



**Nombre del alumno: Edwin Dionicio  
Coutiño Zea**

**Nombre del profesor: Sergio Jiménez  
Ruiz**

**Nombre del trabajo: control de lectura.**

**Materia: Antropología Medica 1.**

**Grado: 1-A**

## LOS ESTILOS DE VIDA EN SALUD: DEL INDIVIDUO AL CONTEXTO.

Los estilos de vida han sido estudiado por diferentes disciplinas, entre las que destacan esta la sociología, la antropología médica y la epidemiología, aunque cada uno de estos da a conocerlo con un concepto o significado diferente.

Algo muy cierto que nos menciona un autor, que existen muchos factores los cuales nos ponen en un rango de la sociedad y esto mismo, según mi perspectiva puede ser como una característica, por que según esto puedes saber que estilo de vida lleva la persona o la familia, pero no del todo por que puede haber cambios en cada familia, por que alguien con una posición económica buena no quiere decir que tenga un estilo de vida bueno, hasta donde tengo conocimiento haci funciona esto, bueno según el autor que había comentado, Marx había sostenido que la posición social de una persona es determinada exclusivamente por su grado de acceso a los medios de producción. y también nos dice que la posición de una persona en la estructura de clases, resulta estrictamente de la cantidad de bienes sociales sobre los que tiene control. Nos menciona también algunos determinantes de la posición social

que nos dice Weber que sería el estatus, el prestigio y el poder, que una clase social se refiere a personas que comparten circunstancias materiales similares, así como prestigio, educación e influencia política y sus miembros comparten un estilo de vida similar. Este autor nos da a conocer su definición de la clase social ya que como te comentaba que la clase social tiene que ver mucho con el estilo de vida que lleva cada una de las personas, y claramente nos dice que es o son personas que tienen y comparten casi materiales similares así como la educación entre otras cosas. Weber también hizo la distinción en cuanto que los estilos de vida no se basan en lo que la persona produce, sino en lo que usa o consume; por lo tanto, los estilos de vida están basados en la relación con los medios de producción sino con los de consumo. Bourdieu, quien analizó los hábitos alimenticios y las preferencias deportivas a las que denominó habitus, definido como un set de disposiciones durables para actuar de maneras específicas, según Bourdieu, las personas de una misma clase social tienden

a compartir los mismos estilos de vida, tales como los gustos por ciertos alimentos, deportes o hobbies porque tienen las mismas oportunidades. Claramente cansido con este autor porque eso es lo que define a una persona, de como son sus hábitos, lo define en especial la clase social, la posición económica. En la propuesta de Weber se fundamentan elementos estructurales que son los siguientes, las circunstancias de clase, las colectividades, la edad, el género y la etnia y las condiciones de vida. De acuerdo a los estilos de vida implica también tener una buena salud o aparición de enfermedades, no tener un buen estilo de vida acarrea, enfermedades como las crónicas no transmisibles y, en particular, o patologías como obesidad, diabetes mellitus tipo II, hipertensión arterial, síndrome metabólico, y enfermedad cardiovascular, donde de estas hay una de las más nuevas en investigación que es la obesidad, donde los compartimentos más estudiados son los hábitos alimentarios, la actividad física y el tabaquismo.

ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL ESTILO DE VIDA:  
UNA CARGA ECONÓMICA PARA LOS SERVICIOS DE SALUD.

Las enfermedades provocadas por un estilo de vida no muy bueno o mal, son enfermedades que marca las consecuencias



de muchos factores de riesgo semejantes, que la mayoría de enfermedades aparece a causa del mismo factor determinante, estos factores de riesgo están relacionados con tres conductas modificables también relacionadas con el estilo de vida: el tabaquismo, una dieta poco saludable y la inactividad física, a partir de estas se desatan muchas enfermedades, que esta relacionada con el estilo de vida inadecuado para la persona que desata las siguientes enfermedades, enfermedades crónicas, enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer. Estas enfermedades eran consideradas en los países industrializados y se les llamaba "enfermedades occidentales" o "enfermedades de la abundancia".

El artículo nos menciona los factores de un estilo de vida saludable como mantener un peso saludable, hacer ejercicio regularmente, seguir una dieta saludable y no fumar, esto nos ayuda también para no desatar enfermedades, en especial enfermedades crónicas, estos factores nos ayudan a reducir

hasta un 80% en el riesgo de desarrollar las enfermedades crónicas más comunes y mortíferas. Sin embargo es lamentable y es algo triste que solamente una pequeña parte de las personas adultas siguen esas rutinas, y también el poco porcentaje de personas que hacen esas rutinas va disminuyendo poco a poco.

Así que depende mucho del gobierno y de las personas, con el ejercicio físico para una vida saludable, el gobierno para crear nuevas áreas de actividad física y las personas, voluntad y ganas para hacer y utilizar esos centros de actividad física.

### **Referencias bibliográficas.**

1. Luz S. Álvarez C. (2012). Los estilos de vida en salud: del individuo al contexto. Recuperado el 28 de noviembre de 2020. De <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v30n1/v30n1a11.pdf>
2. Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud. (s.f.). naciones unidas. Recuperado el 29 de noviembre de 2020. De <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud#:~:text=Las%20enfermedades%20relacionadas%20con%20el,como%20resultado%20el%20desarrollo%20de>