

CALENDARIO DE COMUNICACIONES DE SALUD Y BIENESTAR 2026

Comunicación	Fecha	Comunicación	Fecha	Comunicación	Fecha
Mes Nacional para Mantenerse Saludable	Todo el mes de enero	Mes Nacional de la Educación Financiera	Todo el mes de abril	Mes Nacional de Preparación	Todo el mes de septiembre
Día de Año Nuevo	1 de enero	Mes de Concientización sobre la Salud Mental	Todo el mes de mayo	Mes Nacional de Concientización sobre el Yoga	Todo el mes de septiembre
Día Internacional del Bienestar Mente-Cuerpo	3 de enero	Mes Nacional del Mejor Sueño	Todo el mes de mayo	Mes Nacional de la Educación sobre el Colesterol	Todo el mes de septiembre
Blue Monday	19 de enero	Mes de Concientización sobre el Asma y las Alergias	Todo el mes de mayo	Mes Nacional de Concientización sobre la Obesidad Infantil	Todo el mes de septiembre
Día Nacional del Cumplido	24 de enero	Mes Nacional de la Salud de la Mujer	Todo el mes de mayo	Primer día de otoño	22 de septiembre
Mes de la Salud del Corazón en Estados Unidos	Todo el mes de febrero	Día Mundial de la Meditación	21 de mayo	Mes Nacional de Concientización sobre el Bullying	Todo el mes de octubre
Mes Nacional de la Salud Dental Infantil	Todo el mes de febrero	Mes Nacional de la Seguridad	Todo el mes de junio	Día Mundial de la Visión	8 de octubre
Día Mundial contra el Cáncer	4 de febrero	Mes Nacional de las Frutas y Verduras Frescas	Todo el mes de junio	Mes Nacional de la Gratitud	Todo el mes de noviembre
Día Nacional de Vestir de Rojo	6 de febrero	Día Nacional de la Hidratación	23 de junio	Mes de la Buena Nutrición	Todo el mes de noviembre
Día de San Valentín	14 de febrero	Mes de Concientización sobre el Alzheimer y el Cerebro	Todo el mes de junio	Mes Nacional de Concientización sobre los Juguetes y Regalos Seguros	Todo el mes de diciembre
Día Nacional de la Desconexión	6 de marzo	Semana Mundial de la Alergia	Del 29 de junio al 5 de julio	Día Nacional del Voluntariado	5 de diciembre
Día Nacional de Jugar al Aire Libre	7 de marzo	Mes de Concientización sobre la Artritis Juvenil (JA)	Todo el mes de julio	Día de la Escritura de Cartas	7 de diciembre
Día Nacional de Llevar el Almuerzo	10 de marzo	Mes Nacional de la Seguridad UV	Todo el mes de julio	Día Nacional de la Conservación de la Energía	14 de diciembre
Semana Nacional de Concientización sobre el Sueño	Del 8 al 14 de marzo	Día Internacional del Autocuidado	24 de julio	Día Nacional del Cupcake	15 de diciembre
Primer día de primavera	20 de marzo	Mes de la Protección Solar en Verano	Todo el mes de agosto		
Mes de Concientización sobre el Estrés	Todo el mes de abril	Mes de la Alimentación Saludable para los Niños	Todo el mes de agosto		
Mes Nacional de la Aptitud Física y el Deporte	Todo el mes de abril	Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación	Todo el mes de agosto		
Mes Nacional de Prevención y Detección Temprana del Cáncer	Todo el mes de abril	Semana de regreso a clases	Del 12 al 16 de agosto		

Acondicionamiento físico

Nutrición

Salud personal

Prevención

Seguridad

Manejo del estrés

ENER							FEBRERO							MARZO							ABRIL							MAYO							JUNIO						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S							
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7							1	2		1	2	3	4	5	6						
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
25	26	27	28	29	30	31								29	30	31					26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
																											31														
JULIO							AGOSTO							SEPTIEMBRE							OCTUBRE							NOVIEMBRE							DICIEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4							1			1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31		
							30	31																																	