

# 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.

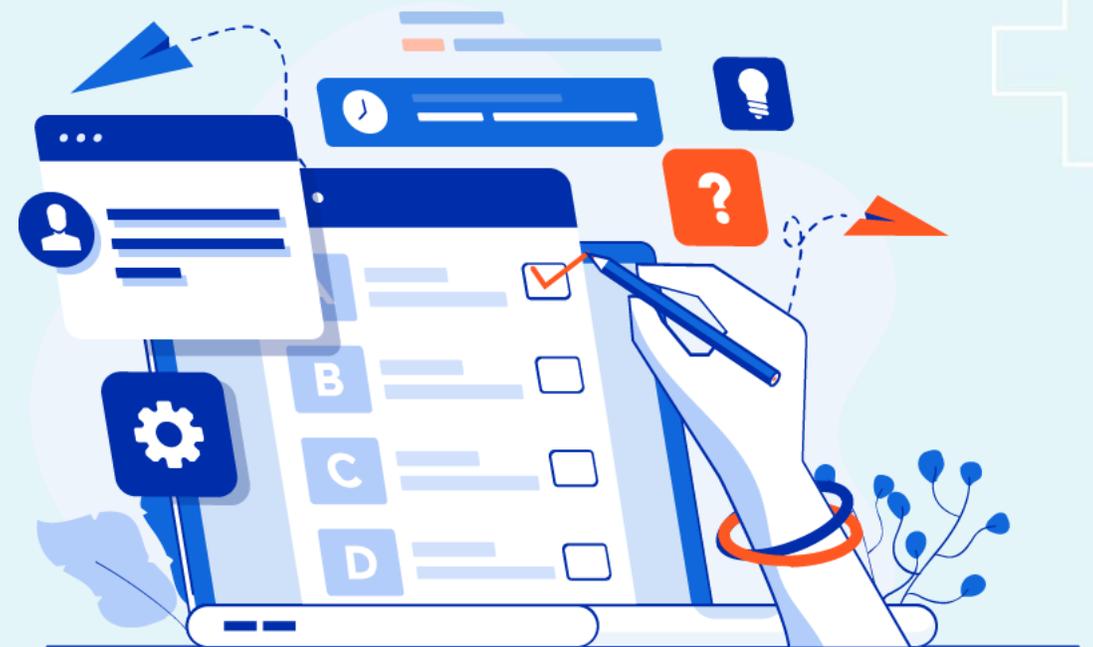
NOTA: Las ausencias comienzan a contar desde el primer día de clase del ciclo



## CONTEXTO

### Situaciones especiales:

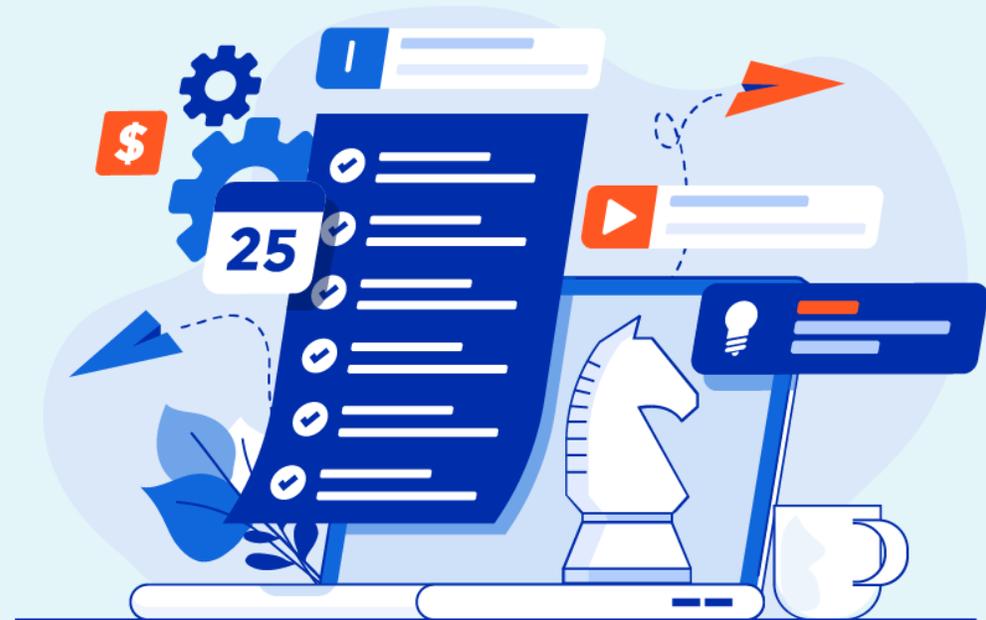
Las situaciones no previstas en este normativo se definirán con base a las Normas de Convivencia Landivariana y el Reglamento de Evaluación Académica de la universidad.



