



Facultad de Ciencias de Salud

Salud Integral

Conceptualización de la salud y
factores determinantes



COMPETENCIA



Competencia 1:

Analiza factores de riesgo en la salud, con la finalidad de modificarlos, tomando en cuenta información recopilada a través de herramientas de evaluación personal.





CONTEXTO



AGENDA PEDAGÓGICA

- Bienvenida
- Presentación del programa y la información general del curso
- Clase del día tema: conceptualización de la salud y sus factores determinantes
- Tarea: realizar sus antecedentes personales médicos y los de tu familia.



OBJETIVOS GENERALES

Promover en los estudiantes un abordaje integral de la salud, analizando los factores determinantes y condicionantes a nivel:

- Individual
- Familiar
- Social.

Contribuir a la adopción de estilos de vida saludables, mediante el desarrollo de un plan de auto cuidado de la salud en el cual los estudiantes incorporen intervenciones de efectividad comprobada para promover y mantener la salud, así como herramientas para la autovaloración del estado de salud.



UNIDADES DEL CURSO

1. Conceptualización de la salud y sus factores determinantes.
2. Alimentación y Nutrición
3. Actividad Física, ejercicio y deporte
4. Salud Mental
5. Prevención de adicciones
6. Prevención de accidentes
7. Prevención de la violencia
8. Salud sexual y reproductiva



CONTEXTO

Distribución de zona		Ponderación
1. Planes de autocuidado	5 puntos	35 puntos
2. Participación en Talleres (Laboratorios), trabajos, y actividades en clase	5 puntos	35 puntos
3. Evaluación Final Proyecto final Evaluación escrita		30 puntos
NOTA DE PROMOCIÓN		100 puntos

NORMAS GENERALES

De las excusas:

- Cuando se trate de casos de **ausencia por enfermedad**, **el único documento válido será la certificación médica** (no constancia, recetas, suspensión del IGSS u otros documentos que en su caso, podrán ser únicamente complementarios de la certificación médica).



CONTEXTO

De las inasistencias:

Según reglamento debe cumplir con el 75% de asistencia al curso.

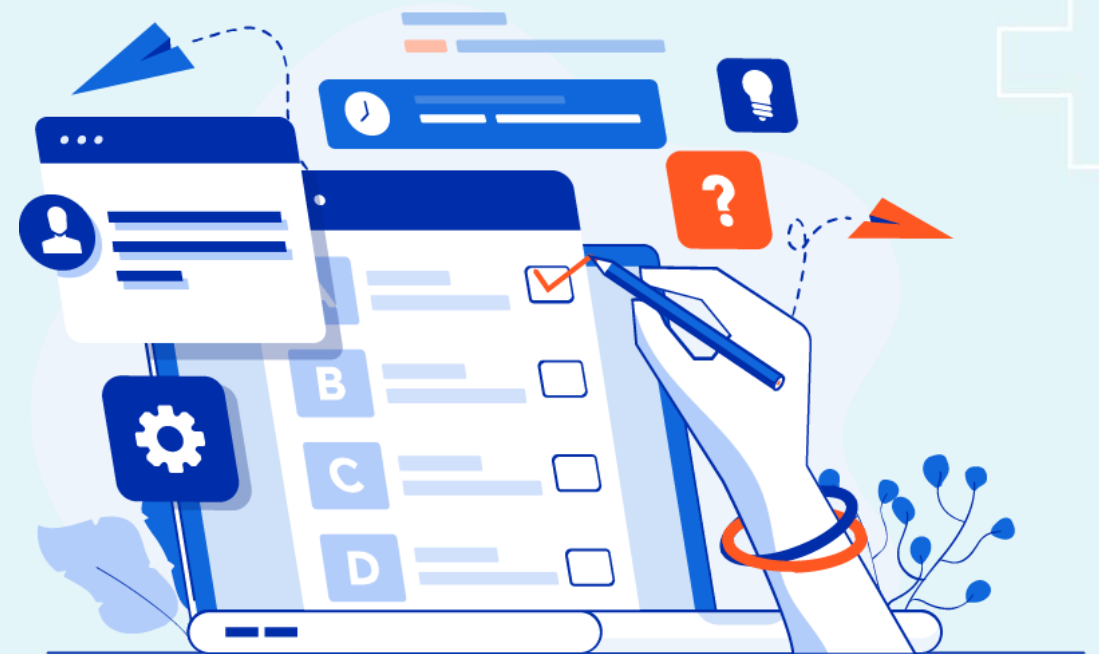
NOTA: Las ausencias comienzan a contar desde el primer día de clase del ciclo



CONTEXTO

Situaciones especiales:

Las situaciones no previstas en este normativo se definirán con base a las Normas de Convivencia Landivariana y el Reglamento de Evaluación Académica de la universidad.



