MODELO EDUCATIVO VISIÓN 2040

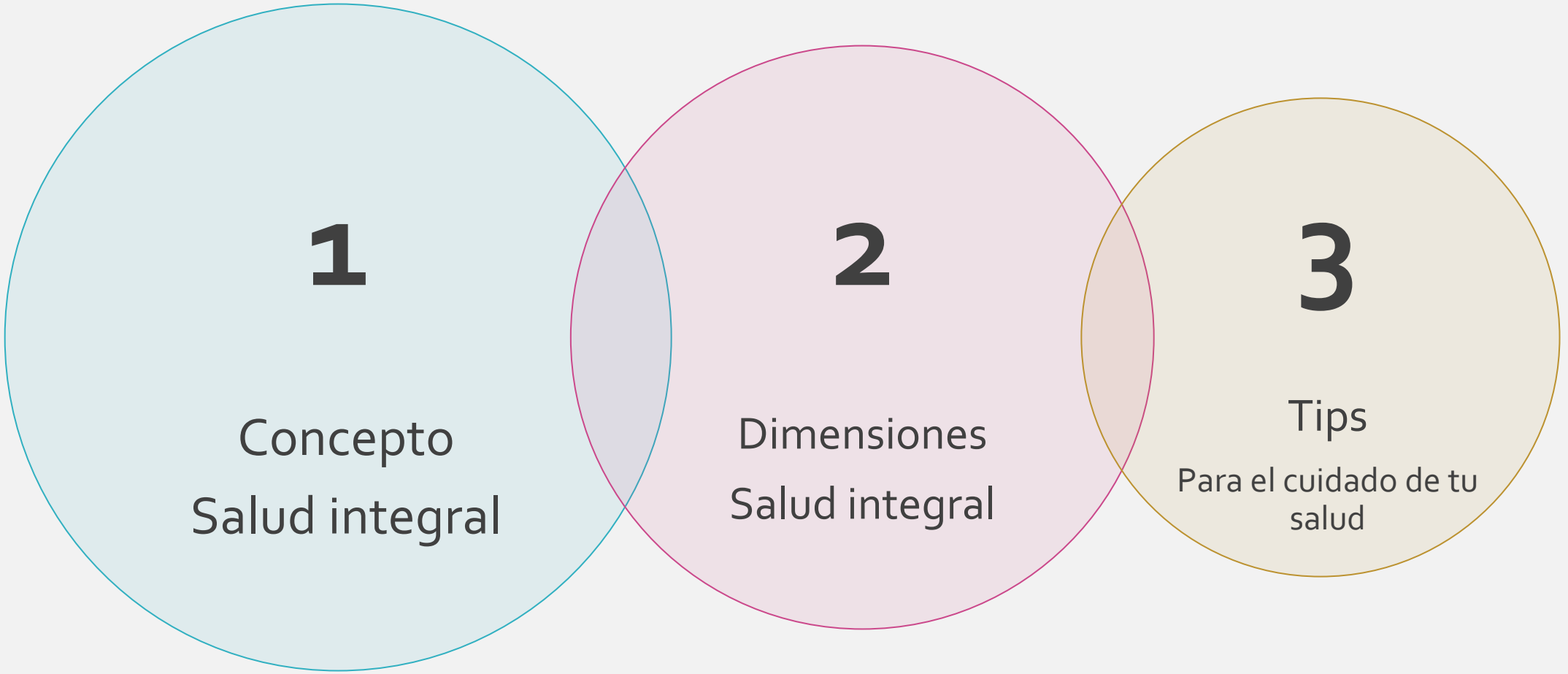
UACJ INSPIRA EL FUTURO

Cuidado integral de la salud

Tema 4

Tema 4

Cuidado integral de la salud.

