

Resumen :“La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria”

Docente: Erick José Villatoro Verdugo

Alumno: Amilcar Antonio Cancaco Arrazate

Grupo: 1 A

N° de lista: 6

Materia: Interculturalidad Y Salud I

Institución: Universidad del suroeste

La salud y sus determinantes

El concepto de salud se ha modificado a lo largo del tiempo, desde que la Organización Mundial de la Salud (OMS) la definió en 1948 como el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente ausencia de enfermedades o afecciones.

La Salud, abarca aspectos subjetivos (bienestar físico, mental y social), objetivos (capacidad de funcionamiento) y aspectos sociales (adaptación y trabajo socialmente productivo), por tanto, es un recurso para la vida diaria, no el objetivo de la vida. Se trata de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales, así como las aptitudes físicas.

La salud es derecho humano fundamental, en la Carta de Ottawa se destacan determinados prerrequisitos para la salud, que incluyen la paz, adecuados recursos económicos y alimenticios, vivienda, un ecosistema estable y un uso sostenible de los recursos.

Los determinantes de la salud abarcan factores ambientales, biológicos, conductuales, sociales, económicos, culturales, laborales y también el sistema sanitario. Marc Lalonde (1974) agrupó estos determinantes en cuatro grandes áreas:

- **Medio ambiente:** incluye tanto lo natural como lo social.
- **Estilos y hábitos de vida:** conductas que influyen de forma negativa o positiva en la salud.
- **Sistema sanitario:** acceso, eficacia, cobertura, recursos y tecnologías.
- **Biología humana:** factores genéticos y hereditarios.

En la actualidad, se resalta la importancia de los **determinantes sociales**, definidos como las condiciones en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluyendo el sistema de salud. Estos se dividen en:

- **Estructurales:** posición socioeconómica, género, raza, etnia, educación y empleo. Son los que generan la estratificación y las desigualdades en salud.

- **Intermedios:** condiciones materiales (vivienda, ingresos, entorno laboral), factores psicosociales (estrés, redes sociales), conductuales y biológicos (nutrición, ejercicio, consumo de sustancias), cohesión social y acceso al sistema de salud.

Promoción de la salud

La promoción de la salud es una función esencial de la salud pública. Se apoya en la epidemiología, que identifica los factores que influyen en la salud, y a partir de ese conocimiento se diseñan acciones para intervenir en los determinantes.

El objetivo principal es potenciar los determinantes positivos que favorecen la calidad de vida y disminuir los determinantes de riesgo que afectan de forma negativa. Tiene un carácter **anticipatorio**, porque busca prevenir enfermedades y evitar su desarrollo, con lo cual se mejora la calidad de vida y se reducen costos sanitarios.

Según la Carta de Ottawa, las acciones principales de la promoción de la salud son cinco:

- 1) **Desarrollar aptitudes personales:** dar información y herramientas para que las personas adquieran conocimientos y habilidades para una vida saludable.
- 2) **Crear entornos favorables:** promover condiciones de vida y trabajo seguras y satisfactorias.
- 3) **Reforzar la acción comunitaria:** fomentar la participación de la comunidad en decisiones y acciones de salud.
- 4) **Reorientar los servicios de salud:** ampliar el enfoque de lo curativo hacia la prevención y promoción.
- 5) **Impulsar políticas públicas saludables:** integrar la salud en las decisiones de todos los sectores y niveles de gobierno.

Educación sanitaria

La educación sanitaria busca que la población tenga conocimientos básicos para prevenir enfermedades, atender urgencias y fomentar una adecuada nutrición. Su finalidad es promover estilos de vida saludables y crear corresponsabilidad en el cuidado de la salud.

Es un proceso continuo que se desarrolla en ámbitos formales e informales, con la participación de diferentes actores sociales e institucionales. Se enfoca en transformar conductas dañinas y consolidar las saludables, siempre como parte de la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad.

Actualmente, se entiende como un proceso que no solo enseña comportamientos, sino que también motiva al cambio. Sus objetivos son: favorecer conductas positivas, mejorar el entorno y hacer responsables a los individuos de su autocuidado.

Las actividades educativas pueden ser individuales o grupales, e incluyen sesiones, talleres, orientación, consejería, actividades lúdicas y grupos de autoayuda. Todas buscan generar cambios sostenidos que permitan mejorar los determinantes de salud en la población.

Conclusiones del artículo

Enfoque en determinantes de la salud:

La salud de la población puede mejorar significativamente si se aplican estrategias que tomen en cuenta las desigualdades sociales. Para ello es necesario un enfoque multidisciplinario que considere lo biológico, lo social, los estilos de vida y el entorno ambiental.

Promoción de la salud como inversión:

Implementar acciones efectivas y anticipatorias de promoción de la salud es una garantía para mejorar el bienestar colectivo. Invertir en ella trae resultados positivos, mientras que no hacerlo conduce a efectos negativos.

Procesos educativos y corresponsabilidad:

La educación que ayude a las personas a conocer e identificar su papel en el autocuidado es un pilar fundamental. Si se fomenta la corresponsabilidad, se lograrán hábitos y comportamientos saludables con resultados positivos.

Impacto de las inequidades sociales:

La posición social de cada persona está marcada por sistemas económicos, políticos y culturales. Cuando estos generan una distribución desigual de poder, prestigio y recursos, aparecen inequidades en salud que afectan negativamente.

Educación para la salud como oportunidad:

Es clave para mejorar la alfabetización sanitaria, el conocimiento sobre la salud y las habilidades de autocuidado individual y colectivo. Además, el artículo enfatiza que se debe reforzar la atención primaria y priorizar la prevención, ya que centrarse únicamente en lo curativo conduce a resultados negativo