



## **Cuadro sinóptico**

*Nombre del Alumno: José Abraham Pérez*

*Nombre del tema: Tipos de salud pública*

*Nombre de la Materia: Enfermería comunitaria*

*Nombre del profesor: Sandra Yazmin Ruiz Flores*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería*

*Cuatrimestre: 7To A*

# TIPOS DE SALUD PUBLICA

## Salud física

La salud física se refiere la **condición física** general de las personas en un momento dado. Es el bienestar del cuerpo, y el óptimo funcionamiento de éste. Es la ausencia de enfermedades y el buen funcionamiento fisiológico del organismo. Los ataques víricos o las lesiones tienen un efecto negativo en nuestra salud física, que también se ve alterada por otros factores.

## Salud mental

La salud mental, que también suele llamarse salud emocional, es un concepto complejo, que no solamente hace referencia a si una persona padece o no un trastorno psicológico. 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.

## Salud social

Los seres humanos somos seres sociales, y gran parte de nuestro bienestar viene determinado por las condiciones que nos rodean, es decir, nuestro entorno. De hecho, incluso nuestra propia identidad se construye y desarrolla en interacción con otros.

Ahora bien, la **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, etc.

## Salud sexual

La 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. Para saber más, puedes leer nuestro artículo: "Los 8 problemas sexuales más frecuentes y cómo tratarlos"

## Salud alimentaria

Por salud alimentaria entendemos aquel estado de bienestar tanto físico como emocional que **emerge de una correcta nutrición**. Así, todos aquellos beneficios en nuestro cuerpo y mente derivados de alimentarnos de una forma saludable y que nos proporcione bienestar se contempla dentro de la salud alimentaria, al tiempo que también se asocia con la correcta higiene de los alimentos.



# TIPOS DE SALUD PUBLICA

## Salud publica

Es la salud colectiva y la influencia de las decisiones políticas a la hora de asegurar la salud de una población determinada. Está relacionada con la protección gestionada por los gobiernos. Por salud pública entendemos el conjunto de actividades y servicios desarrollados, organizados y ofrecidos por las administraciones públicas de un Estado que buscan **preservar la salud física y mental de sus ciudadanos**. Así, todos aquellos medios públicos que preservan y promueven el bienestar del conjunto de la sociedad conforman el concepto de salud pública.

## Salud económica

Un tipo de salud fundamentado en gozar de buena estabilidad económica y en que el balance entre los ingresos y gastos, ya sea de una persona o de un proyecto financiero, no sea negativo.

Por salud económica entendemos aquel estado de bienestar emocional que emerge de saber que **nuestra economía nos va a permitir cubrir los gastos** a corto, medio o largo plazo. Por suerte o por desgracia, el dinero es fuente de bienestar. Y todo aquello que emerja de la tranquilidad de saber que nuestras finanzas son sólidas es lo que conforma esta salud económica.

## Salud familiar

La familia es importante en el desarrollo de una persona y en su salud, pero hay familias que se consideran tóxicas por su influencia dañina a causa de sus patrones relacionales. La buena salud de la familia afecta positivamente a sus miembros.

La familia es importante en el desarrollo de una persona y en su salud, pero hay familias que se consideran tóxicas por su **influencia dañina a causa de sus patrones relacionales**. La buena salud de la familia afecta positivamente a sus miembros.

## Salud laboral

La salud laboral tiene que ver con la aplicación de medidas que permitan mantener un clima laboral positivo y que favorezcan el bienestar de los empleados. En nuestro artículo "12 señales que indican que estás en un ambiente laboral tóxico" profundizamos en este tema.



# BIBLIOGRAFÍA

Antología de la institución

<https://cepei.org/documents/infografia-tipos-de-salud-y-ods/>

<https://plantres.com.mx/los-10-tipos-salud-caracteristicas/>