

GUIA PEDAGOGICA N° 1:

Contenido seleccionado: La Salud Humana

**1- Definiciones y concepto de Salud**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en su Constitución de 1946, define Salud como: **”el estado de completo bienestar físico, mental, espiritual, emocional y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”**. Esto implica que todas las necesidades de las personas estén cubiertas: afectivas, sanitarias, nutricionales, sociales y culturales. Si bien la OMS es la máxima autoridad en salud a nivel mundial, actualmente, el concepto es controversial, ya que:

- El bienestar es subjetivo: un toxicómano siente bienestar cuando consume.
- El concepto es utópico.
- La definición es estática y subjetiva.

Una definición más dinámica de Salud es: **“el logro del más alto nivel de bienestar físico, mental, social y de capacidad de funcionamiento que permiten los factores sociales en los que viven inmersos el individuo y la colectividad”**.

Como se observa, a lo largo de la historia ha ido modificándose. En la actualidad, el concepto mayormente aceptado es: **“Salud es el grado de bienestar físico, psíquico y social que una persona puede experimentar y generar en los demás, en el presente y el futuro previsible, dadas sus circunstancias físicas, psíquicas, sociales y culturales”**.

La salud y la enfermedad forman un proceso continuo, donde en un extremo se encuentra la muerte prematura, muchas veces prevenible, y en el otro extremo se encuentra un elevado nivel de salud, al que difícilmente llega todo el mundo. En la parte media de ese continuo o equilibrio homeostático se encontraría la mayoría de la población, donde la separación entre salud y enfermedad no es absoluta, ya que es muy difícil distinguir entre lo normal y lo patológico.

**2- El Hombre como unidad “Bio-Psico-Social”**

Desde una concepción HOLÍSTICA, el Hombre debe ser considerado y analizado en todas sus dimensiones:

- **Dimensión Biológica:** entre sus múltiples definiciones y características, el Hombre es un animal biológico. Cada persona es definida por las circunstancias

específicas y cualidades que presenta, tenemos condiciones como especie que están determinadas desde el inicio de la vida, como por ejemplo, la estructura del cuerpo humano, ciertas características fenotípicas, el temperamento, entre otras.

- **Dimensión Psicológica:** sobre esta estructura biológica se desarrolla una estructura psicológica a través de la cual penetran y se instalan las estructuras culturales, educativas y sociales; sobre tales dimensiones se desarrolla una nueva realidad integrada, denominada dimensión psicológica, y por ella y a través de ella, se involucran las relaciones sociales y culturales que redimensionan, en un contexto específico, al individuo.
- **Dimensión Social:** todos estamos bajo la influencia del ambiente social en el que hemos crecido. El individuo vive en un contexto social que lo pone en contacto desde su nacimiento con otros Seres Humanos de los cuales depende para conservar la vida, formar su carácter y aprender el modo de ganarse el sustento. Estas interacciones con otros y con todos, pueden ser directa o indirectamente. Todas las necesidades, grandes o pequeñas, simples o complejas definen ciertas pautas de conducta necesarias para el funcionamiento de la sociedad y las prescriben a los individuos. Las pautas prescritas de conducta son los papeles sociales. Toda sociedad desarrolla su propio conjunto de papeles para lograr sus fines y mantener la propia forma adecuada de organización y orden. A cada individuo se le asigna a veces por sus propios esfuerzos, un papel o una pauta de papeles con los cuales contribuye al grupo.

### **3- Factores que influyen en la salud**

Para poder comprender y entender el concepto de salud, es necesario analizar los factores que contribuyen al estado de salud de una persona. A fines didácticos, estos pueden clasificarse en dos grandes grupos:

#### **a- Ambientales:**

- **Recursos económicos:** son los que permiten satisfacer las necesidades básicas. Esto significa tener acceso a vestimenta, alimentos, vivienda, atención médica, higiene, educación, actividades recreativas, medios de transporte y comunicación. La posibilidad de trabajar afecta directamente a la salud de la persona porque permite la posibilidad de obtener recursos

económicos a la vez que permite ocupar un lugar en la sociedad y desarrollar una vida plena.

