



**Nombre de alumnos: Yohana Verenisse López Cruz**

**Nombre del profesor: Beatriz Gordillo**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Enfermería comunitaria**

**Grado: 7° cuatrimestre**

**Grupo: "A"**

## **UNIDAD 4: 4.1, 4.2**

A lo largo de este ensayo les daré a conocer todos los factores de que influyen en la salud de la parte social de cada individuo, éstos mejores conocidos como determinantes de la salud que son las condiciones sociales y económicas que influyen en las diferencias individuales y colectivas en el estado de salud. Así también como los estilos de vida y su conformación en el medio social, en cuanto esto vamos a poder ver todos los estilos de vida que están dentro de la vida diaria de una persona y de nosotros mismos.

Adentrando con el tema

### **FACTORES SOCIALES QUE INCIDEN EN LA SALUD.**

Adentrando ya con el tema, como su nombre lo dice factores sociales, pues bien, son aquellos que factores que en su vez es la forma de vivir y también influyendo en nuestra salud, a esto se le conoce como determinantes de la salud, siendo esto nuestros estilos de vida son las condiciones sociales y económicas que influyen en las diferencias individuales y colectivas en el estado de salud, pues bien estos determinantes se mencionan como una clasificación a de 2 formas que son un tipo de determinante de la salud es lo que está en nuestros genes y nuestra biología, así el otro determinante es nuestro comportamiento individual, el que a lo largo de nuestra vida y como forme vamos creciendo lo vamos adquiriendo de forma de elección y sin darnos cuenta, estos como por ejemplo cuando decimos hacer ejercicio y esto se vuelve rutinario o así también las personas que tienen problemas con las drogas o bebidas alcohólicas y pues esto es obvio que a largo o corto plazo viene afectar con nuestra salud.

Como mencionaba en la introducción los determinantes sociales de la salud son las condiciones en las que vivimos, aprendemos, trabajamos y jugamos. Estas condiciones pueden influir en su salud y bienestar y los de su comunidad. Pueden incluir cosas como su nivel de educación, su exposición a la violencia, la forma en que está diseñada su comunidad y si tiene acceso a la atención médica. Estos factores afectan su capacidad para participar en comportamientos saludables y esto afecta su salud.

Algunos de los determinantes de la salud son:

Educación, esto influyen que las personas con educación pueden tener mejores oportunidades en cuanto empleos y esto ayudar a que las personas que ganan mejor, acudan al médico más constante y verificar que todo con su salud este bien y así también a conocer más sobre sus cuerpos y sus salud.

Ingresos, por que las personas con mejores ingresos tienden a tener más vida que las que no tiene muchos ingresos, ya que pueden consumir más alimentos a beneficio a la salud, para que estén saludables, mayor accesibilidad a tiendas.

Vivienda, ya que las personas que tienen una mayor comodidad tienen mejor salud y mayor probabilidad en que tengan una vida un poco más larga ya que tienen buena salud, ya que es importante que su hogar esté seguro y libre de peligros como estos. La vivienda puede contribuir a su salud cuando le proporciona un lugar seguro en el cual estar.

Acceso a la salud, la facilidad con la que se puede acceder a la atención médica es un factor determinante de su salud. Si tiene seguro de salud, es más probable que visite a su médico regularmente. Estas visitas pueden incluir pruebas de detección y atención preventiva que evitan que desarrolle enfermedades crónicas.

Aspectos a tener en cuenta

Acceso a alimentos nutritivos. Acceso a agua potable y servicios públicos (electricidad, saneamiento, calefacción y refrigeración). Entornos sociales y físicos de la primera infancia, incluidos el cuidado de niños. Etnicidad y cultura. Familia y otro apoyo social. Género. Idioma y otras capacidades de comunicación. Ocupación y seguridad laboral. Identificación sexual. Condición social (qué tan integrado o aislado está de los demás). Estresantes sociales, como la exposición a la violencia. Condición socioeconómica. Valores espirituales/religiosos.

## **LOS ESTILOS DE VIDA Y SU CONFORMACIÓN EN EL MEDIO SOCIAL.**

El estilo de vida es un constructo que se ha usado de manera genérica, como equivalente a la forma en que se entiende el modo de vivir “estar en el mundo”, expresado en los ámbitos del comportamiento, fundamentalmente en las costumbres, también está moldeado por la vivienda, el urbanismo, la posesión de bienes, la relación con el entorno y las relaciones interpersonales. Según Perea (2004) en su forma más llana el estilo de vida es el modo, forma y manera de vivir. (UDS.2021.ANTOLOGIA DE ENFERMERIA COMUNITARIA PDF. SITADO EL 29 DE NOVIEMBRE DEL 2021.)

Estilo de vida hace referencia a la manera de vivir, a una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos, como el número de comidas diarias, características de alimentación, horas de sueño, consumo de alcohol, cigarrillo, estimulantes y actividad física entre otras. Al conjunto de estas prácticas se les denomina hábitos o comportamientos sostenidos; de los cuales se distinguen dos categorías: los que mantienen la salud y promueven la

longevidad y aquellos que la limitan o resultan dañinos y reducen la esperanza de vida. Estos comportamientos se conocen como factores proyectivos y conductas de riesgo.

Es considerable la cantidad de literatura que presenta esta relación sobre el efecto de los estilos de vida en el mundo moderno y la explicación etiológica de las enfermedades y su distribución en las poblaciones, relación que ha ganado relevancia en la comunidad científica, en diversos grupos sociales y muy especialmente en los medios de comunicación. Al respecto cabe anotar que el análisis sobre el tema de los estilos de vida se quedaría corto si se restringe a los aspectos médicos epidemiológicos, pues es importante comprender el sentido inherente de su concepción en otras dimensiones de la vida, por ejemplo, en el ámbito social, cultural y económico, ya que el estilo de vida de las personas tiene impacto en su calidad de vida, en las demás personas y en el entorno en el cual se desenvuelven.

El estudio del estilo de vida procede de enfoques de reflexión psicosocial y socioeducativa tradicionales; desde los cuales se piensa la salud. A partir de estos enfoques se analiza la existencia de determinados estilos de vida que propician o inhiben algunas formas de enfermedad. Según estas visiones, los factores sociales, psicológicos y de comportamiento condicionan los modos de vida de los individuos y condicionan sus consecuencias. (UDS.2021.ANTOLOGIA DE ENFERMERIA COMUNITARIA PDF. SITADO EL 29 DE NOVIEMBRE DEL 2021.)

Llegue a la conclusión que nuestra vida, como tal y si esta como esta, es por determinantes factores que los altera y esa es responsabilidad de nosotros o de nuestros familiares, porque optamos costumbres, desde lo más básico que creemos que no lo es, es lo que más está en los determinantes de nuestra salud, es mí, decir que es bueno siempre estar informado sobre nuestra salud, sobre cómo podemos contribuir y estemos sanos y podamos gozar de una vida más larga, componiendo nuestros estilos de vida, para mejorar nuestra salud.

#### BIBLIOGRAFIA

2021.UDS.ANTOLOGIA DE ENFERMERIA COMUNITARIA PDF.UTILIZADO EL 23 DE NOVIEMBRE DEL 2021.PDF

[ENFERMERIA COMUNITARIA.pdf](#)