



**Centro Educativo de Nivel Secundario CENS RIM 22**  
**Turno: Tarde                    Primer año, Primera División**  
**Espacio Curricular: Educación para la Salud**  
**Especialidad: Perito Auxiliar en Enfermería**  
**Año: 2020**

**Docente:** Prof. Adriana Galdós

**Curso:** 1°1° Especialidad Auxiliares en enfermería.

**Turno:** Tarde

**Área Curricular:** Educación para la Salud

**Propuesta pedagógica. Título:** La Salud y el Hombre

### **Objetivos**

- Profundizar los contenidos de las Guías anteriores.
- Interpretar el concepto de Salud y Enfermedad
- Comprender los componentes del nivel de salud.
- Desarrollar habilidades para el estudio con soporte tecnológico.

### **Contenidos**

Salud. Enfermedad. Conceptos.

Concepciones de la enfermedad. Componentes del nivel de Salud.

**Actividades:**

**Texto N°**

## ¿Qué se entiende por salud?

Cuando se intenta definir el concepto de salud, la primera idea que surge es la de ausencia de enfermedad, porque durante mucho tiempo se sostuvo que un individuo goza de buena salud cuando no presenta ninguna enfermedad orgánica. Sin embargo, esta definición es limitada porque considera únicamente los factores biológicos que intervienen en la salud.

En el año 1958, la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) revisó esta definición y enunció una nueva, en la cual se considera la salud como un estado de completo bienestar físico, psicológico y social, y no solamente como la ausencia de afecciones o enfermedades. La O.M.S. es una agencia perteneciente a la Organización de las Naciones Unidas (O.N.U.), fundada en el año 1948. Esta organización elaboró una Constitución según la cual se hace cargo de dirigir y coordinar la labor sanitaria mundial. Su sede central se encuentra en Ginebra, y existen representaciones de la O.M.S. en los distintos continentes.

Años después, la misma organización incluyó en su definición de salud la capacidad de las personas de desarrollar su propio potencial y de responder de forma positiva a los desafíos del ambiente. En síntesis, la definición del concepto de salud incluye los aspectos psicológicos y sociales, además de los estrictamente biológicos.

Ahora bien, ¿es posible aplicar esta definición a toda la población mundial? Por ejemplo, según esta definición, ¿se considerarían sanas las personas con deficiencias congénitas o aquellas que presentan secuelas de accidentes o de enfermedades anteriores? Por ejemplo, una persona diabética necesita recibir el tratamiento médico apropiado e ingerir una dieta con bajo contenido de carbohidratos. De esta manera, logra mantenerse sana.

Por otra parte, en las diferentes comunidades, las personas poseen estilos de vida diversos según el ambiente físico en el cual se desarrollan, las pautas de convivencia vigentes y otros factores socioculturales.

Teniendo en cuenta la diversidad señalada, se podría definir a la salud de un modo más amplio y decir que se trata, entonces, del *grado máximo* de desarrollo y de bienestar que pueda alcanzar cada persona en un determinado contexto histórico y geográfico.

Como se puede inferir, el concepto de salud no es estático: se modifica según la época, ya que las condiciones de vida de las personas cambian en relación con las transformaciones del medio físico y social.

## La salud y la calidad de vida

La salud está estrechamente relacionada con la calidad de vida de las personas. La alimentación, la vivienda, la vestimenta, el trabajo, las actividades recreativas que desarrollan las personas y la posibilidad de expresar las propias ideas, así como la oportunidad de brindar y recibir afecto, son los principales factores que se deben tener en cuenta cuando se trata de caracterizar la calidad de vida. Por eso, es necesario que, tanto en el plano personal como en el comunitario, se lleven a cabo distintos tipos de acciones que permitan alcanzar una adecuada calidad de vida para lograr un estado sanitario satisfactorio.

Pero la calidad de vida y la salud están también relacionadas con los diferentes estilos de vida de las personas. La expresión *estilo de vida* se refiere al modo de comportarse de las personas frente a las diferentes situaciones que se les presentan; estilos que se hallan asociados a los grupos sociales de pertenencia. Se podría decir que en cada grupo social existen conocimientos, valores y códigos comunes que, aunque no siempre sean explícitos, definen ciertas características de comportamiento.

