

Daniel Fernando Rosas Martinez

Actividad 5

La señora: Ana Elvia Fernández (Se cambió su nombre para proteger su identidad).

Profesión: Agricultora y vendedora.

Distribución de tiempo: Se levanta a las 5 de la mañana y hasta las 8 de la mañana va a cuidar sus animales darles de comer y ordeñar sus vacas, a las 8 hace el desayuno para su esposo y su hijo mayor, posterior a ello, a las 9 se va a mirar sus matas y a cuidar sus cultivos, a las 11 pone a hacer el almuerzo para su hijo y esposo quienes también trabajan en el campo y a las 2 se desocupa, posterior a ello va a vender sus productos en la plaza de mercado y vuelve a las 5 de la tarde en donde debe hacer la cena para su esposo e hijo. Cuenta que esa es su rutina frecuentemente.

Estrategia de comunicación en salud: Para el caso de la señora Ana Elvia se establece lo siguiente:

Objetivo: Mejorar la salud de la consultante a través del fortalecimiento de los conocimientos en hábitos de vida saludable y en estrategias de afrontamiento ante problemáticas personales, familiares y económicas.

Desarrollo:

1. La estrategia se llevará a cabo en lugares frecuentados por la consultante.
2. Se implementará a través de medios audiovisuales enfocados a carteles de pedagogía, cuñas radiales y pausas activas.
3. Se enfocará a abordar a un grupo de población femenino con características similares.
4. Se abordará también a su esposo e hijo para que entiendan las implicaciones del horario laboral extendido sobre la salud de la consultante.

Evaluación: La evaluación se realizará por medio de autoreporte de las personas implicadas y evaluación de conocimientos relacionados a hábitos de vida saludable.