Outlook

Educación para la Salud Publica

Desde Diana Lucia, Ulloa Poveda <DLUlloa@saludcapital.gov.co>
Fecha Jue 2/10/2025 3:00 PM
Para Sindy Julieth, Sanchez Neira <SJSanchez@saludcapital.gov.co>

1 archivo adjunto (20 KB)
20251003 Educación para la Salud Publica SO y SA.docx;

Cordial Saludo Sindylu, envío temas generales para Educación para la Salud Publica de los gestores, para las líneas de Salud Oral y Salud Ambiental, atenta a comentarios.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DISTRITAL DE SALUD

Diana Lucía Ulloa Poveda
Profesional Especializado
Dirección de Provisión de Servicios de Salud
Secretaría Distrital de Salud
Teléfono: 3124811701

SALUD ORAL

1. Hábitos de higiene oral en casa: cómo y cuándo cepillarse, uso correcto del cepillo, importancia del cepillado nocturno y cambio regular del cepillo.

2. Alimentación saludable para cuidar los dientes: evitar exceso de azúcar y bebidas gaseosas, promover agua, frutas y verduras.

3. Importancia de las visitas de control al odontólogo: explicar que no solo es cuando hay dolor, sino para prevención.

4. Cuidados en la infancia y adolescencia: enseñar a las familias la importancia de acompañar el cepillado de los niños, revisar la erupción de los dientes y evitar prácticas como dormir con el biberón.

5. Prevención de problemas frecuentes: reconocer señales de alerta sencillas (sangrado de encías, mal aliento persistente, dolor dental) y la necesidad de acudir al odontólogo a tiempo.

SALUD AMBIENTAL

1. Importancia del cuidado del agua: cómo evitar su desperdicio y prevenir la contaminación doméstica.

2. Manejo adecuado de residuos: separación, reciclaje y reducción de basuras.

3. Prevención de criaderos de mosquitos y otras plagas: eliminar aguas estancadas y mantener espacios limpios.

4. Calidad del aire y ventilación en el hogar: riesgos del humo de cigarrillo, quema de basura o cocinas sin ventilación.

5. Entorno saludable en la comunidad: cuidado de parques, zonas verdes y espacios públicos para prevenir riesgos ambientales.