- **Características físicas del ambiente:** como el clima y tipo de suelo, afectan directa e indirectamente la salud de la población. Los factores climáticos (temperatura, humedad, presión atmosférica) pueden alterar el funcionamiento del organismo. Este factor incide en la disponibilidad de agua, alimentos, materias primas para la construcción de viviendas, fuentes de energía, entre otras.

También debe considerarse que, 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.

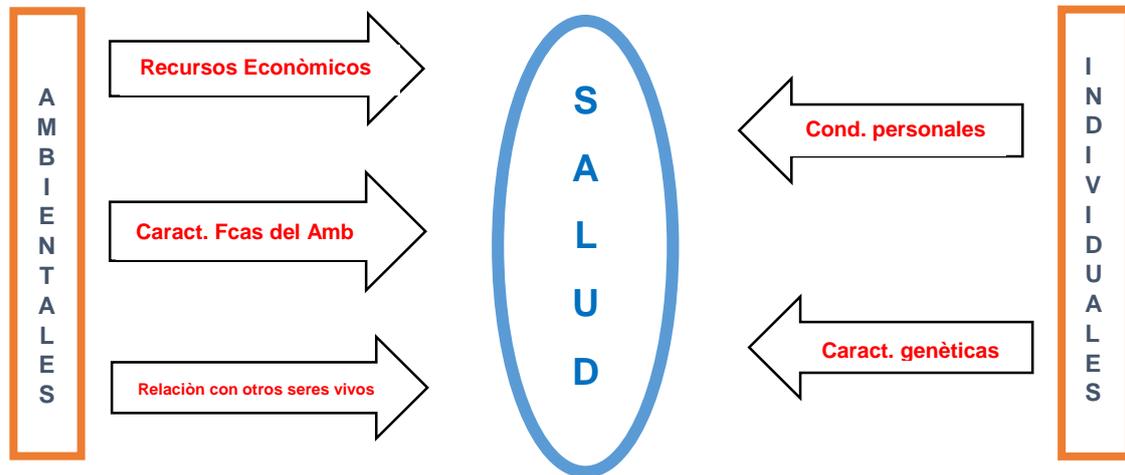
- **Relación con otros seres vivos:** las personas se relacionan continuamente entre sí pues el ser humano vive en sociedad. Cada individuo necesita sentirse parte activa de la trama social estableciendo vínculos con otros integrantes de la sociedad. En la vida colectiva, cuando se satisfacen adecuadamente las necesidades de comunicarse y de dar y recibir afecto, se constituye también el desarrollo de la inteligencia y del comportamiento solidario de las personas.

Las personas también interactúan con otras especies de seres vivos. En algunas ocasiones e establecen relaciones voluntarias con ciertos animales y vegetales, ya que se obtiene de ellos ciertos beneficios. Pero, a veces, también se interactúa con otros seres vivos que pueden producir un daño a la salud animales que ingresan y anidan en las viviendas, plantas, hongos, virus y bacterias que se reproducen en los alimentos, organismos microscópicos que están en contacto, ingresan y habitan en el organismo enfermándonos.

#### **b- Individuales:**

- **Conductas personales:** según la conducta que se asuma se relaciona directamente con el estado de salud del individuo y por ende, de la comunidad. Estar bien nutridos, cuidar la higiene personal, hacer ejercicios físicos, dormir y dedicar tiempo al esparcimiento son conductas saludables. Por el contrario, la vida sedentaria, la falta de descanso, tabaquismo, consumo excesivo de alcohol y de otras sustancias tóxicas, son hábitos perjudiciales.

- **Características estructurales y funcionales determinadas genéticamente:** son las alteraciones en las estructuras y las funciones en el organismo causadas por alguna falla en la información genética de las células, ej: hemofilia, diabetes.



La inter relación que se establece entre los factores se da en un equilibrio dinámico permanente, en un intento de conservar la salud. Para mantener ese equilibrio, el Ser Humano necesita satisfacer ciertas necesidades.

