

Acompañar es educar

Ficha vinculada al material audiovisual

Dr. Faga. Episodio: **DETECCIÓN TEMPRANA**

¿Sabías que...?

En la década del 50, la Organización Mundial de la Salud (OMS) cambia la definición de salud que hacía referencia a la falta de enfermedad, por el concepto de bienestar.

En el bienestar se incluye lo físico, lo psíquico y el contexto en el que vivimos. El contexto incluye también a la familia y a las relaciones entre cada uno de sus miembros.

¿Por qué es importante la detección primaria?

"Anticiparse a los problemas es una de las claves del buen vivir. No se puede hacer siempre pero hay cosas que se ven venir. En la vida sirve la experiencia, y en salud, la detección. La detección temprana es fundamental para prevenir futuras enfermedades", dice el Dr. Faga.



#A JUGAR EN CASA # MI LUGAR

Proponemos pensar cómo mejorar el espacio que habitamos. Puede ser simplemente ordenar la sala, colocar una planta a la vista de todos o pintar una pared.

Busca otros materiales en **Escuela Plus**, colocando en el buscador los temas de interés: **salud, bienestar, detección temprana.**

¡LA IMPORTANCIA DE CUIDARSE!

La detección comienza en la gestación, continúa en la infancia y se aplica durante toda la vida, no solo para evitar la enfermedad sino también para prevenir complicaciones cuando ya se ha establecido.

¿Cómo podemos hacerlo?



Visitar a profesionales de la salud para tener un control sobre nuestro estado físico y emocional. Es importante detectar enfermedades antes de que aparezcan para poder tratarlas a tiempo.



Y además.... Es importante generar hábitos y rutinas de cuidado y bienestar. Por ejemplo:

- Planificar una alimentación saludable.
- Organizar encuentros con amigos y familiares
- Mantener una rutina de ejercicio físico (caminar, andar en bicicleta, etc).