

# Salud pública

La **Educación para la Salud** es un proceso de **educación** y de participación del individuo, paciente y/o familiar, con el fin de que adquiera los conocimientos, las actitudes y los hábitos básicos **para la promoción** y defensa de la **salud** individual y colectiva.

**CURSO DE PREVENCIÓN, PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

## Higiene personal

Se trata de mantener el cuerpo limpio y sano. Una buena **higiene personal** puede hacer que seas menos propenso a las enfermedades.

## Higiene Personal



Se debe evitar la contaminación cruzada lavándose las manos, lavando y desinfectando los utensilios, mesas y trapos que tengan con- tacto con **alimentos** crudos. Se recomienda utilizar trapos, tablas, cuchillo y utensilios diferentes para los **alimentos** crudos que para los cocidos o listos para consumirse



Es la **inmunidad** que se **desarrolla con la exposición a diversos antígenos**. El sistema inmunitario de la persona construye una defensa contra ese antígeno específico. La inmunidad pasiva se debe a anticuerpos que se producen en un cuerpo diferente del nuestro.

La **inmunización** previene **enfermedades**, discapacidades y defunciones **por enfermedades prevenibles por vacunación**, tales como el cáncer cervical, la difteria, la hepatitis B, el sarampión, la paroditis, la tos ferina, la neumonía, la poliomielitis, las **enfermedades** diarreicas **por** rotavirus, la rubéola y el tétanos.

