© Zamrznuti tonovi/Shutterstock.com

Promoción de la salud

con la Dra. TanYa Gwathmey

Puntos de *debate*

Conocimiento

1. ¿Qué es la equidad en salud?
2. ¿Qué ocurrió durante el experimento de sífilis de Tuskegee?

Comprensión

3. ¿Por qué la Triad Pastors Network (TPN) recurre a líderes religiosos y miembros de la iglesia para impartir educación de la salud a las comunidades afroamericanas?

Aplicación

4. ¿Cómo cree que la TPN adapta sus iniciativas de salud para satisfacer las necesidades específicas de las diferentes comunidades?
5. ¿Cómo podrían implementarse las estrategias de la TPN en su comunidad para mejorar la salud de las personas, sin importar su religión y origen racial?

Análisis

6. ¿Cómo ha contribuido el racismo sistémico a las desigualdades en materia de salud entre las comunidades afroamericanas y el resto de la población estadounidense?
7. ¿Por qué es problemático que los afroamericanos no participen en estudios de investigación destinados a comprender mejor las enfermedades?

Evaluación

8. ¿En qué medida cree que los programas de salud basados en la fe religiosa, como la TPN, pueden abordar los problemas sistémicos más profundos que contribuyen a las desigualdades en materia de salud que experimentan las comunidades afroamericanas? ¿Cómo podrían estos programas influir en cambios más amplios en el sistema de salud para lograr la equidad en materia de salud?
9. ¿Qué carrera en el ámbito de la promoción de la salud le gustaría ejercer y por qué?

Más *recursos*

- Visite la página web Futurum de TanYa para leer su artículo en inglés y encontrar una animación, un pódcast y una presentación en PowerPoint sobre su trabajo: **www.futurumcareers.com/health-promotion-with-dr-tanya-gwathmey**

Actividades

Imagine que es el embajador o la embajadora de la salud de su clase. Su responsabilidad es diseñar un taller para crear conciencia sobre un problema de salud y promover hábitos saludables que puedan reducir su impacto.

1. Elija una afección de salud, p. ej., hipertensión arterial, diabetes o ansiedad, y consulte fuentes fiables (p. ej., **cdc.gov**, **who.int**) para recopilar información sobre sus causas, factores de riesgo y cómo se puede prevenir o controlar.

2. Diseñe un taller de 15 minutos que incluya:
   - **Componente educativo:** presente la afección y exponga datos importantes sobre ella, incluidos los síntomas, las estrategias de prevención y las opciones de tratamiento.
   - **Actividad interactiva:** cree una actividad práctica para involucrar a su público, p. ej., una breve y sencilla rutina de ejercicios, muestre técnicas saludables de cocina u organice un control de la presión arterial.
   - **Promoción de la salud:** ofrezca consejos prácticos sobre cómo sus compañeros de clase pueden incorporar hábitos saludables en su vida diaria, p. ej., reducir el consumo de sal para disminuir la presión arterial alta, hacer ejercicio con regularidad para controlar la diabetes o practicar técnicas de *mindfulness* para reducir la ansiedad.

3. Presente el taller a su clase para informarles sobre la afección de salud que haya elegido.

Lea y vea los siguientes recursos sobre la realización de estudios de investigación en seres humanos:

- What is medical research? (¿Qué es la investigación médica?) **www.youtube.com/watch?v=4pLsHhP7yTw**
- Deciding to participate in clinical trials (Decidir participar en ensayos clínicos): **www.youtube.com/watch?v=5VCW31AnEpI**
- About research participation (Sobre la participación en investigaciones): **www.hhs.gov/ohrp/education-and-outreach/about-research-participation**
- Ethical Principles and Guidelines for the Protection of Human Subjects of Research (Informe Belmont) (Principios éticos y directrices para la protección de los sujetos humanos en las investigaciones): **www.hhs.gov/ohrp/regulations-and-policy/belmont-report**

Reflexione sobre lo que ha aprendido acerca de la importancia de las normas éticas en la investigación. ¿Qué características debe tener un ensayo clínico ético?

Comparta su opinión sobre este recurso educativo y profesional. Para comentar, escanee el código QR o visite el siguiente enlace: **redcap.school.wakehealth.edu/surveys/?s=NPK347RYHCR3FNDC**