

Plaza de La Revolución, 21 de Febrero de 2008.
“Año 50 de La Revolución.”

Asignatura: Enfermería Familiar y Social.

Unidad I

FOE. Conferencia.

Tiempo: 90 minutos.

Profesor: Oneida Gómez

Método. Explicativo.

Tema.

Sumario.

Objetivo.

Bibliografía:

Básica.

Colectivo de autores. Enfermería Familiar y Social, Capítulo IV. Editorial Ciencias Médicas de la Habana, Cuba-2004.

Complementaria.

Álvarez Sintés. Temas de Medicina General Integral, Tomo I, Capítulo III. Editorial Ciencias Médicas de la Habana, Cuba-2001.

Instituto Superior de Ciencias Medicas de la Habana
Facultad Manuel Fajardo

Tema 4: Modo y Estilo de Vida

Lic. Antonia Oneida Gómez Espinosa
Profesor Instructor

SUMARIO:

- Definición de Modo y Estilo de Vida y sus diferencias.
- Estilo de vida dañinos a la salud.
- Factores de riesgo de enfermedades crónicas no trasmisibles.
- Promoción y Prevención a grupos de riesgo.(E.I)

BIBLIOGRAFIA

➤ Básica.

Colectivo de autores. Enfermería Familiar y Social, Capítulo 20. Pág. 456. Editorial Ciencias Médicas de la Habana, Cuba-2004.

➤ Complementaria.

Álvarez Sintés. Temas de Medicina General Integral, Tomo I, Capítulo III. Editorial Ciencias Médicas de la Habana, Cuba-2001.

OBJETIVO:

Explicar la importancia del trabajo de enfermería en modificar modo y estilo de vida de la población en los tres niveles de atención.

MODO DE VIDA

Son las condiciones económicas de un grupo de individuos o de una determinada población, donde los miembros de ella utilizan y desarrollan sus condiciones de vida.

ESTILO DE VIDA

Es una categoría socio-psicológica que se utiliza para describir el comportamiento humano en su medio social, cultural y económico.

DIFERENCIAS ENTRE MODO Y ESTILO DE VIDA

MODO



- Organización de los grandes grupos sociales.
Ejemplo:
- ❖ Servicios de salud.
 - ❖ Instituciones educacionales.
 - ❖ Tipos de viviendas.

ESTILO



- Formas de vivir las personas.
Ejemplo:
- ❖ Hábito de fumar.
 - ❖ Conducta sexual desprotegida.
 - ❖ Dieta inadecuada.

ESTILOS DE VIDA DAÑINOS PARA LA SALUD

- 1) Polifarmacia.**
- 2) Mal nutrición por exceso o defecto.**
- 3) Alcoholismo.**
- 4) Hábitos tóxicos.**
- 5) Sedentarismo.**
- 6) Conducta sexual desprotegida.**
- 7) Dieta inadecuada.**

FACTORES DE RIESGO EN LAS ENFERMEDADES CRONICAS NO TRASMISIBLES

No modificables

Sexo
Edad
Historia Familiar
Grupo Sanguíneo

Modificables

Menores
Mayores

MODIFICABLES

MENORES

- ✓ Sedentarismo.
- ✓ Tensión Psicológica.
- ✓ Consumo de drogas.
- ✓ Consumo de carbohidratos.
- ✓ Tipo de personalidad.

MAYORES

- ✓ HTA.
- ✓ Hábito de fumar.
- ✓ Diabetes Mellitus
- ✓ Obesidad.
- ✓ Dietas ricas en grasas.

ESTUDIO INDEPENDIENTE

Promoción y Prevención a Grupos de Riesgo.

➤ **Básica.**

Colectivo de autores. Enfermería Familiar y Social, Capítulo 20. Pág. 456. Editorial Ciencias Médicas de la Habana, Cuba-2004.

➤ **Complementaria.**

Álvarez Sintés. Temas de Medicina General Integral, Tomo I, Capítulo III. Editorial Ciencias Médicas de la Habana, Cuba-2001.