



Nombre del Alumno

Laura Isabel de la cruz montes

Nombre del tema

Tipos de salud publica

Parcial

1er

Nombre de la Materia

Enfermería comunitaria

Nombre del profesor

Sandra Yazmín Ruiz Flores

Nombre de la Licenciatura

Enfermería

Cuatrimestre

7°

TIPOS DE SALUD PUBLICA

Es la disciplina médica encargada del estudio de las formas de protección, sustentación y mejora de la salud de las poblaciones humanas. Se dedica tanto a las labores de higiene y prevención de enfermedades, como a su control y erradicación.

Salud física

Consiste en el bienestar del cuerpo y el óptimo funcionamiento del organismo de la persona, es decir es una condición general de las personas que se encuentran en buen estado físico, mental, y emocional, y que no padecen ningún tipo de enfermedad.

Puede verse afectada de diferentes maneras, según el estilo de vida de cada persona, el entorno en donde viven o trabajan y la asesoría medica que reciba.

Llevar una vida sana consiste en:

- Llevar una alimentación saludable.
- Tener una buena higiene corporal, debe ser una actividad diaria.
- Descansar el total de horas correspondidas.

Salud mental

Se caracteriza por tener un nivel de autoestima alto, a sentirse bien con uno mismo, a estar motivado con la vida y tener objetivos vitales que le ayuden vivir los días con optimismo y esperanza, a la capacidad de resiliencia y de hacer frente a los problemas y de gozar de un equilibrio emocional, autonomía y una vida libre de estrés y preocupaciones excesivas.

El bienestar psicológico es indispensable para la persona, como tal la salud mental implica un estado de bienestar no solo a nivel psicológico si no también emocional.

Actividades para mejorar la salud mental:

- Hacer deporte, porque no solamente mejora el aspecto y condición física, sino que facilita la liberación de neurotransmisores como la serotonina o las endorfinas.
- Hacer actividades que nos hacen disfrutar y que dan sentido a nuestra vida.
- Tener objetivos vitales, que sean realistas y luchar por ellos.

TIPOS DE SALUD PUBLICA

Salud social

No es simplemente el hecho de tener amigos o no, sino que tiene que ver con nuestras condiciones de vida, como, por ejemplo, tener un trabajo estable, estabilidad económica, tener acceso a atención sanitaria, acceso a actividades recreativas y de ocio,

Está determinada por el tipo de vínculos sociales que podemos establecer en nuestra comunidad en la influencia positiva y negativa.

Algunos Factores que interviene:

- La exclusión o marginación social
- Condiciones de trabajo

Salud alimentaria

Comer sano es una parte importante de nuestro organismo. La salud alimentaria está relacionada con los nutrientes que ingerimos y con las cantidades que comemos, así como en los horarios en los que lo hacemos.

Es determinante para un buen rendimiento físico, energía para completar las tareas diarias y creación de anticuerpos.

La alimentación es un aspecto esencial en el cuidado de enfermería. A través de una dieta equilibrada y personalizada, los profesionales de enfermería pueden promover una buena salud, prevenir complicaciones y contribuir a la recuperación de los pacientes.

Salud ambiental

Es aquella que se vincula al ambiente en el que vive una persona. Es decir, que son los factores externos que afectan a una persona. Por ejemplo, el entorno laboral puede causar estrés que, a su vez, puede causar problemas psicológicos como ansiedad, insomnio y depresión, pero también problemas físicos, como diarrea o estreñimiento.

El papel de enfermería en el cuidado del medio ambiente, es muy importante, ya que, el personal de salud tiene la capacidad de orientar a la población sobre los cuidados que se debe ejercer sobre nuestro entorno para evitar enfermedades.

La enfermería posee, por tanto, el papel de orientar y sensibilizar a las personas sobre los cuidados que el medio ambiente demanda, por ende, el profesional debe valerse de actividades educativas que capaciten a las personas para el compromiso con el medio ambiente.

TIPOS DE SALUD PUBLICA

Salud sexual

Es un estado de salud física, mental y social que se relaciona con la sexualidad, es decir, con disfrutar de nuestro propio cuerpo y tener relaciones sexuales saludables. Los problemas de salud sexual pueden ser variados.

Las enfermeras no solo tienen conocimientos profundos en anatomía y fisiología, sino que también entienden la importancia de abordar la sexualidad desde una perspectiva biopsicosocial. Esto implica considerar no solo los aspectos físicos, sino también los emocionales y sociales que influyen en la vida sexual y reproductiva de las personas.

