



Materia:	Enfermería Comunitaria
Carrera:	Licenciatura en enfermería.
Cuatrimestre:	Séptimo
Profesor (a):	Leticia Pérez
Actividad:	"Mapa"
No de tarea:	Tarea.
Elaborado por:	Víctor Argenis García Gómez
Grupo:	Grupo: "C"
Modalidad:	Semiescolarizado (sábado)
Lugar y fecha:	Comitán de Domínguez, a 1 de diciembre del 2020

Enfermería comunitaria

Es la parte de la enfermería que realiza cuidados al individuo, la familia y la comunidad en el proceso de la salud

Incorporación al programa de salud

Esto se da de primera instancia cuando el adolescente de 10 a 19 años es ingresado al campo clínico de su comunidad siendo foráneos o aquellos que ya han llevado un control desde su niñez ya mantienen un previo registro

Higiene personal

Conjunto de medidas y normas que deben cumplirse individualmente para lograr y mantener una presencia física aceptable, un óptimo desarrollo físico y un adecuado estado de salud.

Alimentación correcta

Consiste en ingerir una variedad de alimentos que te brinden nutrientes que necesitas para mantenerte sano, sentirte bien y tener energía. Estos nutrientes incluyen las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales.

Actividad física

Movimientos corporales producidos por los músculos que exigen un gasto de energía. Una actividad incluye muchos conceptos como correr, nadar, jugar, saltar, bailar andar en bicicleta.

Salud bucal

supera el solo hecho de tener dientes blancos, encías rosadas y dientes parejos y se concibe como el estado en el que las estructuras relacionadas con la boca contribuyen positivamente al bienestar físico, mental y social de las personas al permitirles disfrutar de la vida a través de auto-percibirse y reconocerse positivamente, hablar, masticar, saborear la comida y alimentarse, y disfrutar y participar de sus relaciones sociales y transmitir emociones a través de sus expresiones faciales

Salud sexual y reproductiva

La salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.

Salud mental

un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Está relacionada con la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas por dichos trastornos.

Prevención de adicciones

Es el conjunto de actuaciones frente al consumo de drogas o a otras conductas adictivas encaminadas a eliminar o modificar factores de riesgo, fomentar factores de protección.

Prevención de violencia

La violencia es el "uso intencional de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra uno mismo, una persona, grupo o comunidad que tiene como resultado la probabilidad de daño psicológico, lesiones, la muerte, privación o mal desarrollo.

Prevención de accidentes

conjunto de medidas que se toman tanto en forma individual como socialmente, a partir de iniciativas privadas o públicas, para impedir en la medida de lo posible que acontezcan hechos dañinos no intencionales, o disminuir los efectos dañinos de los mismos, si su ocurrencia resulta inevitable.

Entorno favorable a la salud

Los **Entornos Saludables** comprenden aquellos lugares donde viven las personas (hogar, barrio, localidad, etc), los sitios de estudio, su lugar de trabajo y esparcimiento, entre otros.

Responsables de animales de compañía

Concretamente, la tenencia **responsable** implica proveer al **animal** de los dispositivos básicos para su bienestar: salud, alimentación adecuada, espacio de descanso protegido de las inclemencias del tiempo, espacio para eliminar sus residuos, recreación y cariño.

Inc. a grupos de ayuda mutua

Dar platica sobre temas de afecciones o enfermedades a un grupo de personas y que este grupo fomente la información en otro grupo de personas recomendablemente de 10 personas por cada grupo y así se transmitan la información en la comunidad

Cáncer

Término que describe las enfermedades en las que hay células anormales que se multiplican sin control e invaden los tejidos cercanos. Es posible que las células cancerosas también se diseminen a otras partes del cuerpo a través de los sistemas sanguíneo y linfático.

Otros (tuberculosis)

Enfermedad infecciosa, provocada por un bacilo, que se transmite a través del aire y que se caracteriza por la formación de tubérculos o nódulos en los tejidos infectados; puede afectar a diferentes órganos del cuerpo, en especial a los pulmones, produciendo tos seca, fiebre, expectoraciones sanguinolentas y pérdida de peso.