



**ALUMNA: EVELYN DEL CARMEN CITALAN PEREZ**

**PROFESOR: DR. DEL SOLAR VILLAREAL  
GUILLERMO**

**TEMA: DETERMINANTES DE LA SALUD  
CONCEPTOS BASICOS DE LA SALUD PUBLICA**

**GRADO: 1 GRUPO: A**

# INTRODUCCIÓN

Comprender la responsabilidad que recae cada uno de los factores que explican el concepto de la salud, permite afrontar las causas, hacer lo prioritario y desarrollarse para formar estrategias para prevenir la mortalidad o una carga de alguna enfermedad.

Las muertes que ocurren y pasan cada año se deben a estilo de vida de cada persona el cuidado personal, la alimentación, los vicios como el tabaco el alcohol obesidad a estos factores se les conoce como determinantes.

hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por las personas, algunas no saludables.

# DESARROLLO

Los principales componentes es cuidar su estilo de vida, informar a la población para prevenir enfermedades, los factores que influyen en los determinantes de la morbimortalidad requiere identificar las raíces culturales y sociales de los estilos de vida de cada persona al no llevar un estilo de vida relativamente bueno para poder prevenir una enfermedad ya sea por no llevar una buena alimentación produce obesidad, inactividad física, consumir alcohol, tabaco ,comportamiento sexual insano podría causar determinantes de la salud.

Los conceptos de salud ayuda a tener mas conocimiento sobre como prevenir enfermedades y a desarrollar iniciativas que promuevan la salud y el bienestar.

# DETERMINANTES DE LA SALUD

- **Clásica:** salud equivale a poder desarrollar las actividades
- **Fisiologista:** equipara salud a ausencia de enfermedad
- **Noción oficial de la salud pública:** es la definición de la organización mundial de la salud

## CONCEPCIONES DE LA SALUD

La investigación sobre la promoción comportamientos saludables quizás sea lo mas difícil pero es lo prioritario

Preocupante comprobar que haya escasez de énfasis en abordar la fuerza de voluntad de muchas estrategias de salud pública

Hay que promover la capacitación de los individuos para tomar decisión libres antes información suficiente y adecuada

La salud es el completo estado de bienestar físico, psíquico y social


## DEFINICIÓN DE LA SALUD OMS

Johann Peter Frank(1745-1821) fue el iniciador de la higiene moderna

- **Biología humana**
- **Estilo de vida**
- **Medio ambiente**
- **Asistencia sanitaria**

Determinantes de la salud según los modelos de Dever y Laframboise

Se deben distinguir en primer lugar tres concepciones de salud:



Clásica: salud equivale a poder desarrollar las actividades cotidianas (trabajo, relaciones familiares y sociales, alimentación, etc.).

Fisiologista (siglo XIX): equipara salud a ausencia de enfermedad. Es negativa y reductiva (prescinde de aspectos psicológicos o aspiraciones vitales).

Noción oficial de la Salud Pública: es la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

# Conceptos de Salud Pública

Se atribuye a Leavell y Clark la distinción entre tres niveles de prevención:

Prevencción primaria: actúa antes de que se inicie la enfermedad

- Prevencción secundaria: aplica el diagnóstico y el tratamiento
- Prevencción terciaria: actúa cuando la enfermedad ya se ha establecido

Tres etapas en la historia natural de la enfermedad:

Período prepatogénico: antes de que aparezca la enfermedad.

- Período patogénico: ya se ha iniciado la enfermedad.
- Presintomático: enfermedad presente, pero no hay síntomas.
- Clínico: ya han aparecido los síntomas.
- Resolución o desenlace final.

Debe distinguirse entre inducción y latencia:

Período de inducción: tiempo que transcurre entre la actuación de un factor de riesgo determinado y el inicio de la enfermedad;

Período de latencia: tiempo que transcurre entre el inicio real de la enfermedad y su manifestación clínica.

## La Medicina Preventiva

La especialidad de la práctica médica dedicada a la salud de individuos y poblaciones definidas para proteger, promover y mantener la salud y el bienestar

## Salud Pública.

Aquello que nosotros, como sociedad, hacemos colectivamente para asegurar las condiciones en que la población gozará de salud.

## Promoción de la salud

Es aquel conjunto de actividades que abarcan el fomento de estilos de vida y de otros factores sociales, económicos, ambientales y personales que favorecen la salud.

