

¿Qué son los Determinantes Sociales de la Salud?

Tal vez no sepas cuántas cosas en tu vida diaria pueden afectar tu salud - desde el aire que respiras hasta tu modo de transporte, dinero, acceso a los alimentos y tu vivienda. Los expertos de la salud llaman a esto "determinantes sociales de la salud". Y pueden tener un papel clave en tu riesgo de enfermedades y otros problemas de salud.

Por ejemplo, si vives en un vecindario con pocas tiendas de comestibles, tal vez comas menos fruta y verdura fresca. Entonces correrías mayor riesgo de una enfermedad cardíaca y diabetes en el futuro. Cualquier cosa que afecta tu nivel de comodidad y bienestar es también un determinante social de la salud.

Algunos comunes son: Problemas de vivienda; Falta de alimento; Necesidades de transportación; Preocupación de dinero; Necesidad de cuidado infantil; Atención médica y problemas de seguro médico; Falta de espacio para el ejercicio; Necesidades urgentes como sentirte en peligro donde vives o trabajas.

Si tienes este tipo de problemas, habla con tu profesional médico. Puede sugerirte recursos locales que pueden ayudarte. O puede conectarte con alguien que los tenga.