

OFERTA EDUCATIVA

DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD
DIRECCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

2025-1S



ACTIVIDADES	TALLER	ENERO	FEBRERO	ABRIL	MAYO	JUNIO
Fomento de la salud oral	¿Cómo puede afectar el estrés mi salud oral? <i>Bruxismo y manejo del estrés</i>	MIÉRCOLES 29 10:00 A.M.	MARTES 18 9:00 A.M.	JUEVES 10 10:00 A.M.	VIERNES 16 11:00 A.M.	MIÉRCOLES 18 9:00 A.M.
	Urgencias en odontología		MARTES 11 1:00 P.M.		LUNES 19 3:00 P.M.	
	Enfermedad de las encías	VIERNES 31 3:00 P.M.		MIÉRCOLES 9 3:00 P.M.		VIERNES 27 3:00 P.M.
	Para una sonrisa bella y saludable <i>Importancia de una correcta higiene oral</i>	MARTES 28 9:00 A.M.	VIERNES 21 11:00 A.M.	MIÉRCOLES 23 1:00 P.M.	JUEVES 22 10:00 A.M.	MARTES 24 9:00 A.M.
Prevención de accidentes: atención prehospitalaria	Manejo y prevención de accidentes domésticos <i>Cortada, quemadura, caídas, accidentes oculares</i>	MARTES 21 10:00 A.M.	MARTES 4 10:00 A.M.	MIÉRCOLES 2 10:00 A.M.	VIERNES 2 2:00 P.M.	MIÉRCOLES 4 10:00 A.M.
	Manejo Intoxicación <i>Alimentos, fármacos, plaguicidas, herbicidas, sobredosis SPA</i>	MIÉRCOLES 29 2:00 P.M.	MIÉRCOLES 12 10:00 A.M.	LUNES 7 10:00 A.M.	MIÉRCOLES 7 10:00 A.M.	LUNES 9 10:00 A.M.
	Infarto cardíaco (IAM), accidente cerebrovascular, derrame cerebral		MARTES 18 11:00 A.M.	VIERNES 11 2:00 P.M.	MIÉRCOLES 14 10:00 A.M.	LUNES 16 10:00 A.M.
	Manejo de accidentes por fauna y flora		MIÉRCOLES 26 10:00 A.M.	MIÉRCOLES 23 10:00 A.M.	MIÉRCOLES 21 10:00 A.M.	VIERNES 20 2:00 P.M.
	Atragantamiento y reanimación Cardiopulmonar básica. RCP			MIÉRCOLES 30 2:00 P.M.	MIÉRCOLES 28 10:00 A.M.	MIÉRCOLES 25 10:00 A.M.

ACTIVIDADES	TALLER	ENERO	FEBRERO	ABRIL	MAYO	JUNIO
Fomento de la salud física	Que la ansiedad no sea tu enemiga		VIERNES 7 11:00 A.M.	MIÉRCOLES 9 11:00 A.M.	MARTES 6 11:00 A.M.	VIERNES 6 11:00 A.M.
	Desmitifiquemos la salud mental <i>Conversemos sobre medicamentos y estigmas en salud mental</i>		MARTES 4 2:00 P.M.	JUEVES 10 2:00 P.M.	MARTES 13 2:00 P.M.	LUNES 9 2:00 P.M.
	Cultiva la felicidad		JUEVES 6 2:00 P.M.	MARTES 8 2:00 P.M.	LUNES 12 2:00 P.M.	MIÉRCOLES 11 2:00 P.M.
	Sueño saludable		MARTES 11 2:00 P.M.	JUEVES 3 2:00 P.M.	MIÉRCOLES 14 2:00 P.M.	LUNES 16 2:00 P.M.
	Alergias		JUEVES 13 2:00 P.M.	LUNES 7 2:00 P.M.	MARTES 6 2:00 P.M.	MIÉRCOLES 25 2:00 P.M.
	¿Estamos centrados? <i>Una reflexión desde la medicina tradicional china</i>		LUNES 17 10:00 A.M.	VIERNES 4 2:00 P.M.	VIERNES 2 10:00 A.M.	MIÉRCOLES 11 10:00 A.M.
	PVH y cáncer de cuello de útero - incluye citología		JUEVES 6 10:00 A.M.	MARTES 1 10:00 A.M.	JUEVES 8 2:00 P.M.	MARTES 3 2:00 P.M.
	Autoexamen de mama y testicular <i>¿Por qué es importante desde la juventud?</i>		MARTES 25 2:00 P.M.	MARTES 29 10:00 A.M.	VIERNES 30 10:00 A.M.	JUEVES 5 10:00 A.M.
Fomento de la salud sexual y reproductiva	Sexualidad libre y con protección <i>Hablemos de las ETS y VIH</i>		MARTES 18 2:00 P.M.	MARTES 1 2:00 P.M.	LUNES 5 2:00 P.M.	JUEVES 26 2:00 P.M.
	Planifica tu vida <i>Sexo seguro, métodos anticonceptivos y uso adecuado del condón</i>		JUEVES 27 11:00 A.M.	MIÉRCOLES 30 11:00 A.M.	JUEVES 29 11:00 A.M.	JUEVES 26 11:00 A.M.