NORMAS GENERALES

Entrega de Trabajos:

Para tener derecho al total de la nota, siempre y cuando el trabajo cumpla con las especificaciones solicitadas, el trabajo deberá ser entregado en la fecha estipulada.



ACCIÓN PREVIO A SESIÓN 1

Trabajo para hacer en casa: realiza el siguiente cuestionario con el cual conocerás brevemente cuál es tu estado de salud actual, te ayudara para tener una perspectiva más amplia sobre cómo te encuentras realmente.

- Sexo:
- Edad
- Facultad a la que pertenece
- Peso
- Talla
- Cuantas comidas formales hacer al día
- Cuantas de estas comidas son sentadas a la mesa
- Cuantas veces a la semana come comida rápida
 - De 1 a 3 veces por semana
 - De 4 a 6 veces por semana
 - Mas de 7 veces por semana
- Desayuna antes de salir de su casa
- Ha hecho alguna dieta
- Fuma
- Toma bebidas alcohólicas
- Hace ejercicio con regularidad
- Ha tenido algún accidente en carro causado por usted
- Como califica su salud
 - Excelente
 - Buena
 - Regular

ACCIÓN

- Ahora que ya terminaste el cuestionario:
- **Averigua:**
 - ¿cuáles son tus antecedentes personales médicos y los de tu familia?
 - ¿Existe en su familia algún antecedente de enfermedades crónicas/degenerativas? ¿cuál/es?
- **IMPORTANTE:** Esto te servirá para realizar tu plan de autocuidado.



CONTEXTO

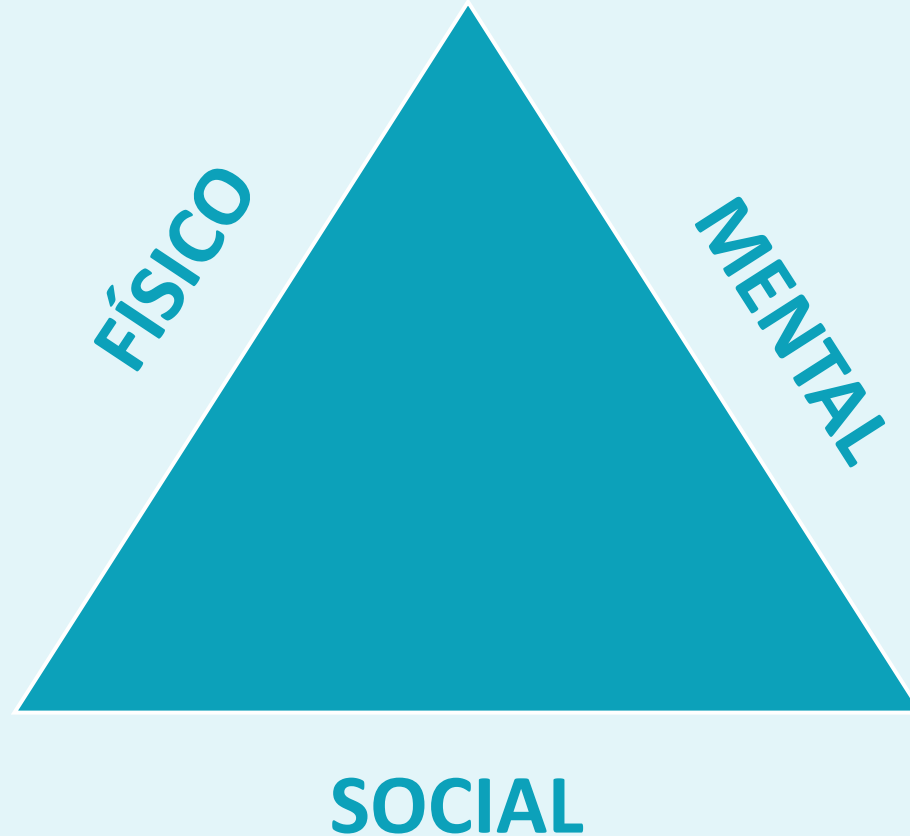
¿Qué es salud? – BOARD

- ¿Te consideras una persona sana?
- ¿Crees que tiene buenos hábitos?
- ¿Sabes que es tener un estilo de vida saludable?
- ¿La salud es un derecho, un privilegio o una mercancía?



CONTEXTO

La salud es un estado de completo **bienestar** físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia.



CONTEXTO

- Según la Organización Mundial de la Salud (OMS por sus siglas), "La salud es un estado de perfecto (completo) bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad" (salud, 1946).
- ¿Consideras que esta definición es adecuada?
- ¿Hay algo que se podría agregar?
- ¿Hay algo que podría modificarse?