Cada persona, cada familia, cada comunidad adopta estilos de vida diferentes, y nada autoriza a afirmar que unos son mejores que otros. Así, se puede considerar que el estilo de vida de una persona es apropiado en relación con la salud individual y colectiva, en la medida en que su comportamiento le permita desarrollar una vida plena, sin perjudicar a los demás integrantes de su grupo social.

Así, en un ambiente cuyas condiciones son propicias para la transmisión de una enfermedad como el cólera, aquellas personas que adopten las medidas preventivas adecuadas (por ejemplo, el cuidado de la higiene personal y el lavado de verduras y frutas) tendrán menor probabilidad de contraer la enfermedad.

En otros casos, los hábitos personales pueden aumentar los riesgos, es decir, la probabilidad de atravesar alguna situación que afecte el estado de salud. Por ejemplo, el consumo excesivo de bebidas alcohólicas puede generar dependencia y, de esta manera, provocar problemas familiares y laborales y afectar el sistema nervioso y el funcionamiento hepático.

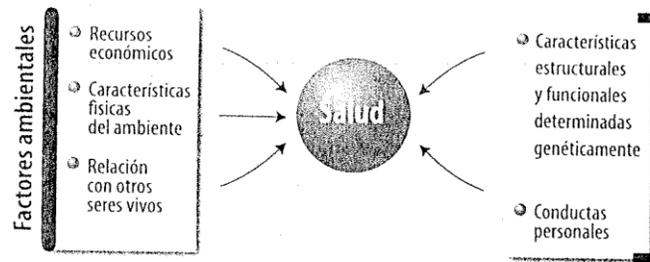
1. Explica por qué resulta tan dificultoso definir un único concepto de SALUD.

2. Elabora un texto breve en el que se relacione el concepto de SALUD y CALIDAD de vida.

## TEXTO N 2

### Factores que influyen en la salud

Si bien no existe un único estilo de vida adecuado para mantener el estado saludable del organismo, existen condiciones consideradas básicas para el desarrollo pleno de la vida de todas las personas. Dichas condiciones pueden ser afectadas por diversos tipos de factores. Algunos de ellos son ambientales y otros resultan de las características heredadas. Estas últimas confieren a cada individuo una capacidad limitada y particular para reaccionar frente a los cambios ambientales.



#### Recursos económicos

Debido a que las personas viven organizadas en sociedades, deben contar con los recursos económicos que les permitan satisfacer sus necesidades básicas. Esto significa tener acceso a los alimentos, a la vivienda, a la vestimenta, a los elementos y servicios relacionados con la higiene, a la educación, a la atención médica, a las actividades recreativas y a los medios de transporte y comunicación. La posibilidad de trabajar afecta la salud de las personas no solo porque representa la posibilidad de obtener los recursos económicos necesarios, sino también porque les permite ocupar un lugar en la sociedad y desarrollar una vida plena.

#### Características físicas del ambiente

El clima, el tipo de suelo y otras características físicas del ambiente afectan directa e indirectamente la salud de la población que vive allí. Los factores climáticos, por ejemplo, ejercen una influencia directa, ya que sus cambios pueden alterar el funcionamiento del organismo. Las prolongadas exposiciones a condiciones extremas de temperatura, humedad, presión atmosférica, etc. pueden provocar desequilibrios en el funcionamiento del organismo. Una manera de reducir su influencia es usar la vestimenta adecuada a cada circunstancia. A la vez, las características físicas del medio inciden en forma indirecta al determinar la disponibilidad de agua, alimentos, materias primas para la construcción de viviendas, fuentes de energía necesarias para el desarrollo de la vida humana, etcétera.

Por otra parte, las actividades humanas alteran las condiciones ambientales y, en la mayoría de los casos, causan contaminación. La salud de la población resulta afectada por la contaminación ambiental.

