

UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS COMITÁN

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

Mapa conceptual la salud

DOCENTE:

Erick José Villatoro Verdugo

MATERIA:

Interculturalidad y salud I

ALUMNO:

Zuri sarahi espinosa jimenez

GRADO:

1

GRUPO:

"A"



Salud

¿Qué es?

- Estado de bienestar físico, mental y social, no solo ausencia de enfermedad (OMS, 1948).
- Capacidad de funcionamiento y adaptación a la vida social (Milton Terris).
- Salud como recurso para la vida, no solo objetivo.



Determinantes de la salud

Factores que condicionan la salud de la población:

- Medio ambiente**
 - Entorno natural y social
- Estilos y hábitos de vida**
 - Conductas personales y sociales que afectan la salud
- Sistema sanitario**
 - Centros de salud, recursos humanos, accesibilidad y efectividad.
- Biología humana**
 - Factores genéticos y hereditarios.

Clasificación según OPS/OMS

1. Estructurales/sociales

- Posición socioeconómica, género, raza, educación, empleo.

2. Intermedios personales

- Circunstancias materiales: vivienda, entorno físico, recursos.
- Circunstancias psicosociales: estrés, redes sociales, apoyo.
- Factores conductuales y biológicos: nutrición, actividad física, consumo de alcohol/tabaco/drogas, genética.
- Cohesión social: confianza y respeto mutuo.
- Sistema de salud: acceso y exposición a servicios.

Promoción de la salud

Proceso político y social que permite incrementar el control de las personas sobre los determinantes de la salud.
Carácter anticipatorio: prevenir enfermedades y mejorar bienestar.

Funciones según la Carta de Ottawa

1. Desarrollar aptitudes personales para la salud.
2. Desarrollar entornos favorables.
3. Reforzar la acción comunitaria.
4. Reorientar los servicios de salud hacia la promoción.
5. Impulsar políticas públicas saludables.

Educación sanitaria

Proceso educativo que permite a la población adquirir conocimientos y hábitos saludables.

Actividades

- Educación individual o grupal
- Talleres y sesiones educativas.
- Orientación y consejería.
- Actividades lúdicas y grupos de autoayuda.
- Fundamentada en la Promoción de la Salud y la prevención de enfermedades.
- Busca mejorar los determinantes de salud y fomentar hábitos de vida saludable.

Conclusiones clave

1. La Promoción de la Salud es más efectiva cuando se integra con políticas públicas, educación sanitaria y participación comunitaria.
2. La mejora de la salud requiere un enfoque multidisciplinario, considerando aspectos biológicos, sociales, ambientales y estilos de vida.
3. Las estrategias preventivas generan beneficios sostenibles, reducen la morbilidad y el impacto social y económico de las enfermedades.
4. La educación para la salud permite que los individuos adopten prácticas saludables de manera consciente y responsable.
5. La equidad en salud depende de la distribución justa de recursos, poder y acceso a servicios sanitarios; abordarla es fundamental para resultados positivos.

Fuentes bibliográficas

La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria Mario Alberto De La Guardia Gutiérrez, Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma