



Mi Universidad

Feria de la Salud.

Nombre del Alumno: Julio Cesar Domínguez Costa.

Nombre del tema: Feria de la salud del adolescente.

Parcial: 4° Unidad

Nombre de la Materia: Enfermería en el cuidado del niño y del adolescente.

Nombre del Profesor: E.E.T.I. Karla Jaqueline Flores Aguilar

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 7° cuatrimestre.

Introducción:

La adolescencia, comprendida entre los 10 y los 19 años según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es una etapa de cambios significativos, tanto físicos como emocionales y sociales.

Durante este periodo, el desarrollo físico y psicológico es fundamental para formar una base sólida de salud que impactará el bienestar futuro. Este ensayo aborda los aspectos clave que afectan la salud de los adolescentes: la salud física, mental, social y las estrategias para su promoción.

Asegurar un desarrollo saludable durante esta etapa no solo beneficia a los adolescentes, sino que también contribuye a la construcción de sociedades más fuertes y resilientes.

La colaboración entre familias, educadores, profesionales de la salud y el gobierno es fundamental para garantizar que los adolescentes tengan acceso a los recursos y la orientación necesarios para superar los desafíos de esta etapa y prosperar en su transición a la adultez.

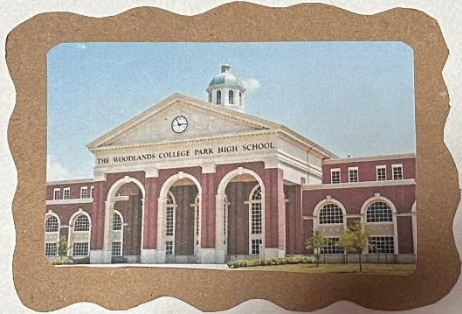
PROGRAMA DE SALUD EN LA ATENCIÓN DEL ADOLESCENTE

-MEDIO SOCIAL



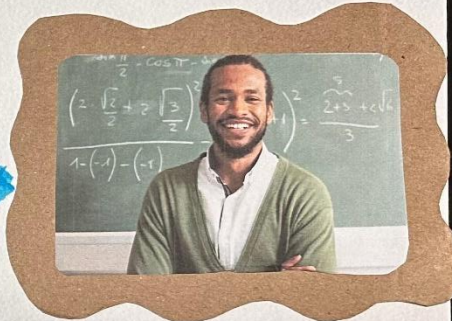
1º, La Familia

- Valores.
- Creencias.



2º, La Escuela

- Profesores
- Amigos



- Influencias



- Gustos

* * * * *
- Interacciones

* * * * *
* * * * *
* * * * *

* * * * *
* * * * *
* * * * *

* * * * *
* * * * *

TRANSTORNOS DEL ADOLESCENTE

-EMOCIONALES°



- Ansiedad
- Depresión

-CONDUCTA ALIMENTARIA°



- Anorexia
- Bulimia

-COMPORTAMIENTO°



TDAH

- Deficit de atención con hiperactividad

-EL PLATO DEL BUEN COMER.*

* - Comer frutas y verduras *

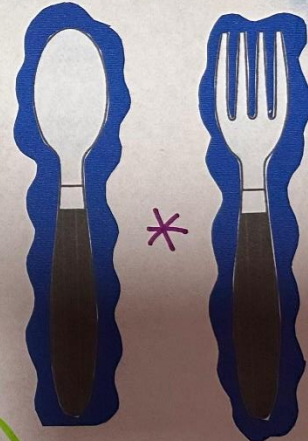
* - Beber agua *



SALUD EN EL ADOLESCENTE



* - Minimo 3 comidas al dia *



* - + Cantidad de fibra en la dieta *

-VIDA SEXUAL
ACTIVA

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Métodos anticonceptivos



-Economía

-Una buena
elección

-Información

-¿Cómo usarlo?

FOMENTO AL EJERCICIO

-DEBEN INVERTIR COMO MINIMO 60 MINUTOS DIARIOS:

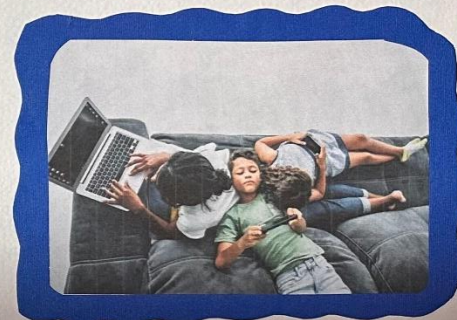


- Yoga
- Correr
- Caminar

-PREVENCIÓN A ENFERMEDADES



-NO AL CEDENTARISMO:



- Televisión
- Video juegos

Bibliografía:

- Universidad del sureste. 2024. Antología Enfermería en el cuidado del niño y del adolescente. Paginas (60 a la 90).