



**NOMBRE DE LA ALUMNA: YARENI GRICEL SANCHEZ  
MORALES**

**NOMBRE DEL TRABAJO: CUADRO SIPNOTICO**

**NOMBRE DEL PROFESOR: ROMELIA DE LEON MENDEZ**

**ESPECIALIDAD: ENFERMERIA**

**CUATRIMESTRE: TERCER CUATRIMESTRE**

**FRONTERA COMALPA CHIAPAS 15 DE JUNIO 2024**

# Bienestar, salud y enfermedad

La Salud Definición OMS (1947): Estado de completo bienestar físico, mental y social; no solo ausencia de enfermedad o incapacidad.

Derecho Fundamental: Salud es un derecho para todos sin distinción.

Naturaleza Relativa: Cada individuo tiene un margen de salud personal.

## Salud Óptima

Nivel Óptimo de Funcionamiento: Cada persona tiene un nivel de bienestar alcanzable.

Deficiencias Menores: Alergias, miedos, problemas crónicos pueden coexistir con una vida normal.

Bienestar Definición: Percepción subjetiva de equilibrio, armonía y vitalidad. Componentes:

Autorresponsabilidad Proceso de desarrollo dinámico Decisiones sobre nutrición, control del estrés, salud emocional, etc. Método Integrado: Maximización del potencial individual.

Dimensiones del Bienestar (Anspaugh, Hamrick, Rosato, 2003). Física: Actividad física, nutrición, fuerza cardiovascular. Emocional: Positividad y entusiasmo por la vida. Social: Interdependencia y armonía familiar. Intelectual: Desarrollo del conocimiento personal. Laboral: Satisfacción en el trabajo. Espiritual: Búsqueda de significado y propósito de vida.

Enfermedad: Definición: Alteración del funcionamiento físico, emocional, intelectual, social, de desarrollo o espiritual. Factores: Edad, sexo, ocupación, estabilidad emocional, personalidad, religión, raza, nivel socioeconómico, educación.

## Etapas de la Enfermedad (Suchman)

Aparición: Percepción física de síntomas. Comprensión de la enfermedad. Respuesta emocional (miedo, ansiedad, tranquilidad). Tipos de Enfermedad

## Tipos de Enfermedad

Aguda: Duración corta, grave, síntomas bruscos e intensos.

Crónica: Persiste más de seis meses, fluctuación en el funcionamiento, recaídas, incluye enfermedades degenerativas (primer lugar de morbilidad y mortalidad en México).

## Tipos de Enfermedad

Aguda: Duración corta, grave, síntomas bruscos e intensos.

Crónica: Persiste más de seis meses, fluctuación en el funcionamiento, recaídas, incluye enfermedades degenerativas (primer lugar de morbilidad y mortalidad en México).