

COMO HACER CONSEJOS EDUCATIVOS EFICACES EN ESTILOS DE VIDA

Los estilos de vida son determinantes fundamentales del nivel de salud y factores causales de las principales enfermedades crónicas: cardiovasculares, obesidad, diabetes y algunos cánceres.

La consulta ofrece múltiples oportunidades para promover estilos de vida saludables y prevenir enfermedades. El Consejo educativo con folleto es una herramienta fundamental para esta tarea.

Esta sesión pretende mejorar las capacidades para realizar Consejos educativos eficaces en las consultas.

Dirigida a: Profesionales de centros de salud.

Duración: 2 horas

Objetivo general: Desarrollar capacidades para llevar a cabo Consejos educativos eficaces sobre Estilos de Vida.

Objetivos específicos:

1. Conocer una propuesta de intervenciones educativas en estilos de vida que incluye el Consejo con material educativo.
2. Comprender las recomendaciones actuales sobre estilos de vida.
3. Desarrollar actividades y habilidades para llevar a cabo Consejos educativos eficaces en estilos de vida en la práctica profesional.

Metodología:

Activa incluyendo distintos tipos de técnicas formativas.

Programa:

Contenido	Técnica	Agrupación	Tiempo
Presentación.	Introducción	GG	15'
Consejos educativos: Cómo hacer un Consejo educativo	Tormenta de ideas Exposición + Discusión	GG/GP GG	45'
Consejos educativos: Cómo hacer un Consejo educativo	Vídeo: Casos prácticos	GG GP/GG	45'
Materiales útiles. Circuito de materiales.	Exposición + Discusión	GG	15'

GP=Grupo Pequeño

GG=Grupo Grande