## 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

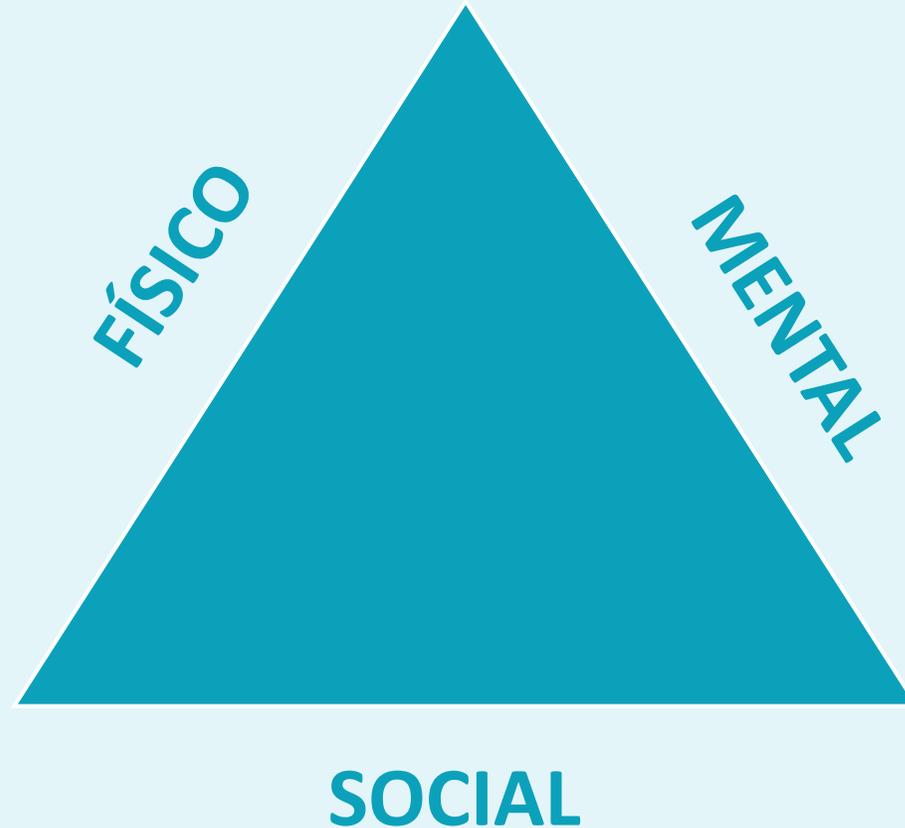
### ¿Qué es salud? – BOARD

- ¿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

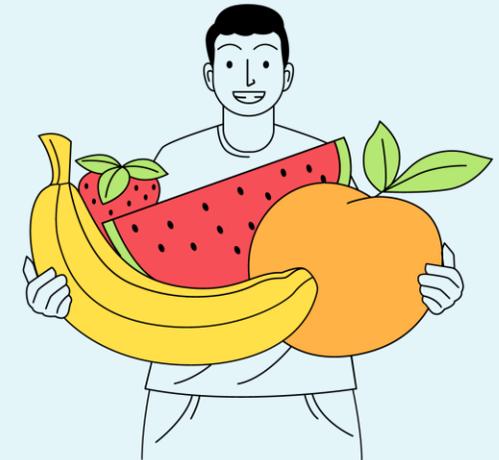
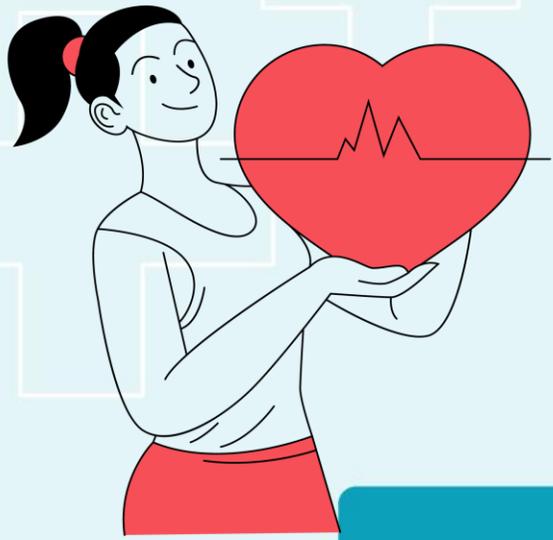


