

## VII. Educación para la salud

### 12. Enfermedades que se derivan por Hábitos de Vida poco Saludables : obesidad, diabetes, hipercolesterolemia, enfermedades mentales (Trastorno bipolar y esquizofrenia).

#### **Descripción**

Actualmente, se ha constatado en niños/as, jóvenes y personas adultas un aumento de enfermedades derivadas del sobrepeso y la obesidad, tales como la diabetes, enfermedad cardiovascular, hipertensión arterial y las hipercolesterolemias.

Estas enfermedades están en relación con hábitos de vida inadecuados. Una mala alimentación, el sedentarismo y el exceso de peso son factores de riesgo para la aparición de las mismas.

Además, los cambios en los estilos de vida y los hábitos poco saludables están dando lugar a un aumento de la frecuencia de enfermedades mentales en jóvenes y adolescentes. El consumo de cannabis y otras drogas pueden desencadenar enfermedades como el trastorno bipolar y esquizofrenia.

Con esta actividad, de promoción de la salud, se pretende dar a conocer la importancia que tiene el fomento de estilos de vida más saludables.

#### **Objetivos**

- Adquirir nociones fundamentales sobre las principales enfermedades que se derivan por no tener unos hábitos de vida saludables.
- Conocer las causas por las que se producen estas enfermedades y las complicaciones que se derivan de estas enfermedades.
- Motivar a el/la paciente para que tome conciencia sobre su enfermedad.
- Aprender la importancia que tiene para nuestra salud adquirir hábitos saludables.

#### **Contenidos**

- Sobrepeso y obesidad: concepto, situación actual, clasificación, consecuencias, obesidad infantil, prevención.
- Diabetes: definición, situación actual, clasificación, síntomas y signos de la diabetes, diagnóstico, complicaciones, prevención y tratamiento.
- Trastorno Bipolar y la Esquizofrenia: Definición, causas, síntomas, diagnóstico, tratamiento, etc.
- Los hábitos de Vida Sana.

#### **Dirigido a**

4º Curso de Educación Secundaria Obligatoria, Bachiller, Centros de Educación Permanente de Personas Adultas (Alumnado de 15 a 18 años)

#### **Duración**

90 minutos

#### **Aportaciones del Ayuntamiento**

Personal especializado.

La Concejalía de Medio Ambiente, Salud y Mantenimiento Integral de la Ciudad del Ayuntamiento de Granada subvenciona íntegramente el coste de esta actividad.

**Calendario**

Durante el curso escolar.

**Actividades**

Se desarrollará un taller de noventa minutos de duración aproximadamente, utilizando presentaciones con imágenes comentadas y realizando, al final de la intervención, actividades didácticas con el objetivo de afianzar los conocimientos adquiridos.

**Observaciones**

El programa se desarrolla en el propio Centro Educativo.

**Organiza**

Concejalía de Medio Ambiente, Salud y Mantenimiento Integral de la Ciudad.

**Tramitación de solicitudes**

Concejalía de Educación, Consumo y Empleo. Servicio de Educación

C/ Horno de San Matías, 4

18009 Granada

Teléfono: 958.18.00.91

Fax: 958.18.00.90

Correo electrónico: [educacion@granada.org](mailto:educacion@granada.org)

Web: [www.granada.org](http://www.granada.org)