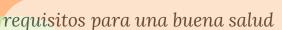
¿QUE ES LA PROMOCION A LA SALUD?

La Organización Mundial de la Salud indica en <u>la Carta de Ottawa</u> que la Promoción de la Salud constituye un proceso político y social global que abarca acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos y de las comunidades ctivamente.

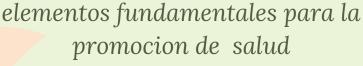




- Comer alimentos saludables, como frutas, verduras, legumbres, frutos secos y cereales integrales, leche, carne y pescado.
- Obtener los servicios de salud que necesita.
- Mantenerse bien en la edad adulta.
- Tener una vida social sana y sexo seguro.
- Hablar con otros y compartir tareas.
- Hacer actividad física periódicamente.
- Evitar o dejar de fumar.

<mark>estrate</mark>gias:

- educacion en temas de salud
- promocion a la salud.
- campañas
 estratejicas.



educacion

consejos para una alimentación saludable

- mercadovtenia de salud
- hospitales
- campañas
- promociones



EJEMPLOS

- dar char<mark>las q</mark>ue informen
- tratar de fomentar los buenos habitos saludables
- informar sobre los daños de las susatancias nocivas para la salud

PROPOSITO DE LA PROMOCION A LA SALUD

- reforzar la idea
- creear entornos fovorables a ala salud
- establecer mejores iodeas en los servicios de salud

las prociones de la salud debe fortalecer la realidad en sentido de enfermedades y adicciones que llevan a esta para que las personas comprendan lo importante uqe es cuidar su salud

ALUMNO: LUIS DIEGO MEZA ALVARADO

DOCENTE: MALDONADO VELASCO ALDRIN DE JESUS

MATERIA: BIOQUIMICA

MATERIA: Bioquímica Licenciatura: Medicina Humana

Semestre: 1

Grupo: D