## El principio de precaución

Mantiene que, en caso de amenazas serias o irreversibles para la salud de las personas o los ecosistemas, la existencia de incertidumbre científica reconocida no debería invocarse como excusa para posponer las medidas preventivas.

La necesidad de basar la prevención en las mejores evidencias científicas ha hecho que se desarrollen diversas guías para las actividades preventivas en la práctica clínica. El Report of the U.S. Preventive Services Task Force (USPSTF)\* es su mejor exponente.

# Factores Que Determinan Su Salud

**Hábitos Personales**

**Deporte**

**Higiene**

**Estilos De Vida**

**Psicosocial**

**Alimentación**

**Sistemas Internos**

**Resistencia a la Enfermedad**

**Enfermedades Genéticas**

**Etnias**

**Raza**

**Envejecimiento**



**Sistema De Salud**

**Costos**

**Disponibilidad**

**Calidad**

**Accesibilidad**

**Prevención**

**Medio Ambiente**

**Clima**

**Contaminación**

**Desigualdad**

**Economía**

**Educación**



# ¿QUÉ SON LOS ESTILOS DE VIDA Y TRABAJO SALUDABLES?



## ESTILOS DE VIDA

Los estilos de vida se refieren a la manera en que cada persona desarrolla actividades cotidianas tales como: **Alimentarse, Movilizarse, Recrearse, Relacionarse e incluso solucionar sus conflictos.**

En el ambiente de trabajo, **el autocuidado se relación con el conocimiento** de los factores de riesgo que pueden afectar el desempeño y/o producir accidentes de trabajo o enfermedades laborales.



## ¿QUÉ SON LO ESTILOS DE VIDA SALUDABLES?

Los estilos de vida saludables conlleva hábitos y costumbres que cada persona realiza para lograr un desarrollo y un bienestar, sin atentar contra su propio equilibrio y su relación con su ambiente natural, social y laboral.



## ¿QUÉ SON LOS ESTILOS DE TRABAJO SALUDABLES?

Los estilos de vida se refieren a la manera en que cada persona desarrolla actividades cotidianas tales como: **Alimentarse, Movilizarse, Recrearse, Relacionarse e incluso solucionar sus conflictos.**

En el ambiente de trabajo, **el autocuidado se relación con el conocimiento** de los factores de riesgo que pueden afectar el desempeño y/o producir accidentes de trabajo o enfermedades laborales.

# ASPECTOS QUE AFECTAN LA SALUD Y LA CALIDAD DE VIDA



CONSUMO DE SUSTANCIAS  
TÓXICAS: TABACO, ALCOHOL Y  
OTRAS DROGAS

SEDENTARISMO,  
FALTA DE EJERCICIO



INSOMNIO



ESTRÉS



FALTA DE HIGIENE PERSONAL



CONTAMINACIÓN AMBIENTAL



NO RELAJAR ACTIVIDADES  
DE OCIO O AFICIONES



DIETA DESBALANCEADA



FALTA DE RELACIONES  
INTERPERSONALES



**ESTILOS DE**

**VIDA SALUDABLE**

**NO HAGAS DIETAS,  
adopta hábitos saludables:**



**Come despacio**



**Cocina tus propias comidas,  
Con alimentos naturales.**



**Mantente en movimiento**



**Come cuando tengas hambre,  
Consciente de lo que comes.**



**No aguantes hambre  
(incluye snacks)**



**Cuida tu sueño**



**Evita alimentos  
enlatados y procesados**



**Establece horarios de comida**



**Enfócate y disfruta el proceso  
y no en un número.**

CENTRO DE NUTRICIÓN CLÍNICA

# CONCLUSION

Para determinar el tema de determinantes y conceptos básicos de la salud es utilizar métodos para informar a la población para así prevenir un poco las enfermedades y cuidar el estilo de vida que sea mas saludable por ejemplo para el exceso de drogas se intenta capacitar ala población para que puedan un poco de información sobre las causas que pueden tener, la sociedad tiene la responsabilidad de este tipo de modelos de una conducta.

# BIBLIOGRAFIA

Nombre del autor: Miguel Ángel Martínez  
González

Nombre del libro: conceptos de salud publica y  
estrategias preventivas

Editorial: miguel A. Martínez González,  
universidad de navarra

Pág. 1- 14