la multitarea digital y promover espacios de estudio libres de pantallas ayuda a recuperar la atención sostenida. También es fundamental cuidar el descanso: dormir entre 8 y 10 horas por noche y evitar pantallas antes de acostarse mejora el aprendizaje y la regulación emocional.

“Por último, el acompañamiento familiar es un pilar del cuidado en edad escolar. La comunicación con la escuela, el refuerzo de rutinas, los hábitos de higiene, el juego libre y la actividad física cotidiana construyen un entorno más saludable para crecer y aprender. La vuelta a clases no es solo un cambio de calendario: es una oportunidad para empezar el año con la salud en primer plano”, cerró El Haj.



Tips para disfrutar del agua sin peligro de accidentes

El verano invita a disfrutar de jornadas de pileta, río, arroyo o mar. Una conducta responsable evita sustos.

La temporada de verano es una época propicia para disfrutar del aire libre y los espejos de agua. No obstante, siempre hay que tener en cuenta algunos tips para prevenir accidentes o situaciones que pueden devenir en tristes anécdotas.

Para quienes pasen sus ratos de esparcimiento en el río, el mar o la pileta, el ministerio de Salud bonaerense ofrece recomendaciones para evitar accidentes, principalmente en la infancia.

El riesgo de ahogamiento existe incluso con pocos centímetros de agua y es mayor en menores de 5 años.

Supervisar siempre a niños y

niñas que estén cerca de fuentes, piletas o el mar.

Contar con salvavidas y dispositivos para flotar en el agua, para ser usados en caso de ser necesario.

Prestar atención a las áreas de agua designadas seguras para nadar, así como a las banderas y advertencias de comportamiento.

Evitar correr o empujarse cerca del borde de las piletas.

Proteger las piletas con cercos, tengan o no tengan agua, para prevenir accidentes de niños, mascotas e incluso personas adultas.

Verano cuidado PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN NIÑECES

El riesgo de ahogamiento existe incluso con pocos centímetros de agua y es mayor en menores de 5 años.

Seguí estas recomendaciones



La vuelta a clases es el momento indicado para actualizar antecedentes de salud y situaciones de apoyo.