

SAN PEDRO DE LA PAZ
DIRECCIÓN DE SALUD



CONTROL DE SALUD INTEGRAL DEL ADOLESCENTE

EU BÁRBARA CORDOVA
EU NATALIA CORTES

OBJETIVO DEL CONTROL

CONSISTE EN UNA EVALUACION DE SALUD QUE TIENE POR OBJETIVO REALIZAR UN CUESTIONARIO AUTOAPLICADO INDIVIDUAL Y FAMILIAR AL ADOLESCENTE, IDENTIFICANDO FACTORES DE PROTECCION Y CONDUCTAS DE RIESGO, ADEMÁS DE EVALUAR APRENDIZAJES DE AUTOCAUIDADO PARA LA SALUD.



FACTORES DE RIESGO

CONSUMO PERJUDICIAL DE
ALCOHOL Y OTRAS DROGAS

RIESGO SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

RIESGO NUTRICIONAL

RIESGO SALUD MENTAL

OTRO RIESGO

EVALUADO SEGÚN LA EDAD
(DE 1RO A 4TO MEDIO)



SEXUALIDAD	INTENCIÓN O CONDUCTA SEXUAL	RELACIONES SEXUALES CON	PAREJA SEXUAL
heterosexual <input type="checkbox"/> homosexual <input type="checkbox"/> bisexual <input type="checkbox"/> Se identifica como: n/r <input type="checkbox"/>	postergadora <input type="checkbox"/> anticipadora <input checked="" type="checkbox"/> activa <input checked="" type="checkbox"/> [] edad de inicio	distinto sexo <input type="checkbox"/> mismo sexo <input type="checkbox"/> ambos sexos <input type="checkbox"/> n/c <input type="checkbox"/>	única <input type="checkbox"/> ambos <input type="checkbox"/> varias <input type="checkbox"/> n/c <input type="checkbox"/>

PREGUNTAS QUE SE ABORDARAN CON EL/LA ESTUDIANTE AL MOMENTO DEL CONTROL EN CASO DE QUE CORRESPONDA

ANTICONCEPCIÓN uso habitual condón siempre <input type="checkbox"/> a veces <input checked="" type="checkbox"/> nunca <input checked="" type="checkbox"/>		Doble protección si <input type="checkbox"/> no <input checked="" type="checkbox"/>
uso MAC actual <input checked="" type="checkbox"/> ¿Cuál? si <input type="checkbox"/> no <input checked="" type="checkbox"/> a veces <input checked="" type="checkbox"/> Razón no uso		
consejería uso MAC si <input type="checkbox"/> no <input checked="" type="checkbox"/>	ACO de emergencia sí <input type="checkbox"/> no <input type="checkbox"/>	

