

CONSULTAS EXTERNAS DE PEDIATRÍA		RESTAURANDO TU SALUD Y LA DEL PLANETA		AREA DE SALUD 1 Servicio Murciano de Salud	
RECONECTAR CON LA NATURALEZA	PRESCRIPCIÓN DPS <input type="checkbox"/> EDUCAVENTURAS DE SALUD MEDIOAMBIENTAL (de 7 a 17 años) <i>"Creando ambientes y estilos de vida más saludables para la infancia y la adolescencia."</i> Jardín Botánico "ArboretUM-El Valle"		Duración 2 horas		Nombre del participante, teléfono de contacto y email. 
			Ver las instrucciones anexas		
			Nº Orden Dispensación		
			Fecha realización 02-04/06/2021		
		Contenido de la actividad: Taller de Salud Medioambiental en la Naturaleza		MÉDICO/ENFERMERO/FARMACEÚTICO	
		Realizado por Educálides de PEHSU y FUNDOWN en ArboretUM		Fecha prescripción: 02/06/2021 – 04/06/2021	
 <i>Receta Naturaleza</i>				Información adicional Podrán ir acompañados de 1 o 2 adultos a la educaventura. Se realiza al aire libre y con todas las medidas de control y prevención de SarSCoV2. MÁS INFO: 968369031	
					

BENEFICIOS DEL CONTACTO CON LA NATURALEZA

SALUD FÍSICA Y MENTAL

- Disminuye el riesgo y mejora el control de enfermedades crónicas (obesidad, asma, EPOC, déficit de atención, TEAF, supervivientes de cáncer, diabetes, hipertensión...)
- Reduce la frecuencia cardiaca y la presión sanguínea.
- Fortalece el sistema inmune.
- Reduce la exposición a carcinógenos y tóxicos
- Disminuye la mortalidad por accidente cerebrovascular.
- Disminuye la depresión y el estrés.
- Reduce la exposición y consumo de alcohol, tabaco y otras drogas
- Aumenta los niveles de vitamina D

EN LOS SISTEMAS DE SALUD

- Disminuye las desigualdades en salud.
- Disminuye el consumo de fármacos y de pruebas médicas.
- Disminuye las visitas al médico
- Mejora el pronóstico y disminuye rehabilitación en las enfermedades crónicas.
- Desarrolla nuevos perfiles profesionales 'educálides' y enfermeros ambientales.
- Incorpora la Naturaleza a la cartera de Servicios de Salud.

CALIDAD DE VIDA Y FELICIDAD

- Mejora el arraigo de los la infancia, cohesión y el apoyo social.
- Facilita la interacción
- Reduce la agresividad
- Aumenta la confianza y respeto por los seres vivos
- Aumenta la productividad y la actitud positiva en el trabajo.
- Aumenta la actividad física.
- Mejora los patrones de sueño.
- Mejora la autoestima, salud emocional y social de la infancia
- Mejora el rendimiento académico y las oportunidades de aprendizaje