

**NOMBRE DE ALUMNO: AZENETH ISABEL NAJERA ARGUELLO**

**NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. JULIBETH MARTINEZ GUILLEN**

**NOMBRE DEL TRABAJO: CUADRO SINÓPTICO**

**MATERIA: EDUCACION EN NUTRICION**

**GRADO: 4°**

**GRUPO: NUTRICIÓN**

# EDUCACIÓN Y PROMOCIÓN PARA LA SALUD

## Ciencias de la salud

Proporcionar en los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma

SALUD- OMSS

Completo estado de bienestar físico, mental y social y no solamente ausencia de enfermedades

PARA QUÉ

Para alcanzar un estado adecuado físico, mental y social en un individuo o grupo

OBJETIVO

Realizar cambios perdurables a través del desarrollo de políticas públicas saludables

FACTORES

psicológicos  
sociales

Niveles de prevención de la salud

- prevención primordial
- prevención primaria
- prevención secundaria
- prevención terciaria

acciones enfocadas a modificar nuevos patrones sociales, económicos y culturales para una mejor calidad de vida

buscar una alimentación sana, equilibrada y completa, énfasis en la educación sobre la higiene para la prevención de enfermedades en general

el individuo ya se encuentra enfermo, lo cual indica que las medidas primarias han fracasado

la enfermedad está muy avanzada y lo que se busca es limitar el daño y la posible invalidez.

## Ciencias de la educación

el aprendizaje se construirá con respecto a las experiencias vividas y el nivel de significancia, esto producirá un cambio duradero en la manera de pensar, sentir y actuar

Métodos

- Métodos Directos
- métodos indirectos

entrevista, clase magistral, conferencia, charla y grupos reducidos

OBJETIVO

comunicar información que ayude a la modificación de estilos de vida de riesgo para la salud

TIPOS

- Medios visuales: carta circular, folleto, carteles...
- Medios sonoros: programa de radio, grabaciones
- Medios mixtos: televisión, video, cine, multimedia, montajes audiovisuales..

## Métodos Directos más comunes

SON

- entrevista
- clase magistral
- conferencia
- charla

## Ciencias de la comunicación

la gran diferencia entre solo informar y el verdadero proceso de comunicación, que es cuando se habla de establecer un proceso educativo en busca de una adecuada modificación de hábitos y estilos de vida

La comunicación persuasiva

transmitir al individuo que necesita cambiar sus hábitos, que el comportamiento saludable que se le está explicando es beneficioso para su salud

aspectos de acuerdo a Cibanal, Arce, & Carballal, 2010

- La percepción
- Valores y creencias
- Aspectos sociales y culturales
- Aspectos familiares e individuales

Cada individuo percibe la realidad de diferente modo con ayuda de los sentidos

## elementos muy importantes de la comunicación

son

- La palabra
- El espacio
- El tiempo
- La distancia

## Ciencias del comportamiento

intentan identificar factores que explican la conducta

- Modelos de continuum
- Modelos de estadios

motivacionales y comportamentales

tratan de explicar el proceso que sigue la adopción de una conducta saludable al modificar un estilo de vida de riesgo

## Modelos de continuum

según

Weinstein, Rothman & Sutton (1998)

todas las personas se ven influenciadas en mayor o menor medida por todos los factores que estudian

de forma

que puede escribir una ecuación única que determina la probabilidad de cambio para todo el mundo

# *Bibliografía*

Universidad del Sureste. 2022. ANTOLOGIA  
EDUCACIÓN EN LA NUTRICIÓN. PDF.  
Recuperado el 08 de Noviembre  
2022.Pgs.43-56