



# **Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO: ANDREA MELGAR VAZQUEZ**

**PARCIAL: 4°**

**MATERIA: ENFERMERIA DEL NIÑO Y DEL ADOLESCENTE**

**NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. ELIZABETH ESPINOZA  
LOPEZ**

**CUATRIMESTRE: 5°**

*FRONTERA COMALAPA CHIAPAS A 3 DE ABRIL DEL 2024*

### 4.3.- Factores de riesgo que influyen en la salud del individuo

Los factores de riesgo de tipo conductual suelen estar relacionados con «acciones» que el sujeto ha elegido realizar. Por lo tanto, pueden eliminarse o reducirse mediante elecciones de estilo de vida o de conducta. Son, por ejemplo:

- Tabaquismo
- Consumo excesivo de alcohol
- Las elecciones nutricionales
- La inactividad física
- Pasar mucho tiempo al sol
- No tener ninguna vacuna
- Mantener relaciones sexuales sin protección

Los factores de riesgo de tipo fisiológico son aquellos relacionados con el organismo o la biología del sujeto. Pueden verse influidos por una combinación de factores genéticos, de estilo de vida o de tipo más general. Son, por ejemplo:

- Sobrepeso u obesidad
- Presión arterial elevada
- Colesterol alto
- Glucosa alta

Los factores de riesgo de tipo demográfico son los que están relacionados con la población en general. Son, por ejemplo:

- La edad
- El género
- Los subgrupos de población como el trabajo que se desempeña, la región o el sueldo.

Los factores de riesgo de tipo medioambiental abarcan un amplio abanico de temas como factores sociales, económicos, culturales y políticos; así como factores físicos, químicos y biológicos. Son, por ejemplo:

- El acceso a agua limpia e instalaciones sanitarias
- Los riesgos laborales
- La polución del aire
- El entorno social

Los factores de riesgo de tipo genético se basan en los genes del sujeto. Algunas enfermedades como la fibrosis quística y la distrofia muscular se originan totalmente en función de la «composición genética» del individuo. Muchas otras como el asma y la diabetes reflejan la interacción entre los genes del individuo y factores medioambientales.



## 4.9 Promoción de la salud en el niño



La Convención sobre los derechos de la niña y niño marca que : Tu hija o hijo tiene derecho a disfrutar del más alto nivel de salud, así como su derecho al descanso, esparcimiento, juego, actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida

Fomentar la salud de un niño es fundamental para su bienestar. Es importante asegurarse de que reciba una dieta equilibrada, haga ejercicio regularmente, tenga un buen descanso y reciba todas las vacunas necesarias. Además, es crucial brindarle un entorno seguro y amoroso para su desarrollo emocional.

La promoción de la salud del niño se refiere a todas las acciones y medidas que se toman para garantizar el bienestar y el desarrollo saludable de los niños. Esto incluye la promoción de una nutrición adecuada, cuidado médico preventivo, educación sobre higiene y salud, actividad física, apoyo emocional y social, y prevención de enfermedades. La promoción de la salud del niño se centra en crear entornos seguros y saludables para que los niños crezcan y se desarrollen de manera óptima.

## 4.10 Promoción de la salud de los adolescentes



La promoción de la salud integral del adolescente se basa en fortalecer los factores de protección y prevenir los de riesgo que modifican positiva o negativamente las características que definen la adolescencia como la búsqueda de la identidad, la búsqueda de la independencia y desarrollo de la creatividad, sensibilidad, proyecto de vida, sexualidad y la educación

La salud integral es un enfoque que parte de la concepción de salud como un proceso de construcción social, en donde se consideran los diversos determinantes del proceso de salud-enfermedad en los ámbitos biológico, económico, ecológico y psicosocial de los diferentes grupos sociales cuyas metas son: fomentar la capacidad de autocuidado, incrementar el número de líderes juveniles, proteger los ambientes de los adolescentes y promover estilos de vida saludables.

La promoción de la salud en los adolescentes se refiere a las acciones y estrategias destinadas a fomentar un estilo de vida saludable y el bienestar físico, mental y social de los jóvenes durante la etapa de la adolescencia. Esto incluye la promoción de la educación sexual, la prevención del consumo de drogas y alcohol, el fomento de la actividad física, el apoyo emocional y social, el acceso a la atención médica preventiva, la educación sobre salud mental, entre otros aspectos.

La promoción de la salud en los adolescentes busca empoderar a los jóvenes para que tomen decisiones informadas sobre su salud, adopten comportamientos saludables y desarrollen habilidades para enfrentar los desafíos que puedan surgir durante esta etapa crucial de su vida.

La promoción de la salud en los adolescentes implica fomentar hábitos saludables, como una dieta equilibrada, ejercicio regular, descanso adecuado y vacunación completa. También es importante brindarles información sobre salud sexual y reproductiva, el manejo del estrés y las emociones, así como la prevención de conductas de riesgo, como el consumo de drogas y alcohol. Además, se busca promover un entorno seguro y de apoyo para su desarrollo emocional y social.

## Bibliografía

- Tacker S. Principles of Public Health Surveillance: Historical Development. Epidemiol Rev. 1988;10:164-90.
- <http://www.curn.edu.co/journals/index.php/cienciaysalud/article/view/250>.
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002456.htm>
- Asociación Española de Pediatría (AEP).