#### 4- Necesidades Humanas

Las Necesidades Humanas se clasifican en dos grandes grupos:

- **Vitales:** si no se satisfacen afecta a la salud y a la supervivencia a corto plazo, es decir que pueden llevarnos a la muerte en forma inmediata.
- **No Vitales:** si no satisfacen afectan a la salud y a la supervivencia a mediano plazo, es decir que pueden enfermarnos y a largo plazo llevarnos a la muerte.

De la satisfacción de estas necesidades depende que se conserve o no el equilibrio, es decir, el mantenimiento de nuestra salud.

Sin embargo, no debemos pensar en conservar la salud hoy, debemos también pensar en el futuro, debemos PREVENIRNOS y como nuestra salud depende del ambiente natural y social, la PREVENCIÓN implica también acciones tendientes a conservar el equilibrio natural y promover relaciones sociales armónicas a través del COMPROMISO y la SOLIDARIDAD.

**Desarrollo de Actividades:**

Fecha de entrega: martes 07 de abril de 2020. Solo envíe la hoja de actividades con sus datos personales.

- 1- Realice en anexo un glosario con aquellas palabras que no sabe o no entiende su significado, el cual se va a ir ampliando y enriqueciendo a lo largo del desarrollo de las siguientes actividades.
- 2- Considerando el material de estudio y sus concepciones personales, intente desarrollar con sus palabras un concepto de salud, (NO se acepta: “Salud es estar bien o, Salud es sentirse bien”).
- 3- Por qué se considera que el concepto de Salud de la OMS es utópico?
- 4- Desde una concepción holística del Hombre, cuáles son las dimensiones desde las que se lo analiza?
- 5- De los factores que influyen en la salud, realice un gráfico con los mismos y de ejemplo de cada uno de ellos.
- 6- A que hace referencia cuando se habla de “equilibrio dinámico de la salud” y, de qué depende?
- 7- Las siguientes son necesidades humanas, teniendo en cuenta las definiciones

Directora CENS N° 178 “Pbro. Mariano Iannelli”: Prof. Patricia Carbajal

**P/D**

Estimados alumnos de 2º 3º, recorro a este medio a modo de presentación, debido a no haber podido conocernos personalmente desde el inicio de clases, ya que debido a situaciones personales no pude concurrir a las clases previas a la medida impartida desde el Ejecutivo Nacional. Por tal motivo, me presentaré y solicito que cada uno de Uds haga lo mismo para mantener una comunicación mas fluida y conocer a cada en su realidad personal, familiar y social.

Me llamo Maria Cristina Ruiz, soy Licenciada en Enfermería Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria. Me desempeño en el CAPS Pampa Vieja y en Consultorio de Diabetes de Clínica Médica del Hospital San Roque; dependiente del Área Programática Jáchal de la Zona Sanitaria III N, del Ministerio de Salud Pública de la Provincia de San Juan.

Como es de público conocimiento y debido a la pandemia por coronavirus, actualmente estoy afectada, como la totalidad del personal sanitario de la República Argentina, a la emergencia sanitaria. Motivo por el cual, puede que tenga contratiempos en la entrega de material de estudios y correcciones, por lo que les solicito, traten de llevar las guías al día.

**Forma de contacto:**

- Línea Movistar: 264-451-5689

**Presentación de los alumnos:** en hoja anexa a la Actividad N° 1 y, por única vez, necesito los datos que a continuación le solicito:

- Apellido y nombre
- DNI
- Edad
- Estado civil
- Tiene hijos? Edad de los mismos.
- Con quien comparte la vivienda?. Edad de los convivientes. Patología de los convivientes, si las tuvieren.
- Describa brevemente cualquier situación personal o familiar que considere necesario se me dé a conocer.
- La totalidad de los datos, son de absoluta reserva y confidencialidad.

Gracias y....a transitar juntos  
esta increíble experiencia que nos brinda  
EDUCACION PARA LA SALUD.

BUEN AÑO!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!