



**Nombre del alumno: Shunashi Vinissa Medina  
Castillo**

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

**Licenciatura: enfermería**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Enfermería Comunitaria**

**Grado: 7mo cuatrimestre**

**Grupo: "B"**

PASIÓN POR EDUCAR

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

En este ensayo abordaremos temas relacionados con el estado de salud de las personas, de todos nosotros, donde existen diferentes factores que alteran el funcionamiento de nuestro organismo. Existen muchos factores que influyen en nuestra salud y son mayormente conocidos como determinantes de la salud, que drásticamente mencionaremos en este ensayo. Es importante que queramos dar a conocer estos puntos, ya que, desde mi manera de ver las cosas, en el mundo hay diferentes factores que nos afectan gravemente y sobre todo que cada una inquieta de diferente manera. Así también los estilos de vida y la forma en como la confrontamos en el medio social. Refiriéndonos al estilo de vida, abarcando el comportamiento, las costumbres, también está moldeado por la vivienda, el urbanismo, la posesión de bienes, la relación con el entorno y las relaciones interpersonales. En su forma más llana el estilo de vida es el modo, forma y la manera en como vivimos. Regresando a los factores que inciden en la salud existen muchos que influyen en la salud. Como por ejemplo un tipo de determinante es nuestro comportamiento individual, que podría incluir si fumamos, si realizamos algún tipo de ejercicio o tenemos alguna dieta balanceada, son factores personales que cada uno puede controlar o evitar por uno mismo. Muchas personas tienen en un concepto a la salud como el resultado de los genes, comportamientos y la frecuencia con la que nos enfermamos o acudimos al médico. La mayoría de las personas mencionan a la salud o se mantienen en una postura de “mi mama o mi abuela son así, por lo tanto, yo también lo soy”, considero que ya es el criterio de cada persona que decide lo que es bueno o malo. Influyen mucho los entornos sociales y físicos a los que estamos rodeados, también tienen un impacto en nuestra salud y se conocen como aquellos determinantes sociales de la salud. Estos últimos son aquellos con los que vivimos diariamente, aprendemos, trabajamos y jugamos. Este tipo de condiciones pueden influir en la salud y bienestar de la comunidad. Recordemos que la salud es el estado de bienestar, no solo físico, si no social y emocional, por lo tanto, sabemos que si alguno de estos factores puede afectar de forma que podemos dar un giro diferente en nuestras vidas y esto puede afectar la salud desde distintos ángulos, alterando todos los comportamientos que nosotros consideramos saludables. Algunos ejemplos de los principales factores sociales que pueden influir en la salud son la

educación como el nivel de educación que cada uno tiene, este tiene un efecto sobre la salud, como determinar la calidad de salud que tenemos. La educación nos brinda las herramientas que se necesitan para tomar buenas decisiones sobre su salud.

Podemos decir que las personas con más educación tienen más probabilidad de vivir más tiempo, son aquellas que participan en actividades más saludables. Los ingresos son aquellos que contribuyen a la cantidad de ingresos que tiene un efecto a la salud y podemos decir que las personas con mayores ingresos tienden a ser más saludables y vivir más tiempo que las personas con bajos ingresos. Las personas con bajos recursos tienen más probabilidades de vivir en una comunidad de pobreza. La vivienda trata del lugar donde vivimos, como el impacto que tiene sobre la salud. Las personas que están continuamente expuestas a condiciones de vivienda deficientes corren un mayor riesgo de desarrollar problemas en la salud. El acceso a la salud; es aquella facilidad con la que podemos acceder a una atención médica, es un factor determinante de la salud, abarca en sí tiene seguro de salud, visitas médicas. En esta incluye el medio de transporte en el que nos movemos a las visitas con médicos. Podemos decir que no son los únicos determinantes que existen, si no que son varios como el acceso a alimentos nutritivos, acceso a agua potable, entornos sociales y físicos, etnicidad y cultura, familia y apoyo social, el género, el idioma y otras capacidades de comunicación, etc. en cuanto a los estilos de vida y su conformación en el medio social lo definimos como el constructo que se ha usado de manera genérica y podemos decir que es como el modo de vivir en este mundo. Considero que el estilo de vida se asocia a las ideas de comportamiento individual y patrones de conducta, aspectos permeables que dependen de los sistemas socioeducativos. Así como mencionamos, el estilo de vida se refiere a la manera de vivir, como una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos. Como el número de las comidas diarias, cuantas horas dormimos, si consumimos alcohol o no, si consumimos tabaco, estimulantes y actividad física como al menos 30 min al día. Esto le denominamos los comportamientos sostenidos, donde podemos manifestar dos tipos de categorías como son aquellos que mantiene la salud y promueven la salud para que los daños se disminuyan, y así promover un mejor mantenimiento de la salud. Todos y cada uno de los factores juegan un papel importante en la salud de todos los días. Es importante entender cómo estas cosas



afectan su salud para que se puedan tomar medidas, para mejorar la salud y así mejorar la salud de una forma correcta y mejorada. Estos factores no muchas personas las conocen, al contrario, ven su salud como un estado despejado y sin problemas. También existen otras formas que no todos pueden ver, como el ambiente, la economía, la educación y sobre todo la manera en cómo actuamos al enfrentarnos en una situación, en donde nos sentimos comprometidos y considero que el estado psicológico influye mucho en nuestro estilo de vida, ya que es la forma en la que controlamos a nuestro cuerpo y nosotros mismos mandamos a nuestro organismo y de nosotros depende el estilo de vida que queremos llevar a nuestra vida, nosotros debemos de ver el bien por nuestra salud y es lo que realmente nos debe de importar.

## BIBLIOGRAFIA

UDS. UNIVERSIDAD DEL SURESTE. 2021. ENFERMERÍA COMUNITARIA.  
PDF.RECUPERADO EL 02 DE DICIEMBRE DEL 2021.