



Lic. enfermería

Enfermería del adulto

Promoción de la salud

LE. María José Méndez Hernández

E.L.E. Andrea Guadalupe Ramírez Pérez

Tapachula Chiapas

16/05/2021

PROMOCIÓN DE LA SALUD

Que todos los hombres de 20 a 59 años de edad ellos también deben de estar programados en la salud y a conocer más sobre las instituciones de salud y a poder llevar un control más a su bienestar que no solo la mujer sino que ambos están programados a tener una atención y obviamente explicando la prevención y promoción de acuerdo en el rango de edad así como en llevar una alimentación correcta para fomentar y promover a sus familias y así decirles que beneficios tiene en una buena alimentación para no caer en sobrepeso u otras enfermedades, así también no ejerciendo una vida sedentaria y siempre proporcionando los nutrimentos y realizando una actividad física para que ambos el hombre y la mujer sepan que es bueno para su salud ayudando a la prevención de enfermedades como la diabetes, osteoporosis, en la hipertensión arterial etc.

Así también en lo que es salud bucal también como enfermería ayudan a promover, fomentar y concientizar la gran importancia de llevar una buena higiene bucal para no obtener las enfermedades bucales así como en la cartilla esta concientizado ya sea en pláticas sobre la importancia de cuidarnos promoviendo ciertos riesgos en las personas a no concluir una buena limpieza bucal. Así también como enfermería no solo consta de dar prevención si no también promoviendo aparte de hacer las campañas ya sea de alguna cierta enfermedad si no también que informando como pueden prevenirlo si llevan una buena calidad de vida para así que los familiares también promuevan a sus demás familias a no poder contraer y prevenir así para la disminución de riesgos de la población y también orientando no solo a niños y jóvenes si no también a las personas de 20 a 59 años orientándolos sobre temas de la reproducción sexual ya que es tema de mucha importancia al igual en su alimentación, salud bucal, salud mental y llevar ciertas actividades físicas ambos para la mujer y el hombre y a tomar con medidas donde cada uno esta pesto a llevar sus propias decisiones, hacer positivos y quererse como son ya como personas

mayores ya tienen la capacidad o saben la importancia de ellos y así como enfermería siempre ayudando en la orientación, cuidados, promoviendo a las personas.