## **Relacion con otros seres vivos**

Las personas se relacionan continuamente entre sí pues el ser humano vive en sociedad. Cada individuo integrante de la sociedad necesita sentirse parte activa de la trama social y, para ello, establece vínculos más o menos estrechos con los otros integrantes.

Se considera que en la vida colectiva, cuando se satisfacen adecuadamente las necesidades de comunicarse y de dar y recibir afecto, se contribuye también al desarrollo de la inteligencia y del comportamiento solidario de las personas.

Ya sea que habiten en ambientes rurales o urbanos, las personas interactúan con otras especies de seres vivos, con los organismos microscópicos que se encuentran en cualquier ambiente y que están en contacto permanente con el organismo humano.

En algunas ocasiones, las personas establecen relaciones voluntarias con ciertos animales y vegetales, ya que obtienen de ellas algún beneficio. El cuidado de animales domésticos o de plantas en un jardín, la cría de animales o las tareas relacionadas con el cultivo son algunos ejemplos.

Pero las personas también interactúan con otros seres vivos independientemente de su voluntad: con animales que ingresan a las viviendas e, inclusive, anidan en ellas; con las plantas y los hongos que crecen en la región que habitan; con los hongos y bacterias que se reproducen sobre sus alimentos; con diversos tipos de organismos microscópicos que ingresan a su cuerpo, que están en contacto o que habitan en él; etcétera.

Algunos microorganismos, bajo ciertas condiciones, pueden causar enfermedades. Otros son necesarios para el funcionamiento normal del organismo.

Ciertas bacterias habitan normalmente en el intestino humano y contribuyen al proceso de digestión de los alimentos. Sin embargo, si la población de esta bacteria crece en forma descontrolada en el organismo, puede provocarle daños.

1. Transcribe al cuaderno la gráfica de los factores que influyen en la salud. Explica con tus palabras los distintos factores.

### **TEXTO N° 3 : las enfermedades**

## Las enfermedades

Se dice que una persona está enferma cuando el funcionamiento de su organismo presenta anormalidades que no pueden ser contrarrestadas por los mecanismos habituales de regulación.

¿Cuáles son las causas de las enfermedades? Estas pueden ser provocadas por diversos factores y, en la mayoría de los casos, resulta difícil identificar un solo factor como único causante de una enfermedad, ya que muchos de ellos actúan conjuntamente. Sin embargo, según su origen, es posible clasificar a las enfermedades en: infecciosas, heredadas, degenerativas, psicológicas o mentales, producidas por carencias e inducidas por actividades humanas.

Cuando una persona está enferma, se presentan en ella un conjunto de síntomas que son las distintas manifestaciones del organismo como respuesta a la presencia de una enfermedad. Cada enfermedad se caracteriza por provocar un conjunto de síntomas que suelen aparecer de manera similar en las distintas personas. Por ejemplo, la fiebre, el enrojecimiento de la piel, los dolores, la congestión nasal y el cansancio son síntomas. Cada uno de ellos puede ser provocado por diferentes enfermedades.

**Heredadas.** Alteraciones de estructuras o de funciones causadas por alguna falla en la información genética de las células.

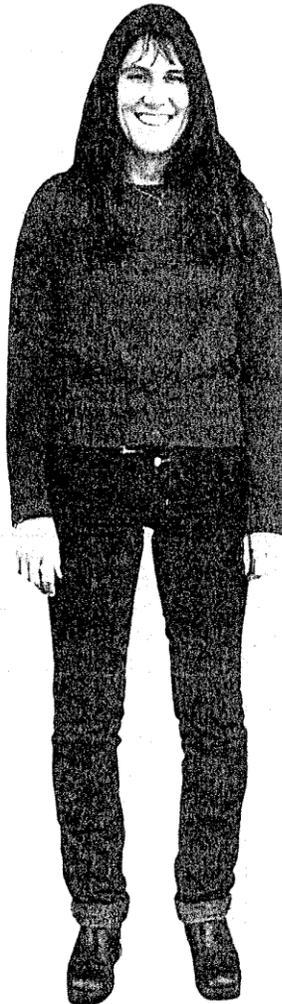
Ejemplos: diabetes, hemofilia.