Además de brindar información y educación sexual, las enfermeras también ofrecen servicios de atención integral a las personas que necesitan asistencia en temas reproductivos. Estos servicios van desde la planificación familiar y la asesoría prenatal, hasta el manejo de enfermedades de transmisión sexual y la atención postaborto.

también desempeñan un papel clave en la educación comunitaria, trabajando en la prevención de enfermedades, la promoción de la salud y la defensa de los derechos sexuales y reproductivos.

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 y, por lo tanto, se siente sano tanto física como mentalmente

Es la forma de que las personas logran crecer en todos los ámbitos, es un estado de salud óptima mediante la adopción de medidas preventivas que ofrezcan las posibilidades de evitar o retardar la aparición de enfermedades crónicas.

Es la forma de que las personas logran crecer en todos los ámbitos, es un estado de salud óptima mediante la adopción de medidas preventivas que ofrezcan las posibilidades de evitar o retardar la aparición de enfermedades crónicas.

Salud espiritual

Implica la reflexión de nuestras creencias. Lograr un estado de bienestar, armonía y equilibrio en estas áreas nos dará la habilidad para funcionar de manera óptima como ser humano y tener la energía y vitalidad para ser altamente productivos y exitosos en cualquier área de nuestra vida.

es muy importante que una enfermera atienda también las necesidades espirituales del paciente. Una enfermera es la persona más adecuada para hacerlo, ya que es la que pasa la mayor parte del tiempo con el paciente.

Por lo tanto, durante los momentos de angustia espiritual, una enfermera puede reconfortar al paciente estableciendo un vínculo con él a nivel espiritual.

TIPOS DE SALUD PUBLICA

Salud familiar

Está conformada por tres elementos principales, la salud individual, las condiciones materiales de vida y el funcionamiento familiar. Sus principales participantes son, el individuo, la familia y la sociedad.

La enfermería desempeña un papel fundamental en la atención de la salud familiar y comunitaria. Desde la detección temprana de problemas de salud hasta la promoción de la autonomía en el cuidado, los enfermeros son profesionales clave en la mejora de la calidad de vida de las personas y el bienestar de las comunidades.

Salud laboral

Es 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”.

Se entiende la salud laboral como la reducción y/o eliminación de los factores de riesgo dentro del centro de trabajo. Y más concretamente en el puesto de trabajo y en las tareas que realiza el trabajador en concreto. Para lo cual se tienen en cuenta las condiciones de trabajo y la organización del mismo.

Para la consecución de objetivos es necesario un equipo multidisciplinario que se involucrará en distintas áreas que intervienen en la protección de la salud.

- Seguridad de trabajo
- Higiene industrial
- Medicina de trabajo.

[XlTeS1jb211bml0YXJpYS8jOn46dGV4dD1FbiUyMHJlc3VtZW4IMkMIMjBsYSUyMGVvZmVybWVvJUMzJUFESUyMGRlc2VtcGUIQzMIQjFhJTlwdW4IMjBwYXBibCUyMGZ1bmRhbWVudGFsLWxhcyUyMHBlcnNvbWZzJTlweSUyMGVsJTlwYmllbmVzdGFyJTlwZGUIMjBsYXMIMjBjb211bmlkYWRIcy4&ntb=1](https://www.bing.com/ck/a?!&&p=dd9b9fb667f1d550JmldHM9MTY5OTkyMDAwMCZpZ3VpZD0wYmI2ZWUwNC05YzMyLTY1YzltMmI2MS1mZDE5OWQ1MTY0ZjYmaW5zaWQ9NTlwMQ&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=0bb6ee04-9c32-65c2-2b61-fd199d5164f6&psq=salud+laboral&u=a1aHR0cHM6Ly9zYWx1ZGxhYm9yYWx5ZGlzY2FwYWNPZGFkLm9yZy9zYWx1ZC1sYWJvcnFzL3F1ZS1lcy8&ntb=1)

<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=dd9b9fb667f1d550JmldHM9MTY5OTkyMDAwMCZpZ3VpZD0wYmI2ZWUwNC05YzMyLTY1YzltMmI2MS1mZDE5OWQ1MTY0ZjYmaW5zaWQ9NTlwMQ&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=0bb6ee04-9c32-65c2-2b61-fd199d5164f6&psq=salud+laboral&u=a1aHR0cHM6Ly9zYWx1ZGxhYm9yYWx5ZGlzY2FwYWNPZGFkLm9yZy9zYWx1ZC1sYWJvcnFzL3F1ZS1lcy8&ntb=1>