

Propuesta de mejoramiento sobre el consumo de alcohol y estilos de vidas saludables en el municipio de Quibdó.

Helen Portilla Mena; Comunidad y Salud.

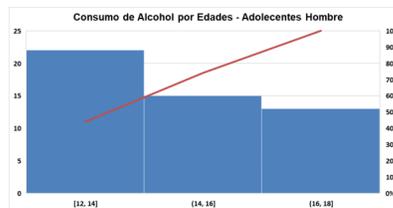
Resumen

El consumo de alcohol es un factor causal en más de 200 enfermedades, traumatismos y otros trastornos de la salud. Conviene subrayar, que en la ciudad de Quibdó los niños, adolescentes y jóvenes vienen experimentando durante los últimos años, un considerable aumento en el consumo de sustancias de carácter psicoactivas. De la misma forma, La salud es un factor determinante para el bienestar de la persona, permitiéndole su desarrollo y está ligado íntimamente al estilo de vida. El Diseño metodológico de esta investigación se efectuó con enfoque cuantitativo. Con el objetivo de conocer las condiciones del consumo de alcohol y estilo de vida saludable que afectan la salud en los adolescentes de 12 a 18 años en el municipio de Quibdó. Finalmente, se evidencia una débil correlación estadística del consumo de alcohol en los adolescentes y estilo de vida saludable.

Resultados principales

En cuanto adolescentes hombres entre 12—14 años se evidencia que el 90% consume alcohol.

Se detalla un alto consumo de alcohol en adolescentes mujeres sobre la edad de 13 años esto nos permite deducir que existe un problema muy grave en los jóvenes de la ciudad de Quibdó ya que este tipo de situaciones puede acarrear problemas psicosocial



Se detalla que adolescentes mujeres optan por realizar ejercicios, controlan el consumo de grasa de manera adecuada ya que se encuentran sensibilizado sobre los efectos y causas.

Introducción

Con respecto a el alcohol, según la OMS es una sustancia psicoactiva con propiedades causantes de dependencia, que se ha utilizado ampliamente en muchas culturas durante siglos. En relación, con la vida saludable según la OMS- se define como una "Forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales. En pocas palabras el municipio de Quibdó en la actualidad ha venido realizando actividades de hábitos y estilos de vida saludable en articulación con las Secretarías de Salud Municipal y departamental fortaleciendo así esas necesidades para la comunidad.

Metodología

El Diseño metodológico de esta investigación se efectuó con enfoque cuantitativo, basado en principios de objetividad, con evidencia empírica. Con el objetivo de conocer las condiciones del consumo de alcohol y estilo de vida saludable que afectan la salud en los adolescentes de 12 a 18 años en el municipio de Quibdó.

Conclusiones

En definitiva, para disminuir el consumo de alcohol y tener un buen estilo de vida saludable en adolescentes de 12 a 18 años se deben organizar una serie de grupos en la misma comunidad para buscar estrategias y concientizar a los adolescentes de la importancia de no consumir alcohol y tener un estilo de vida saludable para un futuro en sus vidas personales y evitar complicaciones más adelante.

