



Universidad del sureste
campus comitan
licenciatura en medicina humana



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

resumen

Hugo Valentin Guillen Lopez

1-C

interculturalidad y salud I

Erick Jose Villatoro Verdugo

Introducción

Este trabajo es un resumen y reflexión sobre el artículo *“La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria”* de De La Guardia y Ruvalcaba (2020). Elegí enfocarme en este tema porque desde el primer semestre de medicina me parece importante entender que la salud no es solo cuestión de hospitales o medicinas, sino que tiene un trasfondo mucho más amplio que involucra lo social, lo económico y lo cultural.

El objetivo de este ensayo es rescatar las ideas más importantes del artículo, pero también darles un enfoque personal, pues considero que como futuros médicos tenemos que ver la salud de manera integral, no solamente desde el punto de vista biológico.

Desarrollo

1. El concepto de salud

Algo que me llamó la atención es cómo el concepto de salud ha cambiado con el tiempo. La OMS la definió en 1948 como un completo bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de enfermedad. Aunque parece algo muy obvio, en realidad cambia toda la manera de ver la medicina. Ya no basta con curar, hay que ayudar a las personas a vivir bien. Para mí, esto significa que la salud no es un fin en sí mismo, sino una herramienta para poder llevar una vida plena y productiva.

2. Los determinantes de la salud

El artículo explica que la salud está determinada por muchos factores. El modelo de Lalonde menciona cuatro: el medio ambiente, los estilos de vida, el sistema sanitario y la biología humana.

Lo más interesante es que muchos de estos factores no dependen de los hospitales, sino de las condiciones en las que vive cada persona. Por ejemplo, alguien que vive en pobreza o en una vivienda sin servicios básicos está mucho más expuesto a enfermarse. Los determinantes sociales, como lo explica la OMS, son clave: el lugar donde nacemos, trabajamos o estudiamos influye directamente en nuestro nivel de salud. Esto me hace pensar que la medicina no puede separarse de la justicia social.

3. Promoción de la salud

La promoción de la salud se presenta como una estrategia fundamental. A diferencia de lo curativo, busca anticiparse a la enfermedad, lo cual resulta más económico y más humano.

La Carta de Ottawa habla de cinco acciones: desarrollar habilidades personales, crear entornos favorables, reforzar la acción comunitaria, reorientar los servicios de salud e impulsar políticas públicas.

Lo que más me deja esta parte es que **un médico no solo cura, también puede ser un promotor y un agente de cambio social.**

4. Educación sanitaria

La educación sanitaria es la herramienta práctica que convierte todo lo anterior en acciones concretas. No se trata solo de informar, sino de motivar y acompañar a las personas a cambiar sus hábitos.

Me pareció muy importante que se resalta la corresponsabilidad: la salud no es responsabilidad exclusiva del médico, también depende de la actitud de cada persona y de la comunidad.

Conclusiones

Al analizar el artículo, llegué a cuatro ideas principales:

1. La salud es un concepto integral, que incluye lo biológico, lo social, lo cultural y lo ambiental.
2. La promoción de la salud es mucho más valiosa que esperar a que la enfermedad aparezca.
3. La educación sanitaria es la clave para empoderar a la población y lograr cambios reales.
4. Las desigualdades sociales son uno de los principales enemigos de la salud.

Como estudiante de medicina, este artículo me hizo reflexionar en que **ser médico no es solo curar con fármacos, sino entender a la persona en su contexto.** Si no nos enfocamos en la prevención y en la educación, siempre llegaremos tarde. Estoy convencido de que la medicina del futuro será preventiva y promotora, porque solo así lograremos un verdadero impacto en la salud de la gente.

Bibliografía

De La Guardia Gutiérrez, M. A., & Ruvalcaba Ledezma, J. C. (2020). *La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria*. JONNPR, 5(1), 81–90. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3215>

