<html>

<head>

<title>educacion para la salud y el bienesta</title>

</head>

<body bgcolor="#EDF8F7">

<a href="vida saludable 1.html"><img src="boton.png" width="120" height="50"></a>

<center>

<h1><b><center>Educación para la salud y el bienestar</centre></b></h1>

<TABLE bgcolor="#BDEBE9" border="0" width="90%" height="120" >

<TR><TD><B><center>

Todos aquellos comportamientos y acciones que llevamos a cabo de manera repetitiva hasta incorporarlos inconscientemente en nuestra actividad diaria, devienen rutinas,

hábitos. Cuando éstos redundan de manera positiva en nuestra salud física, emocional y relacional, se convierten en hábitos de vida saludable.

</center></TR></TD>

</TABLE>

<iframe width="560" height="315" src="https://www.youtube.com/embed/inZabOKREV0" title="YouTube video player" frameborder="0" allow="accelerometer; autoplay;

clipboard-write; encrypted-media; gyroscope; picture-in-picture" allowfullscreen></iframe>

<TABLE bgcolor="#BDEBE9" border="0" width="80%" height="120" >

<TR><TD><center>El mejor momento para inculcar y por tanto, adquirir este tipo de hábitos es la infancia, la etapa en que el niño aprende y copia comportamientos de

los adultos que le rodean y que lógicamente va a depender del contexto familiar, social y cultural en el que el niño se desenvuelve.

Un estilo de vida saludable, fomenta una buena calidad de vida, previene enfermedades y potencia factores de protección. Si trabajamos los hábitos alimentarios en

niños, la higiene entendida en su sentido más amplio y la actividad física, seguramente conseguiremos que nuestros hijos maduren de forma saludable y estable.

</center></TD>

<TD rowspan="2"><img src="descarga.png" width="400" height="200"></TD> </TR>

<TR><TD><center>El objetivo de la UNESCO es prestar apoyo a la contribución de los sectores de la educación a nivel nacional en la lucha contra el VIH y con miras a

promover el mejoramiento de la salud y el bienestar para niños y jóvenes. La Organización se centra en afianzar la colaboración entre los sectores de la educación y la

salud, lo que refleja el reconocimiento internacional cada vez mayor porque es de conocimiento general que un enfoque más completo de la salud escolar y una acción

conjunta de todos sectores son necesarios.

</TR><TD/></center>

</table>

<img src="iStock\_000016987065\_Small-726x536.jpg" width="60%" height="280">

</TD></center>

Lusia Carrillo

</body>

</html>