



INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE SALUD B - MACARÁ

INFORME DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS POR LOS DEPRATAMENTOS DE REHABILITACIÓN FÍSICA Y PSICOLOGÍA CLÍNICA

SALUD MENTAL & HIGIENE POSTURAL

En vista de la problemática existente que hay en la población afiliada de nuestro Centro de Salud hemos creído conveniente realizar un programa de intervención dirigido a los profesionales docentes de los diferentes establecimientos educativos, con la finalidad de mejorar hábitos de posturales y de trabajo así como también su estado de salud mental.

Definición:

- **Salud mental**
 - Es un **estado de bienestar emocional y psicológico**, en el cual el individuo es capaz de hacer uso de sus habilidades emocionales y cognitivas, funciones sociales y de responder a las demandas ordinarias de la vida cotidiana.
- **Higiene postural**
 - Conjunto de normas que nos indican la forma más natural de sostener y mover nuestro cuerpo minimizando el impacto al que podemos someterlo, resultado de nuestras actividades diarias y malos hábitos posturales

Descripción:

Para realizar el presente trabajo se realizó lo siguiente:

- Evaluación
- Capacitación
- Concientización

Anexos

REUNIONES REALIZADAS ESCUELAS URBANAS DEL CANTÓN MACARÁ

Participación docente



INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE SALUD B - MACARÁ

ESCUELA CIUDAD DE CUENCA

Capacitación y técnicas de relajación





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE SALUD B - MACARÁ

ESCUELA 10 DE AGOSTO

Evaluación y sensibilización





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE SALUD B - MACARÁ

ESCUELA MANUEL ENRIQUE RENGEL

Taller de risoterapia y abrazoterapia





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE SALUD B - MACARÁ

ESCUELA JOHN F. KENNEDY

Técnica del capullo y capacitación





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE SALUD B - MACARÁ

UNIDAD EDUCATIVA MILENIUM

Conferencia Higiene Postural & Salud Mental





**INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE SALUD B - MACARÁ**

COLEGIODE BACHILLERATO MACARÀ

Conferencia Higiene Postural & Salud Mental





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL CENTRO DE SALUD B - MACARÁ

COLEGIO SANTA MARIANA DE JESÚS

Conferencia Higiene Postural & Salud Mental

