



**Nombre de alumnos:**  
**Anai azucena Vázquez Vázquez**

**Nombre del profesor:**  
**Lic. Beatriz Gordillo**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Enfermería Comunitaria**

**Grado: 7to**

**PASIÓN POR EDUCAR**

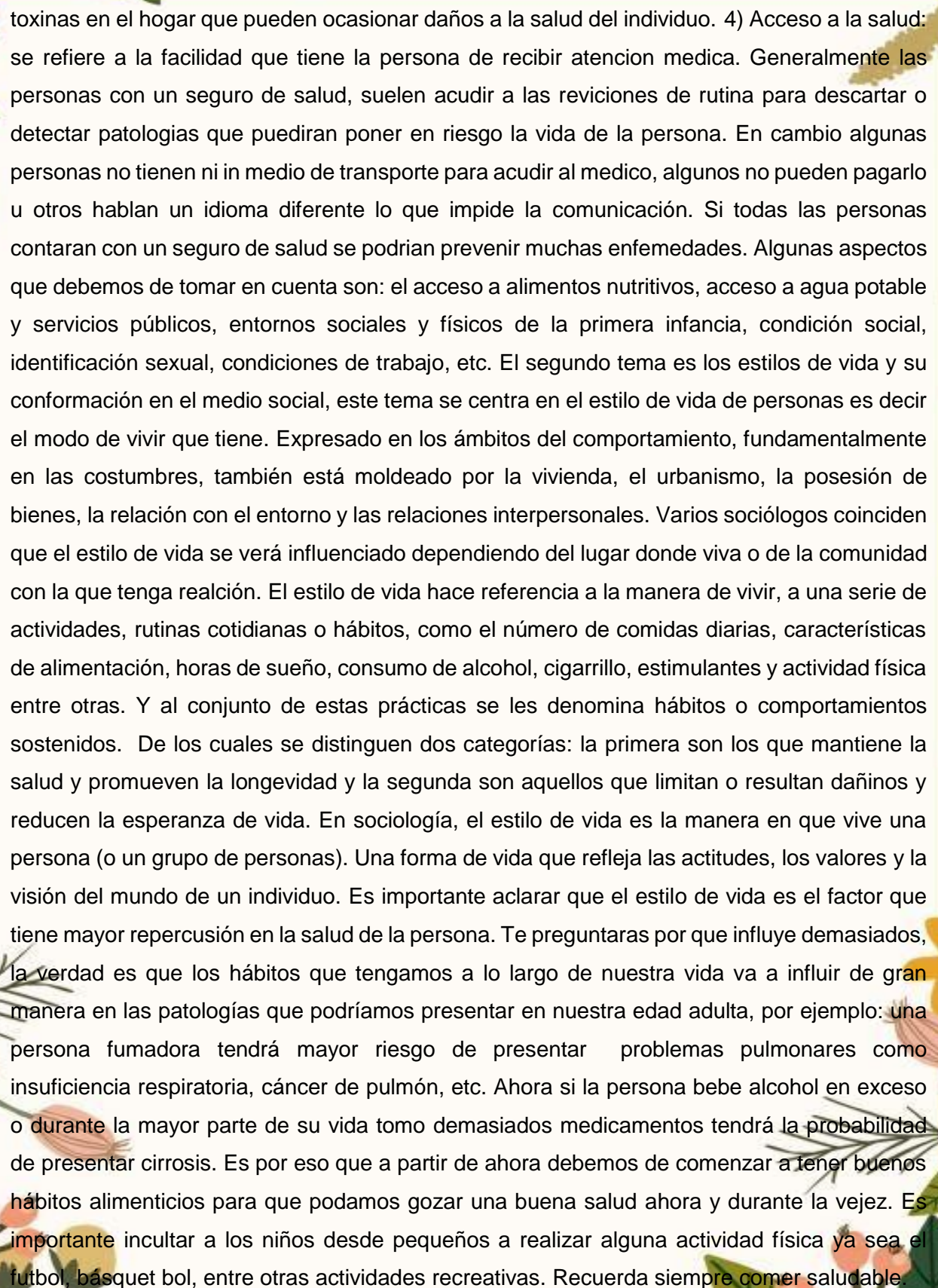
**Grupo: "B"**

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de diciembre de 2021.