### Social



## 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

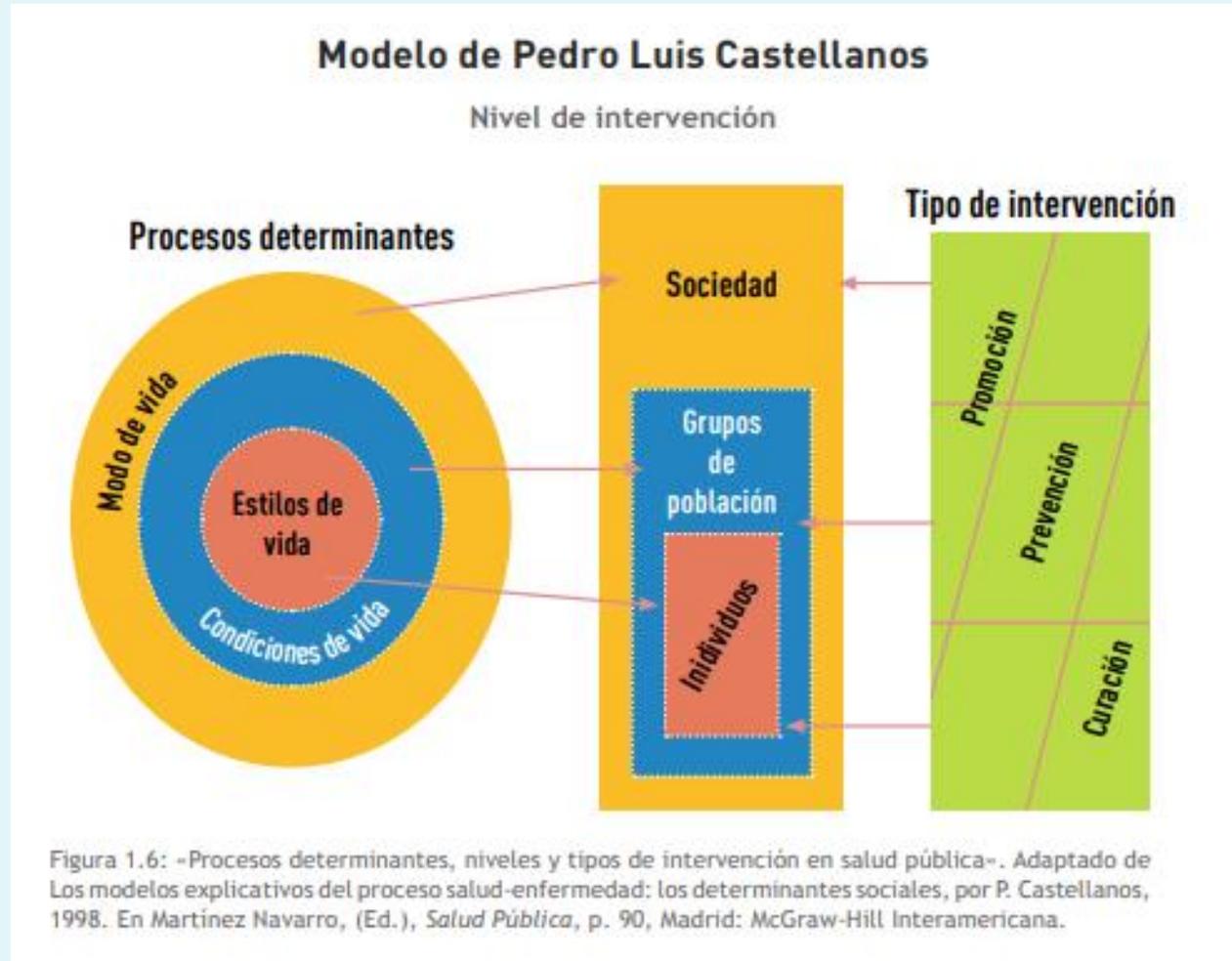


## CONTEXTO

- 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)