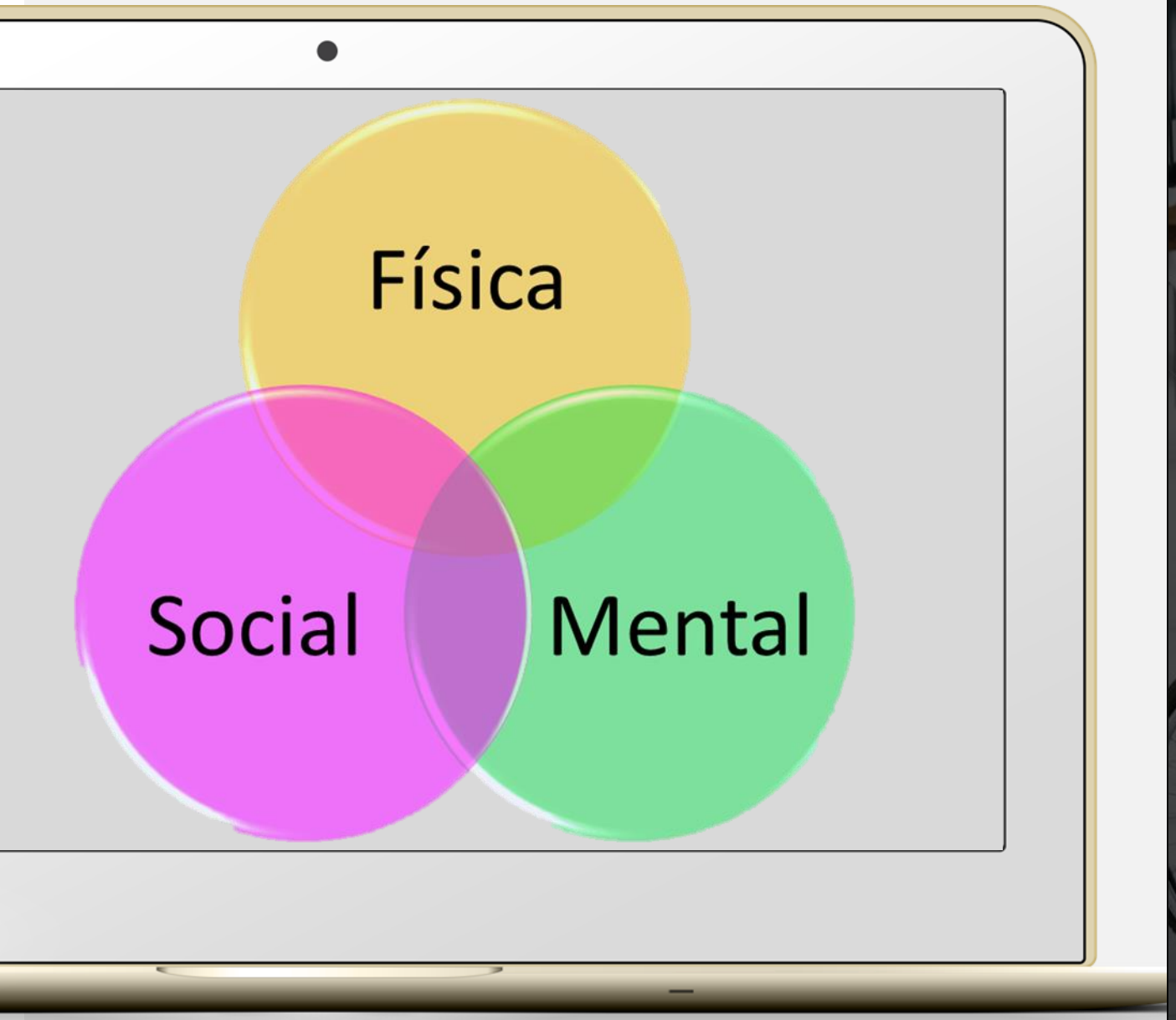


¿Qué es salud?
¿Qué es salud integral?

Concepto de salud

"Un estado de completo bienestar físico, mental, social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades".

OMS 1948



Salud Integral.

"No se trata de no tener enfermedades o trastornos físicos o mentales, sino de gozar de un equilibrio biopsicosocial que nos permita mantenernos en buenas condiciones, ser capaces de adaptarnos al medio y disfrutar de nuestro día a día."

