

PROMOCIÓN DE LA SALUD

Promoción de la salud y apoyo psicológico al paciente

01 Completa el cuadro comparativo

Rellena el cuadro con la información correspondiente a cada nivel de prevención.

ASPECTO	PRIMARIA	SECUNDARIA	TERCIARIA	CUATERNARIA
Objetivo principal				
Momento de actuación				
Población diana				
Ejemplos de acciones				
Profesionales implicados	Enfermeros, educadores de salud, trabajadores sociales.	Médicos de familia, radiólogos, laboratorio clínico.	Fisioterapeutas, logopedas, médicos especialistas.	Médicos de familia, farmacéuticos, equipos de AP.

02 Verdadero o Falso

Indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas (V) o falsas (F). Si son falsas, corrígelas en el espacio indicado.

Nº	Afirmación	V / F	Corrección (si es falsa)
1	La prevención primaria actúa cuando la enfermedad ya ha aparecido.		
2	Las campañas de vacunación son un ejemplo de prevención primaria.		
3	La prevención cuaternaria busca evitar la medicalización innecesaria.		
4	El cribado de cáncer de mama es un ejemplo de prevención terciaria.		
5	La rehabilitación cardíaca pertenece a la prevención terciaria.		

03 Relaciona conceptos

Escribe si se trata de prevención primaria, prevención secundaria, prevención terciaria o prevención cuaternaria.

1. Programa de educación sobre alimentación saludable en colegios	→	
2. Control de la presión arterial en pacientes hipertensos	→	
3. Fisioterapia tras una fractura de cadera	→	
4. Prueba de glucosa en sangre para detectar diabetes	→	
5. Evitar pruebas diagnósticas innecesarias en pacientes sanos	→	
6. Campaña de uso del preservativo	→	
7. Evitar tomar el sol en las horas de máxima incidencia.	→	
8. Análisis oncológicos periódicos de una persona que ha padecido un cáncer.	→	
9. Comer dos piezas de fruta, al menos, cada día.	→	
10. Seguir principios ergonómicos en la realización de movilizaciones de pacientes.	→	
11. Controlar la ingesta de carbohidratos en una persona diabética.	→	
12. Participar en el programa de detección de sangre en heces para la prevención del cáncer colorrectal.	→	
13. Realizar una mamografía bianual en mujeres mayores de 50 años.	→	
14. Dejar de fumar.	→	

04 Respuesta corta

Responde brevemente a las siguientes preguntas.

1. ¿Qué diferencias hay entre prevención de la salud y protección de la salud?

2. ¿Por qué es importante implicar a la comunidad en las estrategias de prevención primaria?

05 Identifica el nivel de prevención

Escribe a qué nivel de prevención pertenece la acción representada.

Un médico realiza una mamografía a una mujer de 50 años. Nivel: _____	Enfermera administra la vacuna de la gripe a un anciano. Nivel: _____	Taller municipal de ejercicio físico para prevenir obesidad. Nivel: _____
Sesión de rehabilitación tras un ictus. Nivel: _____	Médico decide no pedir más análisis a un paciente sin síntomas. Nivel: _____	Charla en instituto sobre hábitos alimentarios saludables. Nivel: _____

06 Completa las frases

Rellena los huecos con las palabras del recuadro.

primaria · cuaternaria · cribado · rehabilitación · medicalización · comunidad

- La detección precoz mediante _____ permite identificar enfermedades en estadios tempranos.
- La prevención _____ busca evitar la _____ innecesaria de los pacientes.
- Involucrar a la _____ es esencial en las estrategias de prevención _____.
- La _____ forma parte de la prevención terciaria y busca recuperar la funcionalidad del paciente.

07 Clasifica las acciones

Escribe cada acción del recuadro en la columna de prevención que le corresponda.

