



GARCIA ROBLES XIMENA CAROLINA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LN. PATRICIA DEL ROSARIO LUNA GUTIERREZ

Licenciatura en Nutrición

EDUCACION EN NUTRICION

Tapachula, Chiapas

31 de octubre de 2024

# EDUCACIÓN Y PROMOCIÓN PARA LA SALUD

La salud se ha definido históricamente como la ausencia de enfermedad, pero implica mucho más. Según el estudio de Lalonde (1974), cuatro factores determinan la salud de una persona:

- FACTORES BIOLÓGICOS
- MEDIO AMBIENTE (BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO Y CULTURAL)
- ESTILOS DE VIDA
- SISTEMAS DE ASISTENCIA SANITARIA

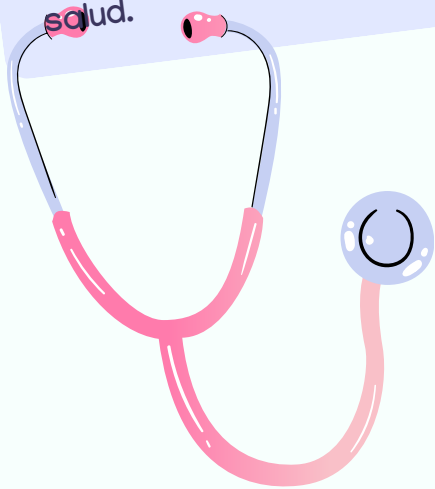


## PROMOCIÓN DE LA SALUD

La promoción de la salud se basa en tres elementos clave:

- la información
- la comunicación social
- la educación para la salud.

Estas herramientas permiten el aprendizaje sobre el autocuidado de la salud.



## EDUCACIÓN PARA LA SALUD

La Educación para la Salud (EpS) es un proceso educativo y una herramienta clave en la salud pública y la promoción de la salud, orientado a mejorar la alfabetización sanitaria. Según la OMS, la EpS crea oportunidades de aprendizaje conscientes, promoviendo conocimientos y habilidades personales para mejorar la salud tanto individual como comunitaria.

## CIENCIAS DE LA SALUD

La Educación para la Salud (EpS) se basa en un modelo integrador que va más allá del enfoque biomédico tradicional. Este modelo enfatiza no solo factores biológicos, sino también psicológicos y sociales, adaptándose al modelo biopsicosocial que considera la salud como el equilibrio de necesidades biológicas, psicológicas y sociales.

La prevención en salud se divide en cuatro niveles:

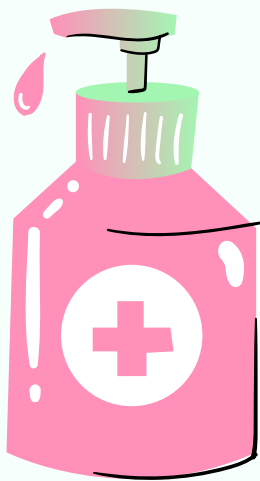
1. Prevención primordial
2. Prevención primaria
3. Prevención secundaria
4. Prevención terciaria



## CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN.

La Educación para la Salud (EpS) busca un proceso pedagógico que facilite un cambio duradero en el pensamiento y comportamiento hacia la salud, adaptando la enseñanza a las necesidades de los individuos. Este proceso sigue el ciclo de aprendizaje:

- observación
- formulación de hipótesis
- experimentación activa
- permitiendo al receptor reaprender
- ajustar sus conductas con base en experiencias previas.



## **BIBLIOGRAFÍA**

Universidad Del Sureste. Antología EDUCACION EN NUTRICION 4º cuatrimestre.  
Licenciatura en nutrición. Edición 2024. Comitán de Domínguez, Chiapas.