ITEMS DEL CONTROL

SECCION ANTECEDENTES
PERSONALES

EVALUACION NUTRICIONAL

TOMA DE PRESION ARTERIAL

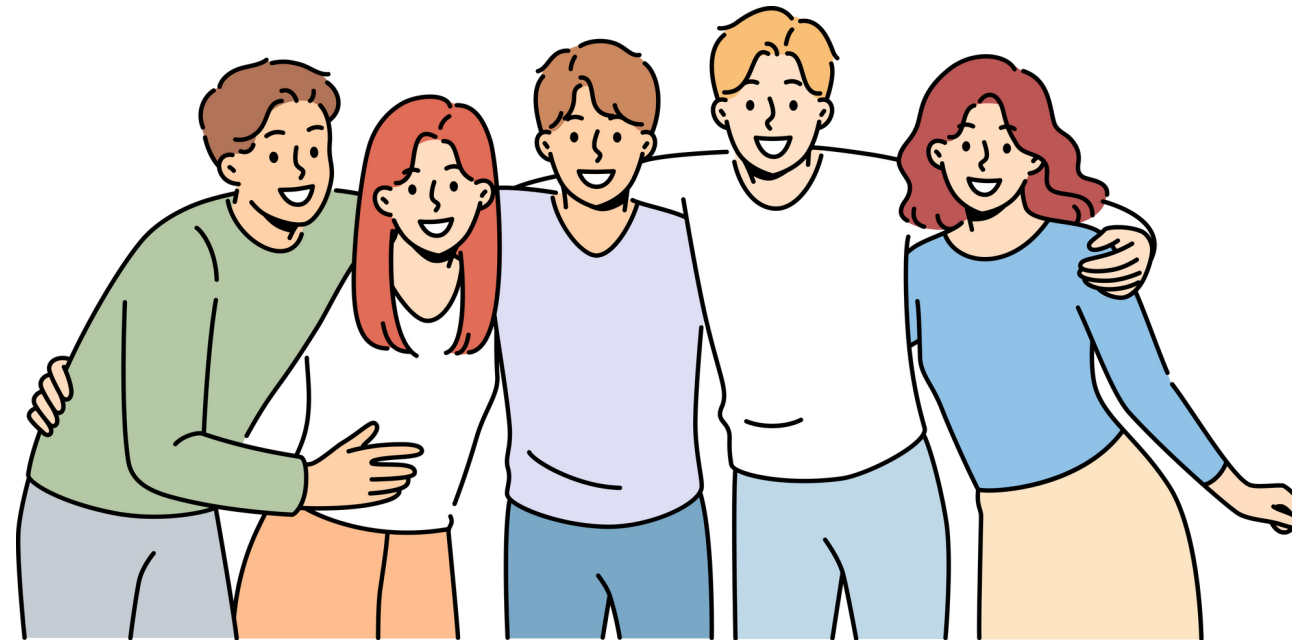
EVALUACION VISUAL

ENTREGA DE REPORTE DE SALUD



EL CONTROL DE SALUD
ADOLESCENTE SE
REALIZA ENTRE LOS 10
Y 19 AÑOS, UNA VEZ AL
AÑO

EN EL CASO DE HABER
ALGUNA DERIVACION
DEBE GESTIONAR HORA
EN SU CENTRO DE
SALUD QUE LE
CORRESPONDA SEGUN
SU PREVISIÓN.



CONTROL DE SALUD
ADOLESCENTE SE
REALIZARA PREVIA
FIRMA DE
CONSENTIMIENTO
INFORMADO

ES IMPORTANTE
RECALCAR QUE EL
CONTROL
ADOLESCENTE ES UN
DERECHO Y ES
RESPONSABILIDAD DE
LOS ADULTOS Y/O
TUTORES PERMITIR EL
ACCESO OPORTUNO A
ESTA PRESTACION DE
SALUD

La adolescencia es una etapa de oportunidad y de cambios, crea tus hábitos desde ya y pronto verás beneficios.



SE RECOMIENDA..

Pasar tiempo con tu familia en actividades que disfruten juntos

Participa en actividades recreacionales culturales, deportivas en tu colegio y en tu barrio



Cesfam Loma Colorada

Secretaría: 412295500
OIRS: 413395518
Dental: 413395551
Interconsulta: 4133955441
SAPU DESDE LAS 17 HORAS
412295515



No olvides asistir a tus controles de salud en el CESFAM.

Cuida tu salud

El momento es ahora!



SAN PEDRO DE LA PAZ
DIRECCIÓN DE SALUD

Es momento de crear tu mejor versión

Actividades que puedes realizar



Duerme entre 8 a 10 horas

1 Dormir las horas correspondientes te ayudará a mejorar la atención, comportamiento, la memoria, la salud mental y física.

Toma 6 a 8 vasos de agua al día

2 Toma agua de forma diaria, especialmente si realizas ejercicio.
NO ESPERES TENER SED PARA TOMAR AGUA!!

Cepillate de los dientes

3 Lávate los dientes después de cada comida, y en la noche antes de dormir. Idealmente usa hilo dental



Come alimentos saludables



4 Consumir 5 frutas frescas y verduras, de distintos colores cada día.

No olvides el consumo de lácteos y proteínas

Evita los productos en conserva y las frituras!

5 Realiza actividad física

Realiza mínimo 150 minutos a la semana de actividad física moderada a vigorosa

Te ayudará a fortalecer tu musculatura y tus huesos!

Así evitaras el sobrepeso y la obesidad!

6 Organiza tu tiempo

Se responsable con tus tareas y asistencia al colegio.

Establece horarios de estudios y de recreación.

Si tienes dudas pregunta a tus padres o profesores.

EVITA el uso prolongado de pantallas, sobre todo antes de dormir

VIOLENCIA EN RELACIÓN DE PAREJA



Es toda forma de abuso físico, psicológico emocional, sexual y/o económico, que tiene lugar en la relación de pareja, sin importar la legalidad del vínculo

Son prácticas abusivas ejercidas por una persona hacia otra con la que tiene o ha tenido una relación afectiva de pareja.



Secretaría: 412295500
OIRS: 413395518

S.A.PU DESDE LAS 17 HORAS
412295515

Cesfam Loma
Colorada



Fono orientación en
violencia : 1455

DI NO A LA VIOLENCIA

EN TU RELACION DE PAREJA



¿QUÉ ES EL CICLO DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA?

La persona ridiculiza a la otra, se ríe de sus opiniones o las minimiza, critica su aspecto físico o pone sobrenombres. Esto produce un efecto negativo y menoscabante en la salud mental de la víctima

Se origina el "episodio agudo de violencia", el cual puede ser físico, psicológico o verbal

La persona que agrede, pide perdón y hace todo lo posible para convencer a la víctima de que no volverá a tener este tipo de conductas, induciendo a una reconciliación

¿DÓNDE ACUDIR EN BUSCA DE AYUDA U ORIENTACIÓN?