**De origen psicológico.** Las alteraciones del compartamiento pueden provocar daños en el organismo.

Ejemplos: fobia, anorexia.

**Infecciosas.** Desarrollo de ciertas bacterias, hongos, virus o protozoos en el organismo.

Ejemplos: cólera, pie de atleta, sarampión, mal de Chagas-Mazza.



**Degenerativas.** Deterioro gradual de tejidos u órganos, causado por envejecimiento o por alteraciones en el funcionamiento de ciertas células.

Ejemplos: cáncer, cataratas, enfermedades cardiovasculares.

**Por carencias.** Deficiencia o falta de alguna sustancia esencial para el funcionamiento del organismo.

Ejemplos: raquitismo, anemia.

**Neurológicas.** Alteraciones en el funcionamiento del tejido nervioso.

Ejemplo: epilepsia.

**Tipos de enfermedades según sus causas.**

1. Organiza las ideas más importantes en un esquema conceptual, mapa o red.
2. Adjunta información de alguna de las enfermedades y expresa el por qué de tu elección.

#### **TEXTO N°4: La medicina, una práctica histórica y social.**

La medicina es una práctica histórica y social relacionada con el desarrollo del conocimiento científico. En este sentido, hay una diferencia marcada entre la llamada “medicina clásica” y las “medicinas tradicionales”. La primera surgió y se sigue practicando principalmente en las culturas occidentales, mientras que las medicinas tradicionales tienen su origen y se practican preponderantemente en los pueblos orientales o en ciertas comunidades con tradiciones muy arraigadas.

La medicina clásica considera que una alteración de la salud consiste en un conjunto de síntomas que definen una enfermedad, a la que se debe aplicar un tratamiento específico que la contrarreste.

Las medicinas tradicionales, en cambio, atribuyen la falta de salud a desequilibrios internos del individuo y consideran que el tratamiento siempre debe tener en cuenta el funcionamiento integrado del organismo para restablecer el equilibrio perdido.

Algunos grupos de médicos utilizan en forma complementaria terapéuticas provenientes de distintas tradiciones, ya que, según la situación que se plantee, puede resultar eficaz la aplicación de unas u otras. Surge así en occidente la denominación de medicinas *complementarias* en lugar de *tradicionales* o *populares*. Se consideran medicinas complementarias la acupuntura, la homeopatía, y la quiropraxia, por ejemplo. Algunos médicos no aceptan estas medicinas porque no responden a los parámetros de investigación habitualmente utilizados en la práctica médica occidental.

La Organización Mundial de la Salud apoya la aplicación de ciertas prácticas eficaces y seguras de las medicinas complementarias.

1. Analiza en el texto los siguientes conceptos:
  - Medicina
  - Medicina tradicional
  - Medicina clásica
  - Medicina complementaria
2. Completa con más información aportada por tu propia cuenta e interés.

### **TEXTO N° 5: El derecho a la Salud**

1. Con la lectura de este texto, deberás elaborar una reflexión donde destacarás a la SALUD como el concepto fundamental.

## El derecho a la salud

El modo de considerar a los enfermos en la sociedad fue cambiando a lo largo de la historia. En algunas sociedades primitivas, los enfermos eran abandonados y hasta castigados. En otras, se los señalaba como pecadores. En épocas más recientes, los enfermos eran considerados personas dignas de caridad.

En la Declaración de los Derechos del Hombre de la Asamblea Constitucional Francesa (1789), se formuló por primera vez el derecho de todo miembro de la sociedad a ser asistido en caso de enfermedad, y a ser reemplazado temporariamente por otros miembros de su comunidad en el cumplimiento de sus obligaciones.

En la Declaración Universal de los Derechos Humanos (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1948), se reafirma esta postura.

Algunos de los derechos proclamados en ella están más directamente relacionados con los recursos necesarios para desarrollar una vida sana: por ejemplo, el derecho a la seguridad social, al descanso, al trabajo, a la educación, a la asistencia sanitaria y a la participación en la vida social de la comunidad. Lamentablemente, la declaración de derechos no asegura que estos sean efectivamente respetados.