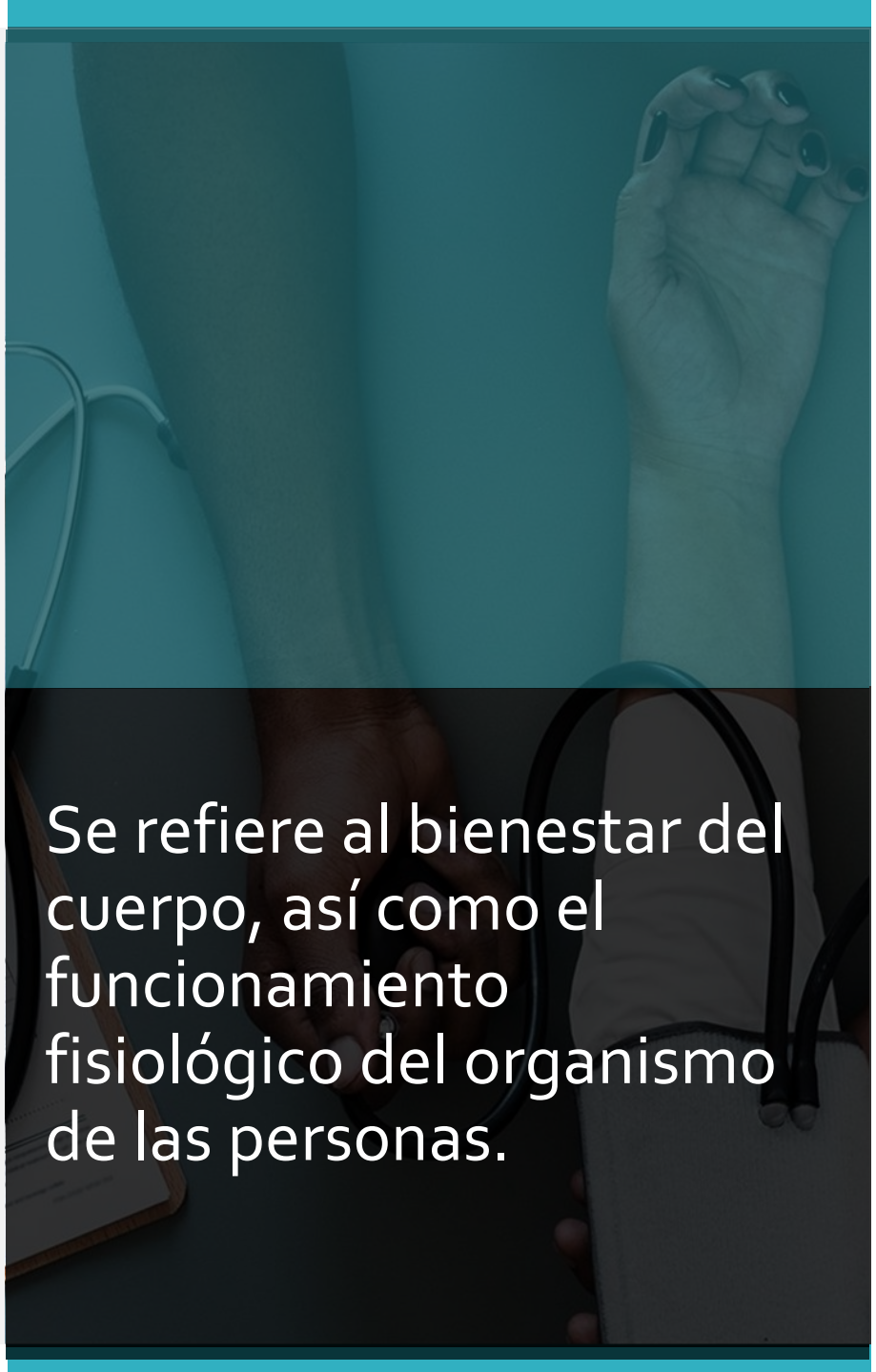
MODELO EDUCATIVO VISIÓN 2040

Dimensión física.

