



# PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DURANTE LA TEMPORADA DE FRÍO 2015 – 2016

14-OCTUBRE-2015

# Abordaje por determinantes

Identificar los problemas de salud

- IRA´s
- Influenza

Analizar TODOS los determinantes de la salud que inciden en ese problema

- Ambiente
- Inadecuada higiene personal y del entorno
- Esquema de vacunación incompleto

Priorizar los principales determinantes que influyen en el estado de salud

- Higiene personal
- Saneamiento
- Atención médica
- Resguardo en casa en caso de IRA o influenza.

# SERVICIO INTEGRADO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD COMPONENTES



# Manejo de riesgos personales

- ❖ **Higiene personal y saneamiento** (lavado de manos, estornudo de etiqueta, no escupir, No tocarse la cara con las manos sucias, limpieza y desinfección de superficies y objetos de uso común)
- ❖ **Uso de ropa adecuada** (gorro, guantes, bufanda y calcetines gruesos)
- ❖ Evitar la exposición a **cambios bruscos de temperatura** y corrientes de aire



# Manejo de riesgos personales

---

- ✧ **Consumo de** alimentos y complementos altos en **vitamina C y D** (frutas y verduras), así como **abundantes líquidos**
- ✧ **Identificación de síntomas respiratorios** (fiebre mayor a 38° C, dolor de cabeza, dolor de garganta, escurrimiento nasal, etc.)
- ✧ **Atención oportuna** ante la presencia de síntomas respiratorios
- ✧ **Vacuna contra la influenza** (grupos de riesgo)
- ✧ **No automedicación**

# Desarrollo de competencias en salud

Sesiones educativas  
Talleres  
Asambleas  
comunitarias

- Personal de salud
- Municipio
- Comunidad
- Agentes y Procuradoras
- Otros Sectores



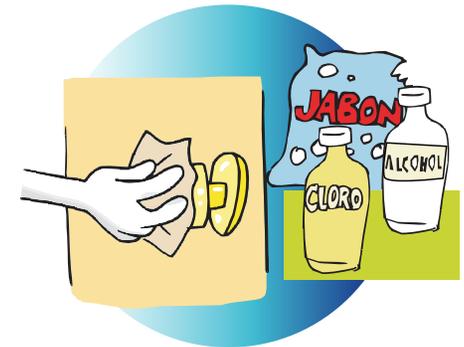
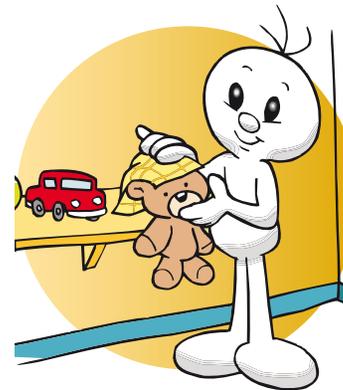
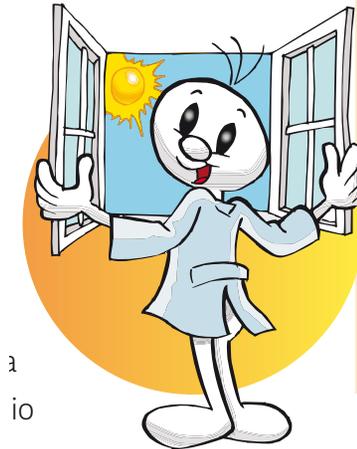
# Participación para la acción comunitaria

---

- Conformar redes
- Autoridades municipales
- Líderes informales
- Grupos religiosos
- Comités locales de salud
- Grupos de agentes y procuradores

