



Nombre del alumno: Maybelin Roxana Pérez Pérez

Nombre del profesor: Dr. Cecilio Culebro Castellanos.

Nombre del trabajo: Promoción a la salud.

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Salud Publica

Grado: 1°A

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de septiembre del 2020

3. PROMOCIÓN A LA SALUD

DEFINICIÓN { De acuerdo a la OMS es:
"El proceso que permite a los personas incrementar el control sobre su salud."

COMPONENTES ESENCIALES

1. Buena gobernanza sanitaria

{ Tener en cuenta repercusiones sanitarias en todas las decisiones y dar prioridad a las políticas, que eviten que la gente se enferme.

Ejemplo

{ armonizando las políticas fiscales que gravan los productos o insumos saludables; reducir alimentos con mucho grasa y azúcar.

2. Educación sanitaria.

{ Las personas han de adquirir conocimientos, actitudes e información que les permitan elegir opciones saludables.

Ejemplo

{ Promover a la alimentación y a los servicios de salud necesarios.

3. Ciudades saludables

{ El liderazgo y el compromiso en el ámbito municipal son esenciales para la planificación urbana saludable y poner en práctica medidas preventivas.

Ejemplo

{ -vacunarse para evitar cualquier enfermedad.

OBJETIVOS

- Transformar las condiciones de vida que fueran estar influyendo negativamente la salud.
- Estimular hábitos saludables de vida.
- Facilitar, el acceso a posibilidades de oportunidad de información económica, científica, y tecnológica que favorezcan el control sobre la propia salud.

COMO GOZAR DE UNA BUENA SALUD

- seguir una dieta saludable
- Mantenerse físicamente activo
- vacunarse
- Mantener una buena higiene.

Bibliografías

OMS <https://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>

OPS <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

<https://www.universidadviu.com/promocion-de-la-salud-definicion-objetivos-y-ejemplos/>