DIMENSIONES DE LA SALUD

Físico



Mental

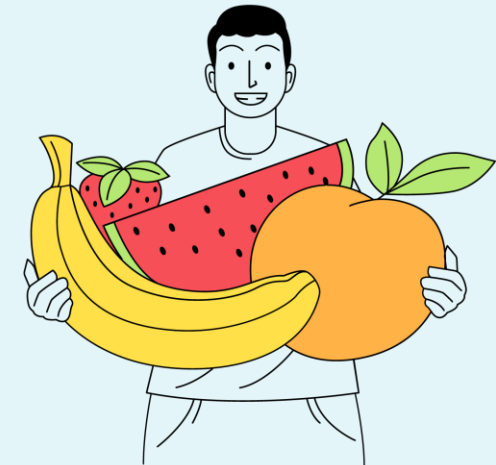
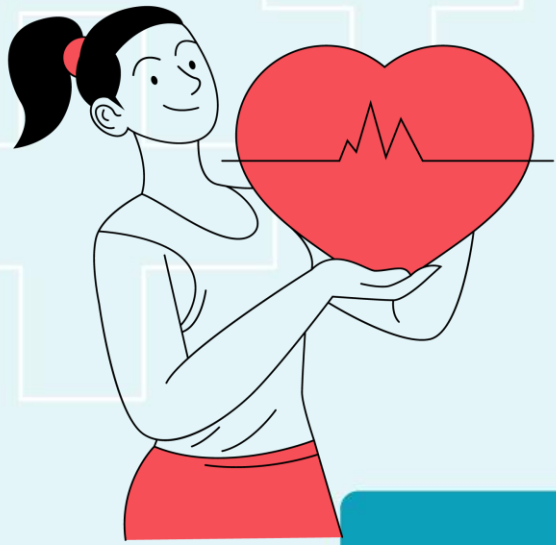


Social



DETERMINANTES DE LA SALUD

Conjunto de factores, tanto personales como sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o de las poblaciones.