Para ello, una de las condiciones necesarias es que la sociedad asegure, para todos sus integrantes, los recursos indispensables para desarrollar una vida plena.

En su declaración del año 1978, los países miembros de la O.M.S. se comprometen a garantizar, de la manera más eficaz posible, las condiciones de vida necesarias para que las personas que sufren algún tipo de discapacidad funcional puedan insertarse en la sociedad.

Si bien se brindan servicios de rehabilitación física y social, estos no siempre

se encuentran disponibles para todos los sectores sociales. Además, persiste aún la tendencia a la discriminación.



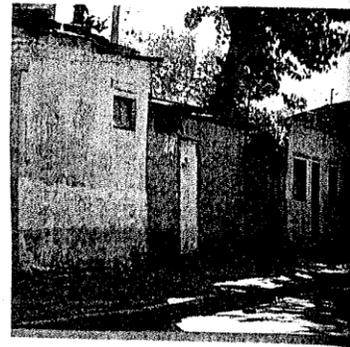
Las prácticas deportivas permiten a los discapacitados motores desarrollar al máximo su potencial físico y encontrar un espacio de esparcimiento.

### Los pobres mueren jóvenes

Además del elevado nivel de colesterol en la sangre y de la hipertensión, un factor de riesgo para el ataque cardíaco y cerebral es la tensión que genera el estado de indefensión frente a catástrofes naturales o creadas por el hombre. Se puede incluir entre ellas a la crisis económica, social y hasta jurídica con que conviven millones de personas en el mundo.

El tabaquismo, la obesidad, el sedentarismo y el consumo de alcohol aumentan, a lo sumo, en un 13 % el índice de mortalidad. El ambiente hostil que, desde la infancia, sufre la gente pobre es un factor mucho más determinante.

Gabriel Faury,  
en Página 12 del 19 de diciembre de 1998.



### Pobreza, calidad de vida y salud

La lista de factores ambientales que influyen en el desarrollo de la hipertensión no se agota en el alcohol, el tabaco, el estrés y la vida sedentaria. Según la más reciente guía de manejo de la hipertensión, elaborada por la Organización Mundial de la Salud (1999), la condición socioeconómica —medida a través del nivel educativo, el empleo y los ingresos— constituye una herramienta poderosa para predecir el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares de una población determinada. "Existe una relación muy estrecha entre la hipertensión, la calidad de vida y la pobreza", agrega el doctor Gabriel Waisman (miembro de la Unidad de Fisiología Clínica e Hipertensión Arterial del Hospital Italiano). "En 1990, en el marco de una encuesta nacional, preguntamos a la gente cómo le había ido en el último año. Pudimos comprobar que el grado de hipertensión arterial entre quienes les había ido mejor y quienes les había ido peor era significativamente diferente. La gente que tiene menos recursos y una peor calidad de vida es más hipertensa que la gente que vive mejor; esto se debe a que es más sedentaria, no elige qué comer, porque sencillamente no puede hacerlo y además tiene un acceso más restringido al control médico y a los medicamentos."

Extraído de "Hipertensión, genes y cultura. ¿Qué gusto tiene la sal?" de Agustín Biasotti, en Página 12 del 24 de abril de 1999.

## **Evaluación:**

Producción individual de los estudiantes según estos criterios:

- Interés por el trabajo en las actividades propuestas.
- Creatividad en los registros mediante resúmenes, esquemas, dibujos bien organizados.
- Capacidad de análisis crítico y respeto por las nuevas normas de trabajo individual y soporte tecnológico.

Autoevaluación:

Las actividades de esta Guía N°3:

- Me ayudaron a comprender el tema
- Me sirvieron los ejemplos de la figura
- Me resultaron insuficientes
- Creo que no tengo errores
- Creo que sí tengo errores

## **Bibliografía:**

Biología 1. Biología humana y Salud. Estrada. Polimodal

Página Web Internet.

Prof. Adriana Galdós

Correo de contacto: [isagaldos@hotmail.com](mailto:isagaldos@hotmail.com)

**Directora:** Victorina Gonzalez