

Pongamos en practica hábitos saludables, somos lo que comemos

Habitos saludables

Eje temático: **Salud, ambiente, hábitat integral y desarrollo sustentable**

BARRIOS CAROLINA E (FACULTAD DE ODONTOLOGIA UNNE) **MARTINEZ SANDRA E** (FACULTAD DE ODONTOLOGIA UNNE) **ENCINA TUTUY ALEJANDRO JOAQUIN** (FACULTAD DE ODONTOLOGIA UNNE) **ROMERO MARIA AGUSTINA** (FACULTAD DE ODONTOLOGIA UNNE) **LOPEZ VALLEJOS MARIA JULIA** (FACULTAD DE ODONTOLOGIA UNNE) **GALIANA MARIEL** (FACULTAD DE ODONTOLOGIA UNNE)

Palabras Clave: **Hábitos - Salud - Adolescentes - Promocion - Prevencion**

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto propone acciones sobre uno de los problemas que origina mayor preocupación en la sociedad actual, la tendencia de la sociedad a adquirir estilos de vida poco saludables, se requiere como base de la prevención de enfermedades la adquisición y consolidación de hábitos y actitud básica para lograr salud integral en el adolescente grupo vulnerable.

OBJETIVO

Identificar a la salud como comprobante primordial promoviendo la participación activa de la comunidad educativa mediante acciones de prevención de la salud y aplicación de estrategias que estimulen el desarrollo de hábitos saludables en adolescentes

METODOLOGÍA

Se llevaron a cabo propuestas con una atención incremental pautaada con énfasis en la promoción y prevención de la salud desarrollando acciones que limiten el daño que afecta la salud de los adolescentes se iniciaron acciones tendientes a la Educación

RESULTADOS / DISCUSIÓN

Se realizaron en los alumnos de la escuela secundaria charlas motivacionales de educación para la salud bucal de adolescentes y sus familias. historias clínicas, odontograma, enseñanza de técnicas de cepillado quienes adquirieron buenas practicas de higiene oral logrando que el 60% de los integrantes del proyecto alcancen un Índice de O Leary compatibles con salud y adquieran hábitos de higiene y conocimientos sobre los beneficios de una alimentación saludable.

CONCLUSIONES

Se evaluó cambios de estilo de vida observados a través de una encuesta que trasciende la adquisición de conocimientos y la realizacion de segundos controles de indices que arrojaron valores compatibles

BIBLIOGRAFÍA

