



INTERCULTURALIDAD Y SALUD

CATEDRATICO:

DR. MANUEL LOPEZ GOMEZ

ALUMNA:

DANIELA DE LOS ANGELES RAMIREZ MANUEL

daniela.manuel2002@gmail.com

ESPECIALIDAD:

MEDICINA HUMANA I

SEMESTRE:

PRIMERO

OCTUBRE 2020

Introducción

Más que tener una disciplina y sobre todas sus características, la promoción a la Salud es un plantamiento que está presente en nuestra vida para dar a conocer alguna enfermedad para así poder explicarla, entenderla, como evitar alguna enfermedad y sus complicaciones.

El trabajo presente a continuación nos dará a conocer alguna de las formas de promover y bajo a nuestras características, o mejor dicho propias palabras podremos dar a plantear pequeñas propuestas, de algún tema que llame nuestra atención.

1.- Tema: Hipertension Arterial.

Grupo beneficiario: Adultos - Adulto mayor.

Campo de aplicación: Comunidad - SS.

2.- ¿Por qué quiero hablar de este tema - contexto - etc?

Me interesa mucho ya que la mitad de nuestra población (es decir un 50%), sufre HTA y DM, o solo una de ellas, me gustaria que las personas tomaran conciencia no necesariamente ellas si no que acompañadas con la familia pudieran darse la oportunidad de algun cambio ya sea fisico y emocional (hacer ejercicio, sus rutina de alimentación, pensamiento positivo de que si lo podra lograr).

Propuesta.

- Hacer una campaña o algún punto de reunión para que las personas puedan asistir,
- Utilizar tripticos para que los adultos puedan captar los puntos importantes sobre la enfermedad a tratar.
- Proporcionar algún plan de alimentación (alimentos fáciles y con bajo costo para poder adquirirlos)
- Explicar los riesgos, consecuencias de esta enfermedad y como poder resolverlos.

¿Que espero de mi propuesta?

Más que nada que la gente, los adultos y todas las personas hagan conciencia sobre su enfermedad que padecen o que están por alcanzar, que dejen a un lado el sedentarismo, el alcohol y tabaquismo que con ello con el paso del tiempo trae graves consecuencias, que con solo 30 minutos de ejercicio ya sea caminar o trotar es suficiente.