

# 1º CONGRESO DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA DE LA UNNE

## 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 - Promoción - Prevención**

#### 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.

#### 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 prácticas 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.

#### 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

#### CONCLUSIONES

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

#### METODOLOGÍA

Se llevaron a cabo propuestas con una atención incremental pautada 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

#### BIBLIOGRAFÍA