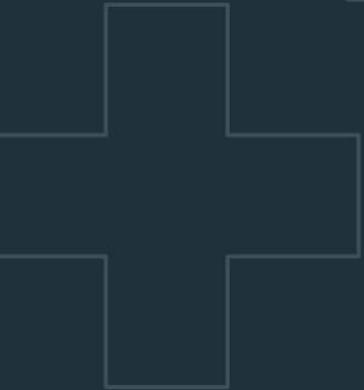
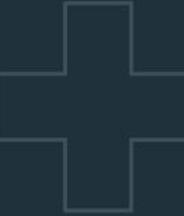


CONTEXTO





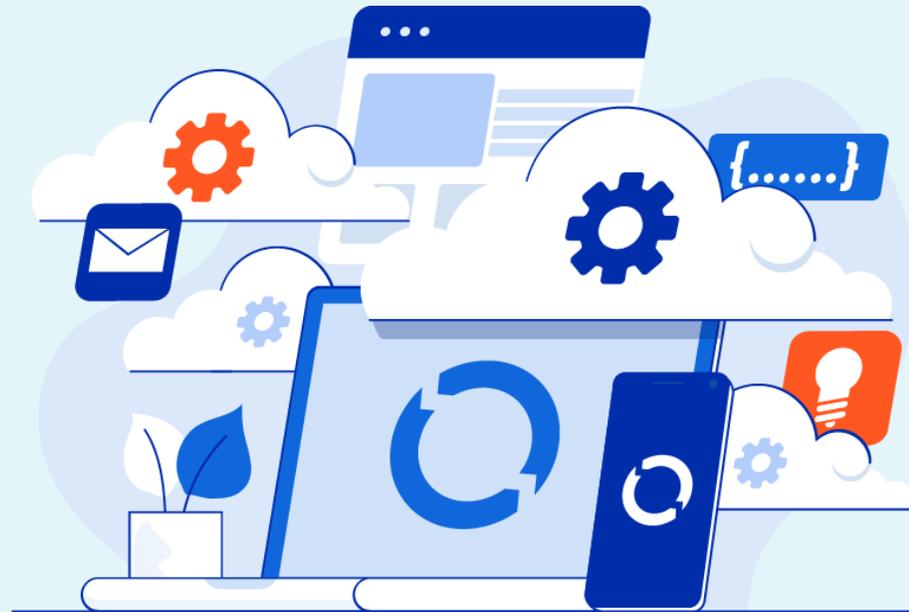
**ACCIÓN**



## 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/>