



Mi Universidad

ROTAFOLIO

Nombre del alumno: Castellanos Pacheco Diego Antonio

Tema: Feria de la salud

Parcial: 4to. parcial

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

Nombre del profesor: Karla Jaqueline Flores Aguilar

Nombre de la licenciatura: Lic. En Enfermería

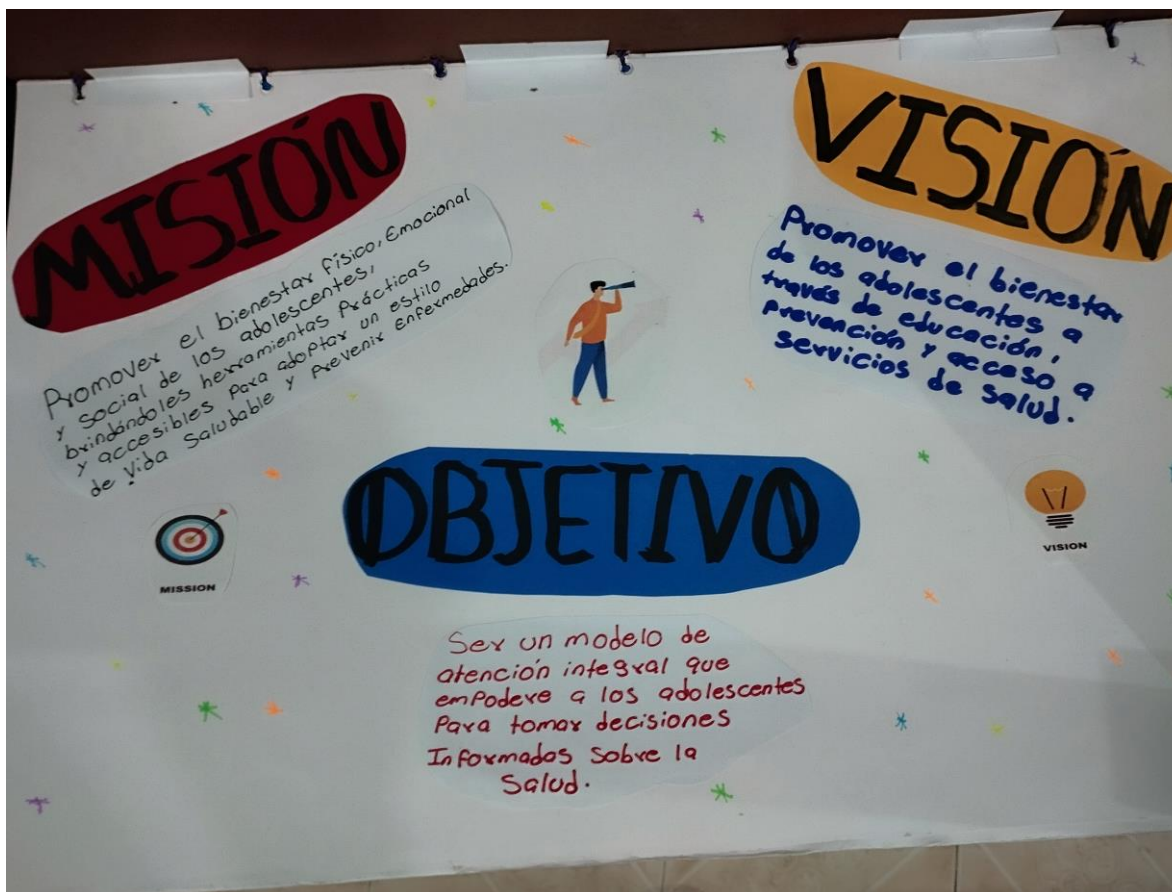
Cuatrimestre: 7to Cuatrimestre

La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo humano, marcada por profundos cambios físicos, emocionales y sociales que moldean la identidad y el bienestar de las personas. En este contexto, los programas de salud dirigidos a esta población tienen como objetivo no solo abordar problemas específicos, sino también fomentar un estilo de vida saludable y prevenir enfermedades futuras. El medio social juega un papel determinante, ya que las dinámicas familiares, escolares y sociales influyen en el desarrollo emocional y la conducta de los adolescentes.