Acciones: Revisión dental anual · Fisioterapia respiratoria · Educación sexual en institutos · Test de Papanicolau · Evitar sobrediagnóstico · Programa de deshabituación tabáquica · Logopedia post-ictus

PREVENCIÓN PRIMARIA	PREVENCIÓN SECUNDARIA	PREVENCIÓN Terciaria	PREV. CUATERNARIA

08 Identifica los niveles de prevención (primaria, secundaria, terciaria, cuaternaria)

María, de 55 años, ha sido diagnosticada de diabetes tipo 2. A lo largo de su vida y atención sanitaria se han realizado las siguientes intervenciones:

Intervención	Nivel de prevención
Se realizó un análisis de glucosa en sangre rutinario para detectar posibles alteraciones.	_____
Recibió sesiones de podología preventiva para evitar complicaciones en los pies.	_____
De joven participó en un programa escolar de alimentación saludable.	_____
El médico decidió no prescribir más medicación de la necesaria al comprobar su buen control.	_____
Asistió a un grupo de apoyo para mejorar su adherencia al tratamiento.	_____

09 Selección múltiple

Marca con una X la respuesta correcta.

1. ¿Cuál de las siguientes acciones es un ejemplo de prevención secundaria?

- A) Vacunación frente al VPH en adolescentes
- B) Cribado neonatal para detectar fenilcetonuria
- C) Sesiones de fisioterapia tras una lesión deportiva
- D) Programa municipal de actividad física para adultos mayores

2. La prevención cuaternaria fue propuesta principalmente para:

- A) Tratar enfermedades crónicas avanzadas
- B) Proteger al paciente del exceso de medicalización
- C) Detectar factores de riesgo en la población sana
- D) Rehabilitar a pacientes tras una intervención quirúrgica

3. ¿Qué profesional actúa principalmente en la prevención terciaria?

- A) Educador para la salud en centros educativos
- B) Epidemiólogo que diseña programas de cribado
- C) Fisioterapeuta en un programa de rehabilitación cardíaca
- D) Promotor de campañas de vacunación masiva

4. Un ejemplo claro de prevención primaria es:

- A) La ecografía de mama como prueba de detección precoz
- B) La administración de insulina a un diabético
- C) La colocación de prótesis de rodilla tras artrosis severa
- D) La educación sobre los riesgos del tabaco en institutos

10 Caso práctico: reflexión y aplicación

Lee el siguiente caso y responde las preguntas.

Caso: El municipio de Valderio ha detectado un aumento de enfermedades cardiovasculares entre su población. El equipo de salud pública ha diseñado un plan con cuatro fases: (1) talleres de cocina saludable para toda la población; (2) revisiones de tensión arterial y colesterol en mayores de 40 años; (3) programa de rehabilitación cardíaca para pacientes que han sufrido un infarto; (4) revisión crítica de protocolos para evitar prescripciones innecesarias de estatinas.

a) Identifica a qué nivel de prevención corresponde cada fase del plan (1-4) y justifica tu respuesta.

Fase 1:

Fase 2:

Fase 3:

Fase 4:

b) ¿Crees que el plan es completo? ¿Añadirías alguna acción adicional? Explica tu propuesta.

11 Actuaciones

1. Completa el cuadro siguiente con una actuación de prevención primaria, secundaria y terciaria para la gripe y para la caries.

	Prevención primaria	Prevención secundaria	Prevención terciaria
Gripe			
Caries			

12 Protección de la salud

Lee cada afirmación e indica si es verdadera (V) o falsa (F).

Afirmación	Verdadero	Falso
1. Un entorno físico seguro garantiza que el espacio donde nos encontramos no presenta riesgos para nuestra salud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. En el entorno telemático, compartir nuestra contraseña con amigos de confianza no supone ningún riesgo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. El acoso entre iguales (bullying) es un riesgo propio del entorno social que afecta a la salud mental.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Instalar aplicaciones de fuentes desconocidas puede poner en peligro nuestra seguridad telemática.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. La ventilación adecuada de los espacios interiores no tiene relación con la protección de la salud física.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Configurar la privacidad en las redes sociales es una medida de protección en el entorno telemático.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>