 Liceo José Victorino Lastarria

 Rancagua

 “*Formando Técnicos para el mañana”*

Unidad Técnico-Pedagógica

**PROMOCIÓN DE LA SALUD**

|  |  |
| --- | --- |
| Nombre Alumno: | Curso: |
| **OA:** Aplicar estrategias de promoción de la salud, prevención de enfermedades y hábitos de alimentación saludables para fomentar una vida adecuada para la familia y comunidad de acuerdo a modelos definidos por las políticas de salud.**Profesora**: Dora Rodríguez. | **Objetivo de la clase:** Retroalimentación a contenidos de las clases 1, 2, 3 y 4 Promoción y prevención de la salud y sus niveles de prevención, Modelo de salud familiar y su relación con el individuo, comunidad y familia. Semana 11: del 08 al 12 de junio 2020. |

**PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD.**

**MODELO DE SALUD FAMILIAR.**

**INSTRUCCIONES:** Estimados alumnos espero se encuentren bien. En la siguiente guía encontrarán un resumen y/o respuestas a las guías uno hasta la cuatro deben copiarlas en sus cuadernos.

Cualquier consulta me contacta por el **correo rodriguezdora771@gmail.com**. Un fuerte abrazo.

* **Promoción de la Salud:** Es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como "**el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud".** En términos más sencillos, la promoción de la salud fomenta cambios en el entorno que ayudan a promover y proteger salud.
* **Prevención en Salud:** Son todas aquellas acciones, procedimientos e intervenciones integrales, orientadas a que la población, individuos y familias, mejoren sus condiciones para vivir y disfrutar de una vida saludable y para mantenerse sanos.
* **Como evitamos enfermedades:**

Vacunándose periódicamente y llevando una vida libre de vicios (alcohol, tabaco y droga).

Frecuente lavado de manos y aseo personal, ingerir diariamente porciones de frutas, verduras y vegetales.

 Practicar diariamente ejercicios y/o caminatas de 35 min aprox.

 Ventilar y asear diariamente el hogar.

* **Niveles de prevención primaria:**
* **Prevención Primaria:** Medidas orientadas a evitar la aparición de una enfermedad o problema de salud, mediante el control de los agentes causales y factores de riesgo. Ejemplo: buenos hábitos de higiene personal y ambiental, vacunación, etc.
* **Prevención Secundaria**:Medidas orientadas a detener o retardar el progreso de una enfermedad o problema de salud, ya presente en un individuo en cualquier punto de su aparición. Ejemplo: diagnósticos precoces mediante exámenes y tratamiento oportuno.
* **Prevención Terciaria**: Medidas orientadas a evitar, retardar o reducir la aparición de las secuelas de una enfermedad o problema de salud.Ejemplo rehabilitación, terapias y recuperación psicosocial del individuo mejorando su calidad de vida.



**Importancia de una Buena Comunicación en Salud:**

 -Facilita el logro de los objetivos y metas establecidas en lo que respecta a prevención de enfermedades.

 -Satisface las necesidades propias y de los usuarios a estar informados.

 - Mejora el entorno y sus cambios.

 -Fomenta el conocimiento y motiva a participar con responsabilidad en un clima integrador.

* **¿Qué es el Modelo de Salud Familiar?:**

 Es el que se sustenta en la Estrategia de Atención Primaria de salud, Llevando la atención de salud al lugar donde residen y trabajan las personas. Es importante que este función bien y pueda llegar a las familias para promover la salud y prevenir enfermedades.

* **Atención Primaria en Salud (APS) :**

 Es la asistencia sanitaria esencial y accesible a todos los individuos y familias de la comunidad a través de medios aceptables para ellos y a un costo asequible para la comunidad y el país.

* **Objetivo de APS :**

 Ofrecer a la población una atención de alta calidad, equitativa, humanizada, integral y multidisciplinaria, considerando la participación social como un derecho de las personas

* **Importancia de que la Familia participe en el proceso del bienestar de la salud:**
* Porque la familia es el contexto social primario del individuo.
* Y porque es el ámbito primario donde se debe promover la salud y tratar la enfermedad
* Aporta factores protectores o de riesgo para la salud.
* Porque la salud constituye es el bienestar de la familia
* Porque la enfermedad de algún miembro afecta la familia

* **SALUD:** No solo es la ausencia de enfermedad, sino que un estado completo de bienestar físico, psicológico y social.

**![D:\Usuario\Pictures\salud[3].jpg]()**