



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

**NOMBRE DEL PROFESOR:
JORGE LOPEZ CADENAS**

**NOMBRE DEL ALUMNO:
JOMNATHAN RODRIGUEZ PEREZ**

**CARRERA:
MEDICINA HUMANA**

**MATERIA:
INTERCULTURALIDAD Y SALUD**

**TAREA:
INFOGRAFIA**

**GRUPO:
1:D**

medidas de promoción a la salud sobre el tema de desarrollo comunitario.

Promocionar la salud en la comunidad es fundamental para mejorar la calidad de vida de todos.

Programas de educación

Organizar talleres y charlas sobre temas de salud, como nutrición, ejercicio y prevención de enfermedades.



Actividades físicas

Crear grupos de caminatas, clases de yoga o deportes comunitarios para fomentar la actividad física.



Campañas de vacunación

Facilitar el acceso a vacunas y realizar jornadas informativas sobre su importancia.



Alimentación saludable

Promover mercados locales con productos frescos y saludables, así como talleres de cocina saludable.



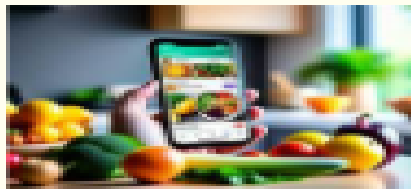
Salud mental

Ofrecer espacios de apoyo emocional y grupos de conversación para abordar temas de salud.



Redes sociales

Usar plataformas digitales para compartir información útil y motivar a la comunidad a participar en actividades saludables.



Cheques de salud gratuitos

Organizar jornadas de salud donde se ofrezcan cheques médicos básicos, como presión arterial, glucosa y colesterol.



medidas de promoción a la salud sobre el tema de desarrollo comunitario.

Grupos de apoyo

Crear grupos para personas con condiciones específicas (diabetes, hipertensión, etc.) donde puedan compartir experiencias y consejos.



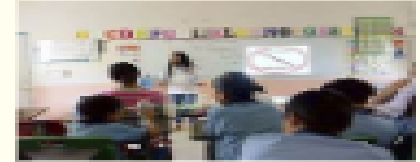
Concursos de salud

Organizar retos o competencias saludables en la comunidad, como desafíos de pasos o recetas saludables.



Educación en escuelas

Implementar programas de educación sobre salud en las escuelas para enseñar a los niños desde pequeños sobre hábitos saludables.



Apoyo a la salud reproductiva

Ofrecer información y servicios relacionados con la salud sexual y reproductiva, incluyendo planificación familiar.



Campañas de reciclaje

Colocar contenedores de reciclaje en puntos estratégicos y realizar campañas informativas sobre cómo reciclar adecuadamente.



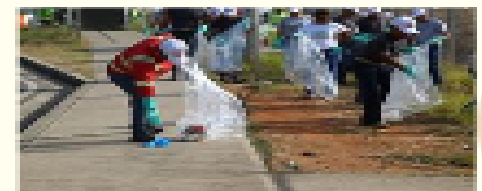
Talleres de autocuidado

Organizar sesiones donde se enseñe a las personas a cuidar su salud mental y física. Esto puede incluir técnicas de relajación, manejo del estrés y prácticas de mindfulness.



Iniciativas de salud ambiental

Promover actividades que mejoren el entorno, como jornadas de limpieza en parques y espacios públicos, así como campañas para reducir el uso de plásticos y fomentar el reciclaje.



promocionar la salud en la comunidad requiere un enfoque integral que involucre educación, acceso a servicios de salud, fomento de actividades físicas y apoyo emocional. Al implementar diversas medidas se puede crear un entorno más saludable y solidario.