CONDICIONANTES SEGÚN LALONDE

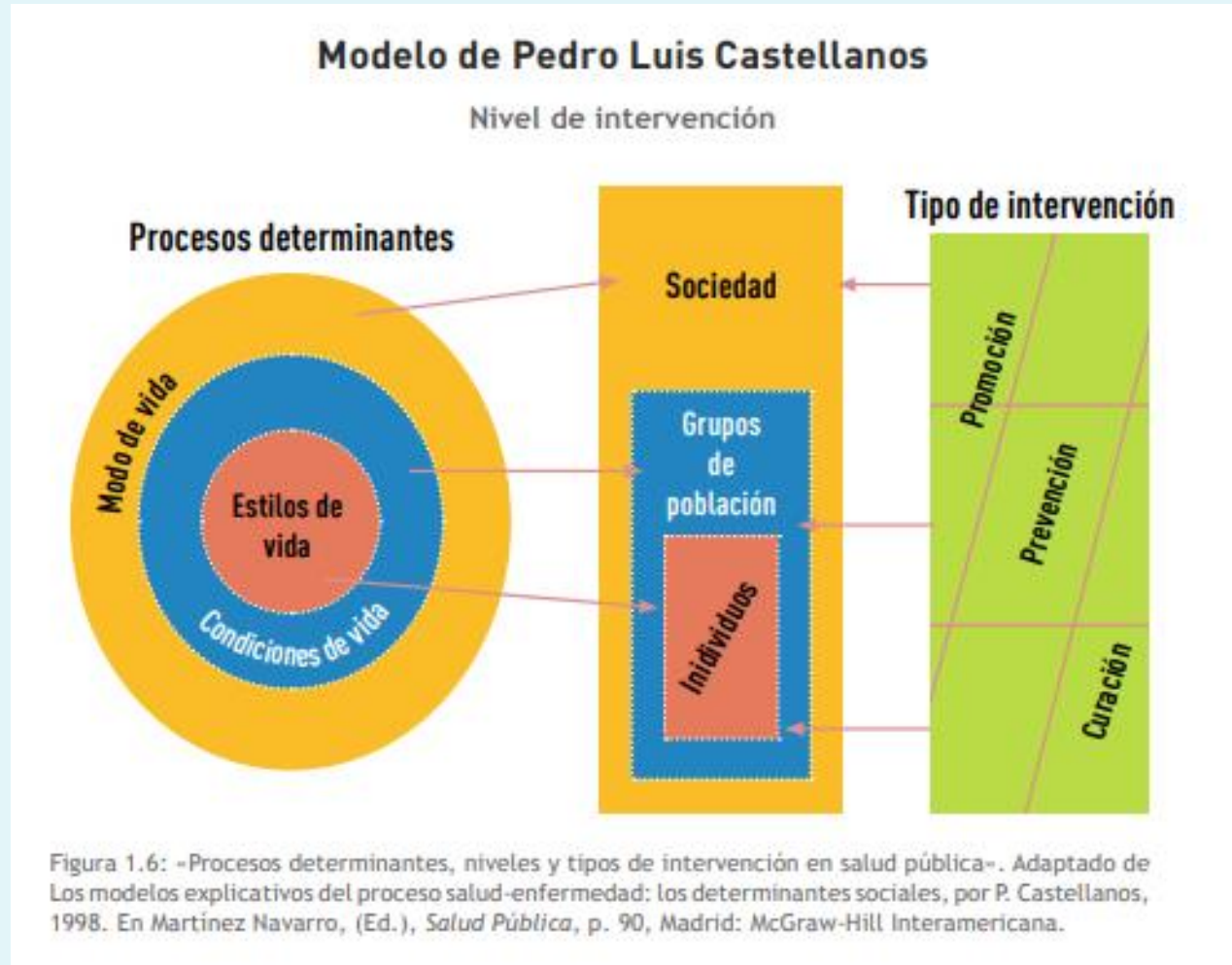


CONTEXTO

- Modelo de Salud Pública según Lalonde
- Determinantes de la salud según Julio Frenk
- Modelo socioeconómico de Salud
- Modelo de Pedro Luis Castellanos (niveles y tipos de intervención)

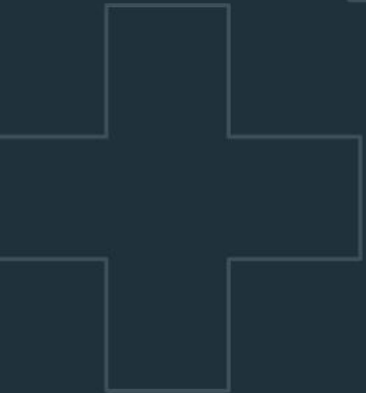
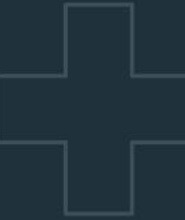


CONTEXTO





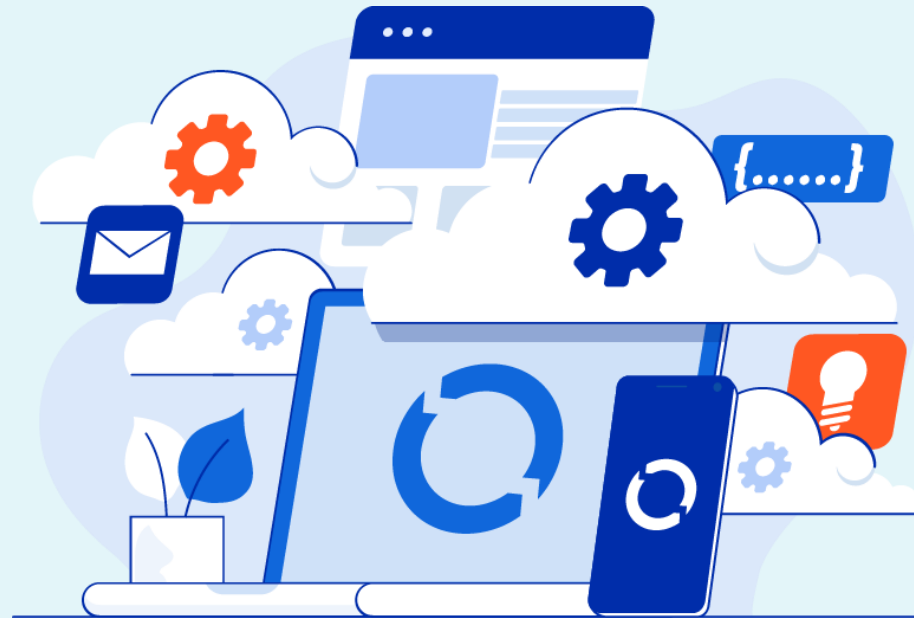
ACCIÓN



TAREA PARA CASA

Elabora un mapa mental sobre los condicionantes de salud según Lalonde, en tu vida personal.

Incluye: Factores biológicos, de estilo de vida, de medio ambiente, de sistema sanitario.





Este material digital **es propiedad de la Universidad Rafael Landívar**, se comparte por medio de una licencia Creative Commons CC BY-NC-ND del tipo “Atribución-No Comercial-Compartir igual”, la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales, ni se realicen obras derivadas.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/gt/>