

Ensayo

Medicina social
Dr. Martha Patricia Marín

PRESENTA EL ALUMNO:

Ana Deysi Escobedo Ruedas

GRUPO, CUATRIMESTRE y MODALIDAD:

**9 “A” Escolarizado, Trabajo Social y Gestión
Comunitaria**

Frontera Comalapa, Chiapas

1 de julio de 2020

Introducción

En este sentido, el campo de la salud y el de la enfermedad en particular, se encuentran en un proceso de cambio y de búsqueda de paradigmas, que procuran aproximarse al objeto complejo salud-enfermedad-cuidado de una forma más integrada, respetando la historia y procurando establecer circunstancias de vida individual y comunitarias más sanas. Contemplando a la salud como un estado positivo, más allá de la ausencia de enfermedades, asumiéndola como una condición de bienestar autodefinida y autoconformada por ciudadanos. Aumentando así la viabilidad hacia la meta salud para todos, mediante políticas saludables, a través de una mayor y más efectiva participación de la sociedad en las cuestiones de salud.

La salud es un estado de bienestar físico, mental y social completo, y no meramente la ausencia del mal o la enfermedad". Por lo tanto, contempla el estado saludable de la persona desde el punto de la calidad de vida y no simplemente desde la manifestación de síntomas o el padecimiento de enfermedades. De ahí que estar sano, sentirse sano, no se defina por el hecho de no estar enfermo, sino contemplando una visión más amplia que abarca las múltiples facetas del desarrollo humano.

Esta visión de la salud requiere que cada uno, como persona y no como paciente, piense y reconozca la implicación de la actividad diaria en su salud. Son muchos los factores que solemos obviar al respecto, tanto a nivel físico como mental o social.

Por ejemplo, no descansar lo suficiente, tener hábitos no saludables, no cuidar la alimentación u obsesionarse con frecuencia, son acciones que conforman una actitud ante la vida. Dicha actitud afecta a nuestra salud, seamos capaces de verlo o no. Es básico ser consciente de lo que la actitud mental puede hacer por la salud, así como de que podemos cuidar y potenciar dicha actitud.

A continuación, se detallan diversas recomendaciones para mantener "mente sana en un cuerpo sano", entre las que destacan:

1. Hacer ejercicio físico adecuado a la edad y condición física.
2. Tener voluntad de aprender y alcanzar nuevas metas.
3. Mantener el compromiso individual con los valores éticos personales.
4. Establecer relaciones de confianza de manera estable con otras personas.

La salud no es sólo algo que se tiene, sino que es algo de lo que se goza. Normalmente, cuando estamos sanos, es decir, según "cuando no estamos enfermos usamos nuestra salud, sin darnos cuenta. En cambio, cuando enfermamos, sufrimos alguna lesión o padecemos algún tipo de trastorno psicológico como ansiedad o depresión, dejamos de "gozar" de salud.

Lo que está claro es que la enfermedad es una parte más de la salud, y de la vida en general. Es imposible evitar la enfermedad dentro del proceso biológico, como parte natural de la interacción del individuo con el mundo que le rodea, tanto a nivel ambiental como en el contacto con otros seres humanos, animales, y materias en general. El concepto de enfermedad es tan amplio como la propia vida, así con otra definición de enfermedad más asequible. En Promoción de Salud se trabaja para favorecer los factores o condiciones que son positivas para mantener un estado de salud y calidad de vida óptimos.

La labor de Promoción se realiza tanto en los centros sanitarios como en los centros educativos, servicios municipales, asociaciones, así como en el entorno individual y familiar. Precisa siempre de la participación de las personas y de los colectivos en los que se encuentran, y de la cooperación entre organismos y entidades locales. Se amplía el enfoque de trabajo a los activos en salud.

El Servicio de Prevención está dirigido a aquellos aspectos relacionados con la identificación, detección y análisis de los problemas de salud que afectan a la población y al establecimiento de medidas de prevención y control necesarias.

Analiza la situación de salud de la comunidad.

Investiga los factores de riesgo de las enfermedades más relevantes.

Evalúa la eficacia de las intervenciones sanitaria.

La protección de la salud se desarrolla en torno a la seguridad alimentaria, desde la perspectiva sanitaria, y la salud ambiental, y es identificada públicamente por dos aspectos principales: de un lado, el ejercicio de la autoridad sanitaria a través de los controles oficiales realizados por agentes habilitados jurídica y técnicamente para ello y, de otro, por su frecuente asociación a situaciones de crisis o de gran impacto mediático por las que los ciudadanos tienen una mayor visibilidad de estos servicios.

Conclusión

Un comentario final podría estar relacionado con la necesidad de una nueva perspectiva en el análisis del mencionado proceso. Se trata de superar el tradicional enfoque disciplinar en el estudio de la salud y la enfermedad para transitar hacia el enriquecimiento conceptual de un campo de trabajo dado, no en el sentido aditivo, sino desde una visión interactiva.

Bibliografía

http://www.phri.ca/hope4/wp-content/uploads/2016/02/Final-3.0_2015-10-21_M%C3%B3dulo-1_E.pdf.

<http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v12n1/v12n1a03.pdf>.