



Brenda Sz Félyx[®]
M u j e r A l q u í m i c a

El calendario anual menstrual es una herramienta útil para registrar y seguir el ciclo menstrual a lo largo del tiempo.

Al utilizar un calendario, las mujeres pueden anotar las fechas de inicio y fin de su periodo menstrual, así como cualquier síntoma relevante, como cambios en el estado de ánimo, dolor o flujo.

Esto permite observar patrones en la duración del ciclo y en la regularidad de los periodos. Además, llevar este registro facilita el conteo preciso de los días del ciclo, lo que puede ser útil para diversas razones, como la planificación familiar, la monitorización de la salud reproductiva y la identificación de posibles irregularidades que podrían requerir atención médica.

La continuidad de este seguimiento durante todo el año puede ofrecer una visión clara de la salud menstrual y mejorar la capacidad de tomar decisiones informadas sobre el bienestar.

[@mujeralquimica](#)



Brenda Sz Félyx
Mujer Alquímica

CALENDARIO ANUAL MENSTRUAL 2025

Mes	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				
Enero			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31								
Febrero						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28								
Marzo						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
Abril		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30										
Mayo			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31								
Junio						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
Julio		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31									
Agosto				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
Septiembre	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30											
Octubre			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31								
Noviembre					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							
Diciembre	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31										



CALENDARIO LUNAR

ENERO		
	Lunes 6	Cuarto creciente en Aries
	Lunes 13	Luna llena en Cancer
	Martes 21	Cuarto Menguante en escorpio
	Miercoles 29	Luna Nueva en Acuario

FEBRERO		
	Miercoles 5	Cuarto creciente en Tauro
	Miercoles 12	Luna llena en Leo
	Jueves 20	Cuarto Menguante en Sagitario
	Viernes 28	Luna Nueva en Piscis

MARZO		
	Jueves 6	Cuarto creciente en Geminis
	Viernes 14	Luna llena en Virgo
	Sabado 22	Cuarto Menguante en Capricornio
	Sabado 29	Luna Nueva en Aries

ABRIL		
	Sabado 5	Cuarto creciente en Cancer
	Domingo 13	Luna llena en Libra
	Domingo 20	Cuarto Menguante en Acuario
	Domingo 27	Luna Nueva en Tauro

MAYO		
	Domingo 4	Cuarto creciente en Leo
	Lunes 12	Luna llena en Escorpio
	Martes 20	Cuarto Menguante en Piscis
	Martes 27	Luna Nueva en Geminis

JUNIO		
	Martes 3	Cuarto creciente en Virgo
	Miercoles 11	Luna llena en Sagitario
	Miercoles 18	Cuarto Menguante en Aries
	Miercoles 25	Luna Nueva en Cancer

JULIO		
	Miercoles 2	Cuarto creciente en Geminis
	Jueves 10	Luna llena en Virgo
	Viernes 18	Cuarto Menguante en Capricornio
	Jueves 24	Luna Nueva en Aries

AGOSTO		
	Viernes 1	Cuarto creciente en Cancer
	Sabado 9	Luna llena en Libra
	Sabado 16	Cuarto Menguante en Acuario
	Sabado 23	Luna Nueva en Tauro
	Domingo 31	Cuarto Creciente en Sagitario

SEPTIEMBRE		
	Domingo 7	Luna llena en Cancer
	Domingo 14	Cuarto Menguante en Aries
	Domingo 21	Luna Nueva en Acuario
	Martes 30	Cuarto creciente en Aries

OCTUBRE		
	Martes 7	Luna llena en Aries
	Lunes 13	Cuarto Menguante en Cancer
	Martes 21	Luna Nueva en Libra
	Miercoles 29	Cuarto creciente en Acuario

NOVIEMBRE		
	Miercoles 5	Luna llena en Tauro
	Miercoles 12	Cuarto Menguante en Leo
	Jueves 20	Luna Nueva en Escorpio
	Viernes 28	Cuarto creciente en Piscis

DICIEMBRE		
	Jueves 4	Luna llena en Geminis
	Jueves 11	Cuarto Menguante en Libra
	Sabado 20	Luna Nueva en Sagitario
	Sabado 27	Cuarto creciente en Aries