

CESFAM Armando Williams Fortalece la Salud Adolescente con Jornada de Capacitación Integral

El CESFAM Armando Williams llevó a cabo una importante jornada de capacitación destinada al Consejo Infanto Juvenil en Salud el pasado jueves 7 de noviembre, con el objetivo de fortalecer la educación y conciencia sobre distintos aspectos críticos en la salud adolescente. La jornada, organizada por el equipo de profesionales de la salud del CESFAM, se centró en tres temas fundamentales para el desarrollo integral de los jóvenes: la prevención del suicidio, la salud sexual y sexo-afectiva, y la importancia de una adecuada alimentación.

Durante el encuentro, realizado en el Salón Municipal, los participantes profundizaron en el tema de la prevención del suicidio, abordando

estrategias de autocuidado y la importancia de construir redes de apoyo tanto dentro de sus entornos escolares como en sus hogares. Este enfoque fue clave para generar conciencia sobre los riesgos y las señales de alerta que pueden aparecer en la adolescencia, una etapa de profundos cambios y desafíos emocionales.

Además, la capacitación incluyó una charla sobre salud sexual y sexo-afectiva, en la que se enfatizó la importancia de tomar decisiones informadas y responsables. Se abordaron temas sobre relaciones sanas, autocuidado y el respeto mutuo, aspectos esenciales para el desarrollo de relaciones interpersonales saludables en una etapa de descubrimiento y crecimiento personal.



Por último, el tema de la alimentación en adolescentes resaltó el impacto de una dieta balanceada en el bienestar físico y mental de los jóvenes. Los profesionales de la salud brindaron herramientas prácticas y recomendaciones sobre cómo construir hábitos alimentarios saludables, entendiendo que una buena

nutrición es fundamental para enfrentar los retos académicos y personales de esta etapa.

La jornada finalizó con la entrega de certificados de participación a los asistentes, un reconocimiento liderado por la Directora del CESFAM Armando Williams, Arriela Espinoza Osoreo, quien destacó el compromiso

del equipo en fortalecer la salud integral de la juventud y fomentar un entorno de apoyo y aprendizaje. Con iniciativas como esta, el CESFAM reafirma su compromiso en promover el bienestar de los adolescentes de la comuna, contribuyendo al desarrollo de una generación informada y consciente de su salud.