# Entornos Promotores de la Salud

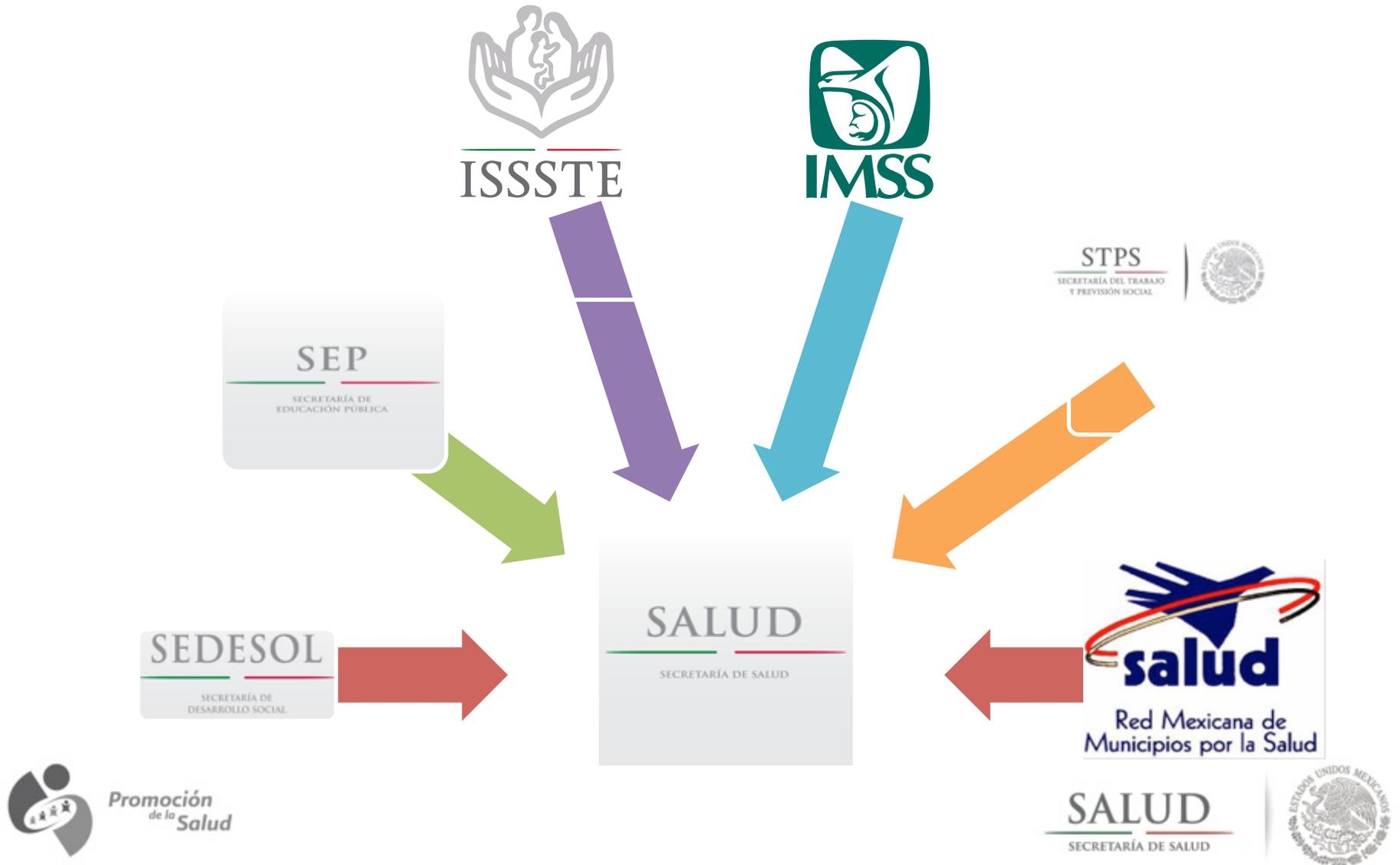
- Acciones dirigidas a que las personas logren una conducta de protección entre sí y del ambiente.
- Mejoramiento de condiciones sanitarias y socio ambientales, que logren la reducción del riesgo y la modificación de los determinantes del dengue.



# Entornos Promotores de la Salud



# Abogacía



# Mercadotecnia Social en Salud

- Actualización de los materiales educativos e informativos de temporada de frío, higiene personal y prevención de IRAs e influenza



## Vacunación Contra la influenza estacional

Contra la influenza estacional higiene, prevención y cuidados son nuestros mejores aliados

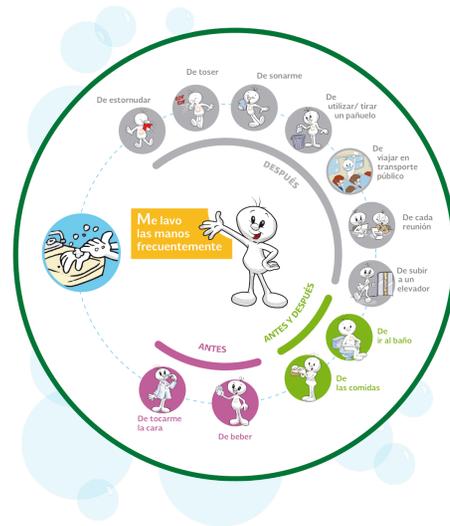


Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud  
www.salud.gob.mx  
www.promocion.salud.gob.mx

Síguenos en:  
Dirección General de Promoción de la Salud  
@SaludDGPS



## ¿CUÁNDO DEBO LAVARME LAS MANOS?



Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud  
www.salud.gob.mx  
www.promocion.salud.gob.mx

Síguenos en:  
Dirección General de Promoción de la Salud  
@SaludDGPS



## ¿SABES ESTORNUDAR CORRECTAMENTE?

¡Evita contagiar a los demás!



Cubre tu boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable  
**¡No olvides tirarlo en una bolsa de plástico!**



... o utiliza el ángulo interno del brazo  
**¡Nunca con las manos!**



Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón, de preferencia líquido

Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud  
www.salud.gob.mx  
www.promocion.salud.gob.mx

Síguenos en:  
Dirección General de Promoción de la Salud  
@SaludDGPS



# Mercadotecnia Social en Salud

- Difusión de diversos materiales de comunicación a través del portal:

<http://promocion.salud.gob.mx/dgps/index.html>

- Actualización del micrositio:

<http://todosobreinfluenza.mx>



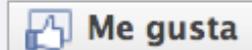
---

# ¡Gracias!

Portal web: <http://promocion.salud.gob.mx>



**Dirección General de Promoción de la Salud**



**@SaludDGPS**



Promoción  
de la Salud

**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

