

Universidad del sureste

Nombre de alumnos:

Ángel Gabriel Rodríguez Gómez

Nombre del profesor:

Sandra yazmin Ruiz flores

Nombre del trabajo:

Tipos de salud publica

Licenciatura:

Enfermería

Materia:

Enfermería comunitaria

Cuatrimestre:

Séptimo

Grupo:

B

Tipos de salud pública

La salud pública es una especialidad no clínica de la medicina enfocada en la promoción, prevención e intervención de la salud desde una perspectiva multidisciplinaria y colectiva, ya sea a nivel comunitario, regional, nacional o internacional, es decir, no centrada en el individuo, sino en el colectivo.

Salud física

La salud física consiste en el bienestar del cuerpo y el óptimo funcionamiento del organismo de los individuos. Es decir, es una condición general de las personas que se encuentran en buen estado físico, mental, emocional y que no padecen ningún tipo de enfermedad.

Sin embargo, la salud física puede verse afectada de diferentes maneras: según el estilo de vida de cada individuo, el entorno donde vive o trabaja, según la genética que posea, la asesoría médica que reciba.

Como llevar una vida sana

- Llevar una alimentación sana y balanceada.
- Mantener la higiene corporal, debe ser una actividad diaria.
- Dormir la cantidad de horas recomendadas por los médicos.

Salud mental

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad.

El bienestar psicológico Tal y como hemos visto la salud mental implica un estado de bienestar, no solo a nivel físico también psicológico.

Como principales características

- No solo es ausencia del trastorno
- Incluye cognición, emoción y conducta
- Se va desarrollando a lo largo de la vida

Salud ambiental

La salud ambiental engloba aquellos factores del ambiente que podrían incidir en la salud. Específicamente, está relacionada con los factores físicos, químicos y biológicos externos de las personas.

Por eso, la calidad del entorno es vital para la buena salud y desarrollo de las personas.

Como afecta

- La contaminación del aire
- La contaminación del agua y las sequías
- La enfermedades no trasmisibles

Tipos de salud publica

Salud social

Se entiende por salud social al conjunto de factores y condiciones de tipo económico y social que influyen en el estado de salud de los individuos, en el largo plazo.

Nuestra salud social está determinada por el tipo de vínculos sociales que podemos establecer en nuestra comunidad, en la influencia positiva o negativa

Intervienen factores tales como

- La exclusión y marginación social
- Condiciones en empleos
- Condiciones de vida urbana

Salud espiritual

La salud espiritual es aquella que se construye y que se obtiene mediante la meditación y el reconocimiento del verdadero valor a la vida.

Por otro lado, la salud espiritual puede verse como la búsqueda del significado, propósito y sentido de la vida.

Importancia de la salud espiritual

- Ayuda a mejorar el ánimo y el autoestima
- Fortalece el sistema inmunológico
- Reduce insignificante mente el estrés y la ansiedad

Salud integral

Estado de bienestar ideal el cual se logra únicamente cuando existe un correcto balance entre los factores físicos, emocionales, espirituales, biológicos y sociales.

Es de esa forma que las personas logran crecer en todos los ámbitos de la vida

Un estado de salud óptima, o salud integral, es mediante la adopción de medidas preventivas que ofrezcan las posibilidades de evitar o retardar la aparición de enfermedades crónicas como es el caso de la diabetes, hipertensión arterial, arterioesclerosis, enfermedades degenerativas de las articulaciones y del sistema nervioso e incluso el cáncer.

Salud sexual

Un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad; no es solamente la ausencia de enfermedad, disfunción incapacidad.

Para que la salud sexual se logre y se mantenga, los derechos sexuales de todas las personas deben ser respetados, protegidos y ejercidos a plenitud”.

La salud sexual es el resultado de un ambiente que reconoce, respeta y ejerce estos derechos sexuales:

- Derecho a la liberta sexual
- Derecho de la privacidad sexual

Tipos de salud publica

Salud alimentaria

Los alimentos son aquellas sustancias que se consumen diariamente para poder tener los suficientes nutrientes que necesita nuestro cuerpo. Estos pueden ser de distintas consistencias, formas, tamaños y sabores.

La salud alimentaria es aquel equilibrio que poseen los seres vivos con la alimentación que consumen.

- Esta es el determinante de tener un buen rendimiento físico, energía para completar las tareas diarias, y de crear anticuerpos y defensas.

Salud publical

La salud pública es la disciplina médica encargada del estudio de las formas de protección, sustentación y mejora de la salud de las poblaciones humanas.

La salud pública como disciplina tiene una existencia formal relativamente reciente, que coincide con el descubrimiento de las técnicas de higienización básicas de la medicina moderna.

- Estilo de vida
- La biología humana
- Sistema sanitario nacional

Salud laboral

“una actividad multidisciplinaria que promueve y protege la salud de los trabajadores. Esta disciplina busca controlar los accidentes y las enfermedades mediante la reducción de las condiciones de riesgo”.

Para la consecución de estos objetivos es necesario un equipo multidisciplinario que se van a involucrar en las distintas áreas que intervienen en la protección y promoción de la salud. Están formado por:

- Seguridad al trabajo
- Higiene industrial
- Medicina del trabajo

Salud familiar

La Salud Familiar está conformada por tres elementos principales: la salud individual, las condiciones materiales de vida y el funcionamiento familiar. Sus principales actores son el individuo, la familia y la sociedad.

Considerar estos 3 actores en su conjunto nos llevaría a entender cómo se construye la Salud Familiar, ya que cada uno de ellos es extremadamente importante.

El objetivo es mejorar el bienestar de los miembros de la familia y la familia como un todo, poniendo énfasis en desarrollar el autocuidado de la salud tanto individual como familiar, por ello es importante estar protegido ante cualquier adversidad cuidando nuestra economía.

Bibliografía

- [La salud familiar, ¿por qué es tan importante cuidarla? \(barron.com.mx\)](#)
- [¿Sabes cuál es la Importancia de la Salud Familiar? | VRIM](#)
- [¿Qué es la salud laboral? - Salud Laboral y Discapacidad](#)
- [Salud Pública - Concepto, funciones, instituciones y logros](#)
- [<https://concepto.de/salud-publica/>](#)
- [¿Qué es la salud alimentaria? - Vivir mejor](#)
- [¿Qué es la salud sexual? - Psyciencia](#)
- [ConceptoDefinición | Salud Integral - ConceptoDefinición \(conceptodefinicion.de\)](#)
- [Salud espiritual: ¿descubre qué es y en qué consiste? | Bioguia](#)
- [Salud Social - Qué es, concepto y factores que intervienen](#)
- [Salud mental: fortalecer nuestra respuesta \(who.int\)](#)
- [Qué es la Salud Física: Definición y Características - Significados](#)