



Mi Universidad

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

Nombre de alumno: Sanchez Chanona jhonatan

Nombre del Doctor: Culebro Castellano Cecilio

Nombre del trabajo: mapa conceptual, “Salud bucal, Salud mental, Accidentes en el hogar”.

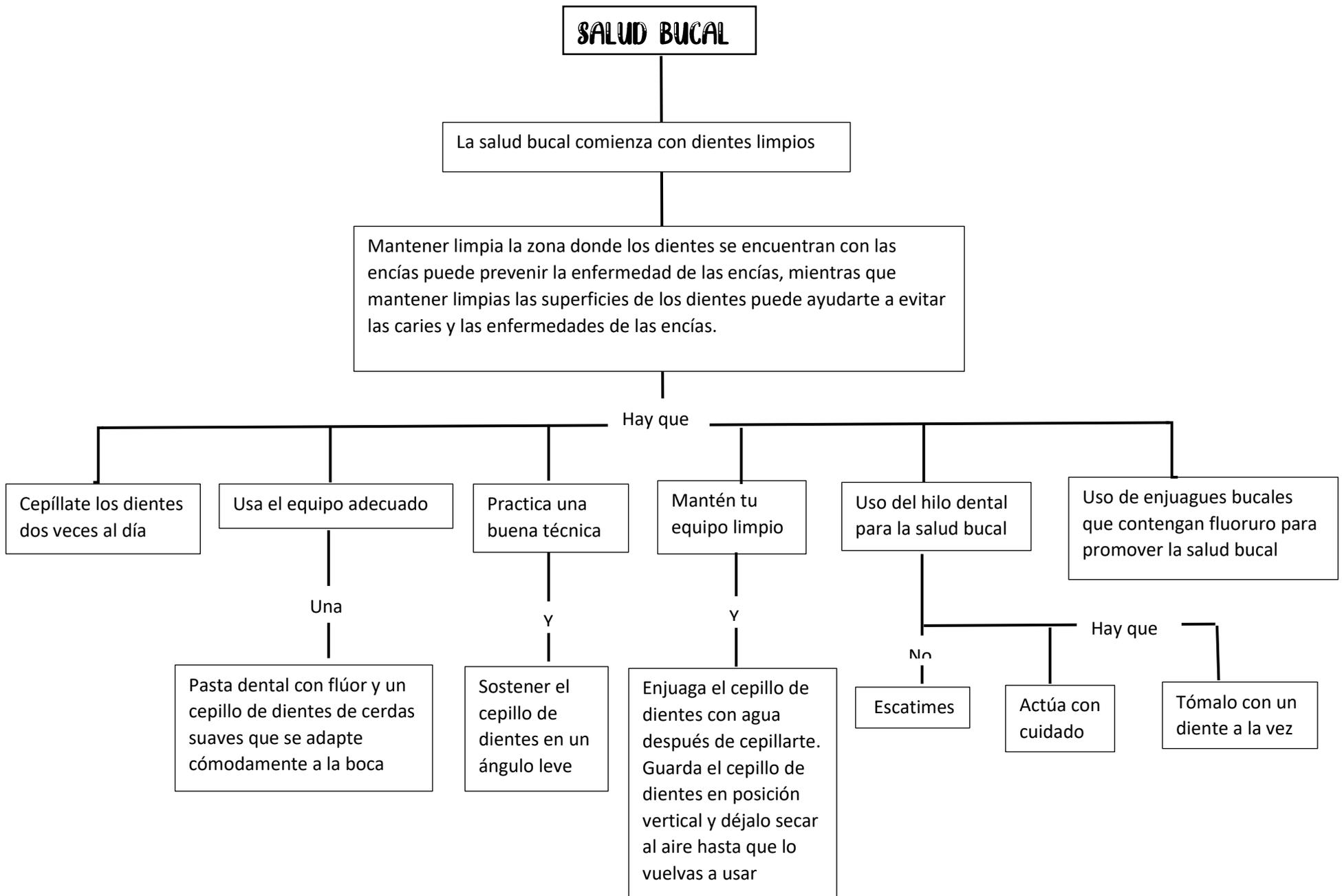
Materia: Salud publica I

Grado: 1°

Grupo: “B”



Comitán de Domínguez Chiapas a 06 de Noviembre del 2020



SALUD MENTAL

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social

Nos

Las

Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida

Ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones

Enfermedades mentales son afecciones graves que pueden afectar la manera de pensar, su humor y su comportamiento

Los

Las

Los

Su

La

Factores biológicos, como los genes o la química del cerebro

Experiencias de vida, como trauma o abuso

Antecedentes familiares de problemas de salud mental

Estilo de vida, como la dieta, actividad física y consumo de sustancias

Salud mental es importante porque puede ayudarle

A

Enfrentar el estrés de la vida

Estar físicamente saludable

Tener relaciones sanas

Contribuir en forma significativa a su comunidad

Trabajar productivamente

Alcanzar su completo potencial

ACCIDENTES EN EL HOGAR

Cada año, los accidentes en el hogar cobran un gran número de vidas además de muchas personas con discapacidad y lesiones de todo tipo. Después de los accidentes de tráfico, son la segunda causa de mortalidad principalmente en los menores de edad y en los adultos mayores.

Las más recurrentes

Son

Caídas

Para

Prevenir las caídas

Que

Mantenga el suelo lo más libre posible de obstáculos. Evite tener las superficies resbaladizas. Ténganse siempre limpias. En el baño, utilice alfombras o pegatinas antideslizantes. Revise que las escaleras de acceso a la vivienda tengan barandilla. Las puertas, balcones, ventanas que den acceso sobre zonas de riesgo de caída, deben disponer de un sistema de bloqueo que impida su apertura a los niños.

Son

Intoxicaciones,
alergias e irritaciones

Para

Prevención de intoxicaciones,
alergias e irritaciones

La

Causa principales de Intoxicaciones, alergias e irritaciones suelen ser: Medicamentos, productos de limpieza, insecticidas y productos de jardinería, pinturas, disolventes y adhesivos, combustibles (y productos derivados de la combustión), productos de perfumería y cosmética, bebidas alcohólicas

Son

Quemaduras

Para

Prevenir las quemaduras

Que

Colocar en lo posible protecciones alrededor de aquellos objetos que se encuentran calientes y que resultan accesibles necesariamente. Seleccionar y utilizar objetos provistos de elementos de agarre aislante (mangos, asas, etc.), en buen estado. Utilizar guantes o manoplas aislantes para mover objetos calientes o manipular dentro de un horno encendido. Evitar las salpicaduras, usando cubiertas o tapaderas. Los mangos de sartenes, cacerolas y pucheros no deben sobresalir del mueble de cocina.

Bibliografía

Salud bucal: una ventana a la salud general Mayo Clinic recuperado el 06 de Noviembre del 2020 <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/dental/art-20047475>

Temas de salud, Salud mental actualizada 28 octubre 2020 U.S. Department of Health and Human Services <https://medlineplus.gov/spanish/mentalhealth.html#:~:text=La%20salud%20mental%20incluye%20nuestro,los%20dem%C3%A1s%20y%20tomamos%20decisiones.>

Instituto de Salud del Estado de México Secretaría de Salud Prevención de Accidentes en el Hogar 2018 recuperado el 06 de noviembre del 2020 https://salud.edomex.gob.mx/isem/tp_preencion_accidentes_hogar