ACTIVIDADES	TALLER	ENERO	FEBRERO	ABRIL	MAYO	JUNIO	
Fomento de la salud nutricional	Alimentación para recomposición corporal <i>Ganar músculo y perder grasa</i>		LUNES 17 2:00 P.M.		MIÉRCOLES 28 3:00 P.M.		
	Los colores de la prevención <i>Beneficios de frutas y verduras, cómo prepararlos, recetas ricas y fáciles</i>	MIÉRCOLES 29 3:00 P.M.	MIÉRCOLES 5 3:00 P.M.		MIÉRCOLES 7 3:00 P.M.	JUEVES 5 3:00 P.M.	
	Alimentación y rendimiento académico <i>(Incluye tema de hipoglucemia)</i>	LUNES 27 4:00 P.M.	LUNES 3 3:00 P.M.	MIÉRCOLES 2 3:00 P.M.		MIÉRCOLES 4 3:00 P.M.	
	Alimentación y medio ambiente <i>Una reflexión acerca de la relación entre la salud planetaria y la humana</i>		MIÉRCOLES 12 3:00 P.M.		LUNES 26 4:00 P.M.		
	Nutrición y microbiota <i>(Incluye temas: síndrome de intestino irritable, gastritis)</i>	JUEVES 30 4:00 P.M.	LUNES 10 4:00 P.M.	MIÉRCOLES 23 3:00 P.M.	JUEVES 22 4:00 P.M.	JUEVES 12 3:00 P.M.	
	Aprende a elaborar cocas saludables y económicas		JUEVES 27 3:00 P.M.	JUEVES 27 3:00 P.M.	LUNES 28 3:00 P.M.	JUEVES 29 3:00 P.M.	MIÉRCOLES 18 3:00 P.M.

ACTIVIDADES	TALLER	ENERO	FEBRERO	ABRIL	MAYO	JUNIO	
Fomento de la salud mental y prevención de adicciones	Redes sociales y salud mental	VIERNES 31 2:00 P.M.	VIERNES 14 10:00 A.M.	MARTES 22 10:00 A.M.	MARTES 27 3:00 P.M.	VIERNES 20 10:00 A.M.	
	Manual de supervivencia al parcial		MARTES 11 9:00 A.M.	MIÉRCOLES 9 9:00 A.M.	MARTES 13 1:00 P.M.	VIERNES 13 2:00 P.M.	
	Aprende acerca de la depresión		MIÉRCOLES 19 9:00 A.M.	MARTES 8 10:00 A.M.	LUNES 19 9:00 A.M.	MIÉRCOLES 18 11:00 A.M.	
	¿Amores correctos y relaciones modernas?			LUNES 10 10:00 A.M.	VIERNES 11 10:00 A.M.	MARTES 6 9:00 A.M.	MARTES 3 10:00 A.M.
				MIÉRCOLES 26 2:00 P.M.	MARTES 29 2:00 P.M.	JUEVES 29 2:00 P.M.	JUEVES 26 9:00 A.M.
	De la tensión a la transformación: forjar una vida mejor		MIÉRCOLES 12 11:00 A.M.	VIERNES 28 2:00 P.M.	LUNES 7 9:00 A.M.	MIÉRCOLES 14 9:00 A.M.	MARTES 10 10:00 A.M.

Recuerda que cada taller te da un punto para reclamar premios u horas de corresponsabilidad. No olvides diligenciar siempre la asistencia.

Los talleres se realizarán en el **BLOQUE 50A - 201**
Auditorio segundo piso.

Más información

salud_med@unal.edu.co

(604) 430 96 14

Sección de Salud
Dirección de Bienestar Universitario
Sede Medellín

Bienestar UNAL
SEDE MEDELLÍN



UNIVERSIDAD NACIONAL
DE COLOMBIA