



¡HOLA!

SOMOS EL CENTRO DE SALUD ESTUDIANTIL

Tu bienestar general es nuestra prioridad #1. Estamos aquí para brindar la mejor atención ofreciendo servicios de educación y cuidado de la salud física y mental de manera confidencial y gratuita* para cada estudiante inscrito en Cuesta College.

* El costo de los servicios de salud fue incluido en el proceso de registro.



SUPPORTING YOUR **HEALTHY BODY & MIND**

STUDENT HEALTH CENTER



For more information, visit www.cuesta.edu/student/resources/healthcenter

Questions? Email us at studenthealthcenter@cuesta.edu

Follow us on **f** & **@**
[@cuestahealthcenter](https://www.instagram.com/cuestahealthcenter)

Para mayor información www.cuesta.edu/student/resources/healthcenter

¿Preguntas? Envíenos un correo electrónico a studenthealthcenter@cuesta.edu

Síguenos en redes sociales **f** & **@**
[@cuestahealthcenter](https://www.instagram.com/cuestahealthcenter)



Student Health Center

San Luis Obispo Campus:
Building *Edificio* 3100; Room *Oficina* 3150
(805) 546-3171

Paso Robles Campus:
Building *Edificio* 1000; Room *Oficina* 1013
(805) 591-6200 ext. 4207



HELLO!

WE'RE THE STUDENT HEALTH CENTER

Your overall well-being is our #1 priority with us. We are here to provide the best support offering free,* confidential, educational, mental and physical healthcare services for every enrolled student at Cuesta College.

* Your health services fee is included in your registration.

SERVICES AVAILABLE AT THE STUDENT HEALTH CENTER

THERAPY SERVICES

We support students in their academic success and personal development. Our therapy services are personalized, confidential and do not transfer with academic records. The services include:

- Individual therapy
- Group therapy
- Crisis prevention and intervention
- Education and outreach
- Referrals for long-term care

PRIMARY CARE CLINIC

Our Primary Care Clinic provides services for:

- Assessment
- Examination
- Acute illness and minor uncomplicated medical problems
- Free/reduced cost medication, antibiotic prescriptions and home-care instructions
- First aid & free over-the-counter medications (MediBin)
- Health screenings includes: Blood pressure, TB testing, height and weight (BMI), cholesterol and glucose levels
- Vaccination clinic

REPRODUCTIVE AND SEXUAL HEALTH

We are partnering with CAPSLO's *The Center* to offer free and confidential reproductive & sexual healthcare including:

- Birth control
- Condoms
- Emergency contraception
- Pregnancy testing
- STI/STD testing and treatment
- HIV testing and counseling
- Health education

NEAT (NUTRITION EDUCATION ACTION TEAM)

Students are welcome to meet with a peer educator to learn about:

- Nutrition
- Personalized diet analysis
- Setting positive lifestyle and nutritional goals such as nutrition for athletics, fitness, weight changes, or just to get a few ideas for SMART goal changes

EDUCATION & COMMUNICATION

We design different online and offline strategies to promote a positive lifestyle oriented to well-being.

- Social media/digital strategies
- Campaigns/exhibits
- Events/contests
- Interactive and educational games
- Workshops
- Informational material/tips

SERVICIOS DISPONIBLES EN EL CENTRO DE SALUD ESTUDIANTIL

LOS SERVICIOS DE TERAPIA Y CONSEJERÍA

Los Servicios de terapia y consejería ayudan a los estudiantes en su éxito académico y desarrollo personal. Nuestros servicios son personalizados, confidenciales y no interfieren en los expedientes académicos.

- Terapia individual y grupal
- Prevención e intervención de crisis
- Educación y redes de apoyo
- Referencias para cuidados a largo plazo

NUESTROS SERVICIOS DE ENFERMERÍA

Nuestros servicios de enfermería incluyen

- Asistencia
- Examinación
- Enfermedades agudas y problemas médicos menores sin complicaciones
- Medicamentos, prescripciones y antibióticos gratis o de bajo costo, e instrucciones de cuidado en casa
- Primeros auxilios y botiquín de medicamentos gratuitos (MediBin)
- Exámenes generales de salud: Presión sanguínea, tuberculosis, peso y altura (BMI), niveles de colesterol y glucosa
- Vacunación

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

Estamos asociados con CAPSLO's *The Center* para ofrecer cuidados de la salud sexual y reproductiva de manera confidencial y gratuita.

- Métodos anticonceptivos y de emergencia
- Suministro de condones
- Examen de embarazo
- Examen y tratamiento de enfermedades por transmisión sexual ETS
- Examen de VIH y asesoramiento
- Educación en salud

NEAT (EQUIPO DE EDUCACIÓN Y ACCIÓN NUTRICIONAL)

Los estudiantes son bienvenidos para reunirse con un educador par y aprender sobre:

- Nutrición
- Discutir y analizar dietas personalizadas
- O establecer un estilo de vida positivo

EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN

Diseñamos diferentes estrategias para promover un estilo de vida positivo orientado al bienestar.

- Redes sociales/estrategias digitales
- Campañas/exhibiciones
- Eventos/concursos
- Juegos interactivos y educativos
- Talleres
- Material informativo/tips de salud