Alimentación saludable

Actividad física

Servicios médicos



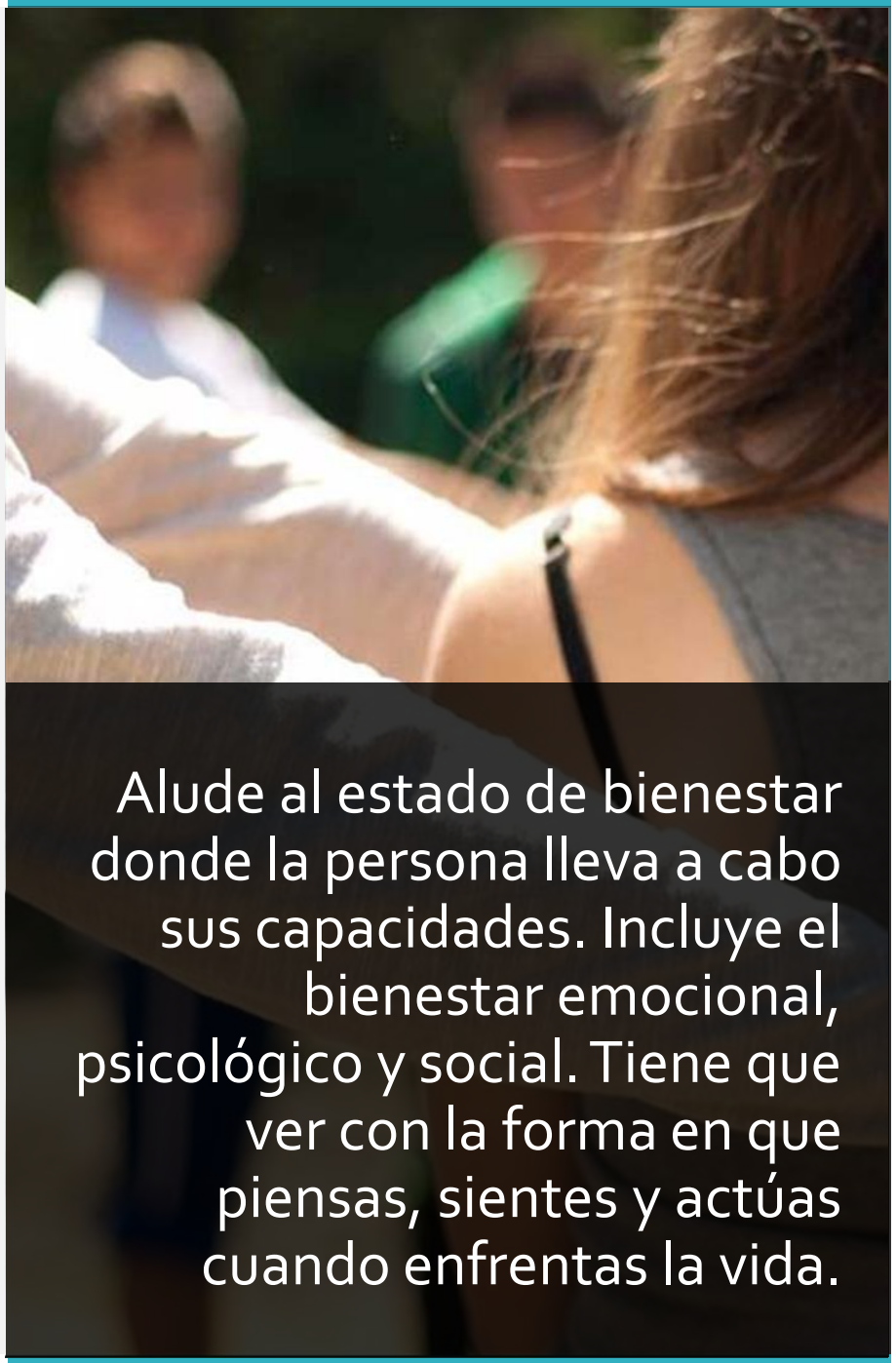
Se refiere al bienestar del cuerpo, así como el funcionamiento fisiológico del organismo de las personas.

Dimensión mental.

Emocional

Psicológico

Social



Alude al estado de bienestar donde la persona lleva a cabo sus capacidades. Incluye el bienestar emocional, psicológico y social. Tiene que ver con la forma en que piensas, sientes y actúas cuando enfrentas la vida.

Dimensión social

Se refiere a cómo se lleva con las demás personas, cómo interactúa con ellas, con las instituciones y los demás elementos que conforman a la sociedad.

Instituciones

Recreación

Interacción

Tips para el cuidado de la salud integral.

https://www.youtube.com/watch?v=owr6b1WxWHM

Servicios de apoyo dentro de la Universidad.

- Apoyo psicológico y legal.
- Clínicas de nutrición y odontológicas.
- Espacios deportivos.
- Tutorías/PITTA.
- Cursos y talleres.

UACJ | Universidad Autónoma de Ciudad Juárez

Subdirección de Formación Integral

Subdirección de Educación en Ambientes Virtuales