Los Espacios Amigables, son un programa en donde encontrarás:

Un ambiente de gusto juvenil, resguardando la confidencialidad en la atención del adolescente

Atención gratuita, cercana y de fácil acceso, en horarios de atención convenientes de 16:00 a 20:00 horas

Profesionales que están preparados y motivados para atender a adolescentes



SEÑALES PARA DETECTAR SI ESTÁS EN UNA RELACIÓN DE PAREJA VIOLENTA

Invasión de tu privacidad

Revisa tu celular y te exige eliminar a personas

Control- Presión

Te dice cómo vestirse, te aleja de amistades y/o familiares, te presiona para tener relaciones sexuales

Daño Físico

Te dice cómo vestirse, te aleja de amistades y/o familiares, te presiona para tener relaciones sexuales

Daño Psicológico

Te insulta, humilla o ignora, en público o en privado

¿QUÉ ES EL MALTRATO ESCOLAR?

El maltrato escolar es todo tipo de violencia física o psicológica, cometida por cualquier medio, en contra de un estudiante o un integrante de la comunidad educativa, realizada por otro miembro de la comunidad.

El maltrato escolar puede ser tanto físico como psicológico y puede ser efectuado por cualquier medio e incluso por medios tecnológicos.



NO AL MALTRATO ESCOLAR

Secretaría: 412295500
OIRS: 413395518
Dental: 413395551
Interconsulta: 4133955441
SAPU DESDE LAS 17 HORAS
412295515

CESFAM Loma Colorada

 **SAN PEDRO DE LA PAZ**
DIRECCIÓN DE SALUD



¿CUÁLES SON LOS SIGNOS COMUNES DE UNA PERSONA QUE ES VÍCTIMA DE MALTRATO ESCOLAR ?

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS COMUNES DE UNA PERSONA QUE ES VÍCTIMA DE MALTRATO ESCOLAR ?

- Baja anímica, soledad, ansiedad
- Dolor de cabeza, dolor de estómago, cansancio
- Ausencia escolar, no sentirse a gusto en la escuela
- Baja en rendimiento
Pérdida o daño en ropa, libros, etc.
- Pérdida abrupta de amigos

Todos los integrantes de la comunidad educativa pueden sufrir algún tipo de maltrato; estudiantes, padres, madres y apoderados, equipos directivos, docentes, asistentes de la educación y sostenedores

CIBERACOSO

Tipo de maltrato que se puede dar en contexto escolar entre pares que involucra el envío o publicación de textos o imágenes dañinas en internet o redes sociales

CARACTERÍSTICAS

Suele ser anónimo

Puede adoptar diferentes formas como mensajes, imágenes, avisos en internet.

CONSECUENCIA

Puede aumentar síntomas depresivos
Puede aumentar el ausentismo escolar
Podría derivar en síntomas físicos como dolor de cabeza, estómago, etc

Cesfam
Loma Colorada

Prevención del
suicidio

situación actual



Chile es el sexto país con mayor tasa de suicidios en América Latina.

Por cada muerte por lesiones auto infligidas se estima que hay 20 intentos de suicidio y unas 50 personas con ideación suicida. A nivel mundial el suicidio es la segunda causa de muerte en personas de 15 a 29 años.

Secretaría: 412295500
OIRS: 413395518
S.A.PU DESDE LAS 17 HORAS

Atención psicológica en el CESFAM



Los sauces #56,
San Pedro de la Paz

TE PODEMOS AYUDAR

Vivir SIEMPRE ES MEJOR



No me sueltes, yo no te voy a soltar

QUE HACER SI PIENSAS QUE UN CERCANO SE ENCUENTRA EN RIESGO



Pregúntale si puedes ayudarlo, y como hacerlo.

Déjale hablar a su propio ritmo, lo compartirá contigo cuando este preparado

Ten paciencia al escuchar, no juzgues su forma de pensar

Acude con tu cercano a un centro de ayuda.

Mitos e ideas erróneas sobre el suicidio



"EL QUE QUIERE COMETER SUICIDIO NO LO DICE"

Conduce a no prestar atención a las personas que manifiestan sus ideas suicidas

"EL QUE LO DICE NO LO HACE"

Conduce a minimizar las amenazas suicidas.

"EL QUE PIENSA EN SUICIDARSE ES UN COBARDE"

No son personas cobardes simplemente se encuentran en un proceso de sufrimiento

¿QUÉ PUEDO HACER SI PIENSO EN EL SUICIDIO?

Tener presente que existen otras soluciones.

Busque ayuda lo antes posible (amigo, familiar, personal de salud).

Permanezca acompañado, hasta que sienta que este pensamiento disminuye

Recuerde siempre que las crisis son transitorias, la muerte no lo es.

Acuda a los espacios amigables presentes en el cesfam.

The background features several large, overlapping, abstract shapes in shades of pink, purple, and yellow. These shapes are defined by thin black outlines and are scattered across the white background, creating a vibrant and modern aesthetic.

**¡MUCHAS
GRACIAS!**