Entre los retos más destacados están las enfermedades emocionales, como la ansiedad y la depresión, y otros trastornos comunes en esta etapa, como los de la conducta alimentaria o el abuso de sustancias. Asimismo, la educación sobre métodos anticonceptivos es esencial para prevenir embarazos no planeados e infecciones de transmisión sexual, favoreciendo decisiones informadas sobre la salud sexual y reproductiva.

Por otro lado, la promoción de la salud incluye iniciativas para fomentar buenos hábitos, como el cuidado de la salud dental, una alimentación balanceada, y la práctica regular de ejercicio, aspectos fundamentales para un crecimiento óptimo y una vida activa. Este enfoque integral no solo responde a los desafíos inmediatos de la adolescencia, sino que también sienta las bases para un futuro saludable, destacando la importancia de la prevención y el autocuidado.





MEDIO SOCIAL Y SU IMPACTO EN LA SALUD ESTRATEGIA

Los adolescentes están influenciados por su entorno social, como la familia, amigos y comunidad, estas relaciones pueden impactar su autoestima, decisiones y hábitos de vida.



- Realizar talleres para adolescentes y Padres sobre **habilidades de comunicación efectiva** y manejo de conflictos.



ACTIVIDADES

Talleres sobre el impacto de las redes sociales cómo usarlas de forma positiva.



- Crear espacios comunitarios para actividades recreativas, deportivas y culturales que fomenten la interacción saludable.



Talleres sobre cómo identificar y evitar relaciones tóxicas o peligrosas.



ENFERMEDADES EMOCIONALES DEL ADOLESCENTES. ESTRATEGIAS

LOS adolescentes son vulnerables y padecen ansiedad, depresión y estrés debido a cambios hormonales y presiones sociales.

ACTIVIDADES

- Capacitar al Personal de Salud para identificar señales de alerta.
- Brindar talleres sobre manejo de emociones y técnicas de relajación.
- Pláticas sobre la importancia de pedir ayuda y desmitificar los prejuicios hacia la atención psicológica.
- Organización de círculos de apoyo entre adolescentes para compartir experiencias.

ENFERMEDADES COMUNES

- TDAH
- Ansiedad
 - * T. ansiedad generalizada
 - * T. Pánico
 - * T. obsesivo-compulsivo
- Depresión
 - * T. depresivo mayor
 - * Distimia
- T. Bipolar
 - * Cambios extremos de ánimo
- T. Por estrés posttraumático
 - * Abuso
 - * violencia
 - * accidentes

ADOLESCENTES

TRASTORNOS EN LA ADOLESCENCIA

ESTRATEGIAS

Se debe abordar trastornos como la obesidad, T. de alimentación, consumo de sustancias y T. de sueño.

TIPOS

- T. de adicción
 - Dependencia al alcohol
 - consumo de Tabaco
 - Abuso de Sustancias
 - Adicción al uso de Tercero y redes sociales.
- T. Alimenticios
 - Anorexia Nerviosa
 - Bulimia Nerviosa
 - T. Por atracón
- T. de conducta
 - oposicionista desafiante
 - comportamientos anti sociales, agresivos o desafiantes.
- T. del sueño
 - insomnio
 - ansiedad

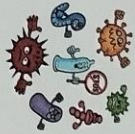
- Implementar campañas informativas para prevenir trastornos, esem: T. de alimenticios y fomentar hábitos saludables.
- ofrecer evaluaciones y psicológicas gratuitas.

ACTIVIDADES

- Talleres sobre autoestima y aceptación corporal.
- Charlas educativas sobre los efectos nocivos del alcohol, tabaco y drogas.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Es crucial que los adolescentes conozcan las opciones de anticonceptivos Para prevenir Embarazos no deseados y E.T.S.



ESTRATEGIAS

- Ofrecer charlas sencillas sobre los métodos anticonceptivos, su uso correcto y disponibilidad. Gratuita en centros de salud.

ACTIVIDADES

- Talleres interactivos desde los adolescentes practiquen el uso correcto del condón



- Distribuir folletos en lenguaje claro, con ilustraciones sobre preservativos, Pastillas, DIU, etc.

TIPOS



• Condón masculino

• Condón femenino

• Inyecciones anticonceptivas

• Parches anticonceptivos

• Coito interrumpido

espacios rivados en las clínicas Para resolver dudas.

• Implante subdérmico

• método del calendario

• Pastillas anticonceptivas

• D.I.U