## EL MEDIO SOCIAL Y CULTURAL. INFLUENCIA DE FACTORES SOCIOCULTURALES EN LA SALUD

En este ensayo se pretende abordar dos temas de gran énfasis el primero son los factores sociales que inciden en la salud y como segundo tema los estilos de vida y su conformación en el medio social. Ambos temas influyen de gran manera la salud del individuo y como las culturas, el medio social determina gran parte de la salud de una persona o la convivencia como sociedad. Para comenzar hablaremos del primer tema que son los factores sociales que inciden en la salud, existen demasiados factores que influyen en la salud del individuo a esto se le conoce como determinantes de la salud. Algunos tipos de determinantes son: los determinantes genéticos y biológicos, los determinantes en nuestro comportamiento individual: que seria los hábitos que tiene la persona como fumar, beber, realiza ejercicio, tiene una dieta balanceada, etc. Creemos que los únicos factores que intervienen en nuestra salud son los relacionados con los hábitos y los genes de cada persona, pero en realidad existe otro factor que determina que tan saludable se encuentra. Los entornos sociales y físicos tienen un gran impacto en nuestra salud y se conoce como “determinantes sociales de la salud”.

Entendemos como determinantes sociales de la salud a las condiciones en las que vivimos, aprendemos, trabajamos y jugamos. Estas condiciones suelen influir en su salud y el bienestar y en el de la comunidad. Los principales factores sociales que pueden influir en la salud son los siguientes: 1) Educación: La educación le brinda las herramientas que necesita para tomar buenas decisiones sobre su salud. Según porque estas personas cuentan con conocimientos acerca del autocuidado de la salud, como, por ejemplo: salen a correr, tiene una buena alimentación, no fuman, y consultan al médico regularmente. Además de que suelen tener un mejor empleo donde obtienen un seguro de salud, condiciones de trabajo más sanas, también suelen tener ingresos mayores. 2) Ingresos: se refiere a la cantidad de dinero que gana el individuo. Las personas con mayores ingresos suelen tener mejores condiciones de vida y mejores hábitos alimenticios, suelen tener mayor tiempo de vida. Esto se debe a que cuenta con mayor accesibilidad de alimentos saludables, a productos de higiene personal, a un espacio con un índice de violencia bajo. En cambio, es todo lo contrario con las personas de bajos ingresos, la persona a veces no tiene lo suficiente para comer o para escoger los productos más saludables, viven en lugares con alta violencia, tiene mayor riesgo de vivir en pobreza lo que ocasiona serios daños a la salud como la desnutrición que causa la muerte de miles de personas, mayormente niños. 3) Vivienda: Las personas que están continuamente expuestas a condiciones de vivienda deficientes corren un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud. Las condiciones tales como plagas, moho, problemas estructurales y



toxinas en el hogar que pueden ocasionar daños a la salud del individuo. 4) Acceso a la salud: se refiere a la facilidad que tiene la persona de recibir atención médica. Generalmente las personas con un seguro de salud, suelen acudir a las revisiones de rutina para descartar o detectar patologías que puedan poner en riesgo la vida de la persona. En cambio algunas personas no tienen ni un medio de transporte para acudir al médico, algunos no pueden pagarlo u otros hablan un idioma diferente lo que impide la comunicación. Si todas las personas contaran con un seguro de salud se podrían prevenir muchas enfermedades. Algunos aspectos que debemos de tomar en cuenta son: el acceso a alimentos nutritivos, acceso a agua potable y servicios públicos, entornos sociales y físicos de la primera infancia, condición social, identificación sexual, condiciones de trabajo, etc. El segundo tema es los estilos de vida y su conformación en el medio social, este tema se centra en el estilo de vida de personas es decir el modo de vivir que tiene. 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. Varios sociólogos coinciden que el estilo de vida se verá influenciado dependiendo del lugar donde viva o de la comunidad con la que tenga relación. El 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. Y al conjunto de estas prácticas se les denomina hábitos o comportamientos sostenidos. De los cuales se distinguen dos categorías: la primera son los que mantienen la salud y promueven la longevidad y la segunda son aquellos que limitan o resultan dañinos y reducen la esperanza de vida. En sociología, el estilo de vida es la manera en que vive una persona (o un grupo de personas). Una forma de vida que refleja las actitudes, los valores y la visión del mundo de un individuo. Es importante aclarar que el estilo de vida es el factor que tiene mayor repercusión en la salud de la persona. Te preguntarás por qué influye demasiado, la verdad es que los hábitos que tengamos a lo largo de nuestra vida van a influir de gran manera en las patologías que podríamos presentar en nuestra edad adulta, por ejemplo: una persona fumadora tendrá mayor riesgo de presentar problemas pulmonares como insuficiencia respiratoria, cáncer de pulmón, etc. Ahora si la persona bebe alcohol en exceso o durante la mayor parte de su vida tomó demasiados medicamentos tendrá la probabilidad de presentar cirrosis. Es por eso que a partir de ahora debemos de comenzar a tener buenos hábitos alimenticios para que podamos gozar una buena salud ahora y durante la vejez. Es importante inculcar a los niños desde pequeños a realizar alguna actividad física ya sea el fútbol, básquetbol, entre otras actividades recreativas. Recuerda siempre comer saludable.

Bibliografía:

UDS. Universidad del Sureste. 2021. Antología de enfermería comunitaria. PDF. Recuperado el 03 de diciembre de 2021.