




Factores que afectan la salud

Navidad 2007. www.caritas.es

ficha 2

Aclaraciones previas

 Qué queremos	Tomar conciencia de los factores que fomentan y debilitan la salud. Analizar la vulnerabilidad que padecen colectivos y personas que se encuentran en situación de desventaja.
 Qué vamos a necesitar	Un huevo por persona. Una cartulina grande y varios rotuladores.
 Cuánto puede durar	120 minutos.

¡Manos a la obra!

• **ACTIVIDAD 1: Cuidando un huevo.** Al inicio de este segundo bloque de ejercicios se entrega a cada participante un huevo. La consigna es que durante dos horas la persona no se puede separar en ningún momento del huevo, ha de cuidarlo y protegerlo y no se puede romper. Durante este tiempo se realizan el resto de las actividades con la atención en el huevo. Al finalizar la sesión, la persona dinamizadora retoma el ejercicio y plantea las siguientes cuestiones de reflexión:

- ¿Cómo os habéis sentido? ¿Se os ha roto? ¿Ha sido fácil cuidarlo? ¿Dónde han aparecido las dificultades?
- Semejar el huevo a la salud en cuanto a la delicadeza (qué cuidados ha requerido, qué actitudes y conductas han ayudado para que no se rompa...) y la persona cuidadora a los factores de protección o deterioro según haya sido la experiencia. ¿Qué supone cuidar la salud?
- Leer el artículo 43 de la Constitución Española: "1. Se reconoce el derecho a la protección de la salud. 2. Compete a los poderes públicos organizar y tutelar la salud pública a través de medidas preventivas y de las prestaciones y servicios necesarios. La ley establecerá los derechos y deberes de todos al respecto. 3. Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo facilitarán la adecuada utilización del ocio."

• **ACTIVIDAD 2: El árbol colectivo.** Vamos a utilizar de nuevo la figura del árbol, pero esta vez crearemos un único árbol colectivo en una cartulina grande. Una vez hecho, se trata de ir diciendo en voz alta y escribiendo en la parte derecha los factores de protección de la salud, y en la parte izquierda, los factores de deterioro.

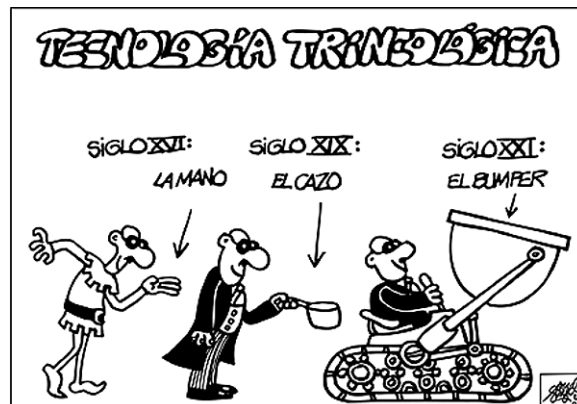
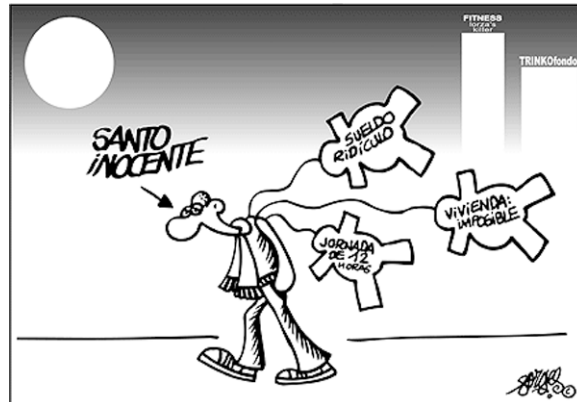
- Para esta tarea observad y describid las viñetas que aparecen a continuación. Comentad qué datos aportan.

— Plantead cómo sería este árbol para personas que viven en situaciones de precariedad o vulnerabilidad o habitantes de zonas de planeta sin recursos. Podéis comentar estos aspectos con personas de proyectos de Cáritas que trabajan aspectos de salud.

• **ACTIVIDAD 3: Qué afecta la salud.** Comentad qué os parecen estas informaciones. Relaciona este cuadro con la actividad 2.

**T
R
A
B
A
J
O**

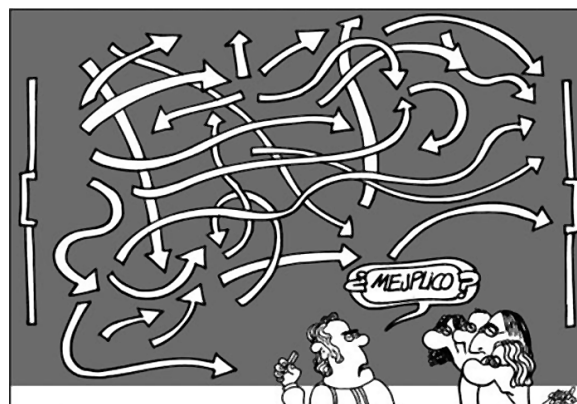
**V
I
V
I
E
N
D
A**



**E
S
T
R
U
C
T
U
R
A
S**

**I
N
J
U
S
T
A
S**

**E
D
U
C
A
C
I
Ó
N**



PRIMEROS AUXILIOS. SEGUNDAS OPORTUNIDADES
LOS DERECHOS HUMANOS SON UNIVERSALES, LAS OPORTUNIDADES DEBERÍAN SERLO

QUÉ AFECTA LA SALUD

El triángulo: vivienda, empleo y educación

- **Trabajadores adultos**, entre 30 y 50 años, son los que ven más afectada su salud como consecuencia de la pérdida o no consecución de un empleo (Álvarez y Garrido, 2000).

Una persona con un trabajo estable, un nivel adecuado de ingresos, con vivienda propia y bien integrada en un ámbito familiar y relacional tiene pocas posibilidades de caer en la exclusión.

Enfermedades

- **VIH/SIDA:** Por esta causa, en África subsahariana la esperanza de vida ha caído a la mitad respecto a los países más ricos (OMS 2006).
- **Muertes infantiles:** A comienzos del siglo XXI el agua sucia es la segunda causa de muertes infantiles en el mundo, cerca de 1,8 millones (PNUD, 2006).
- **España:** El gasto sanitario es entre un 6 y un 12% más bajo que el que le correspondería de acuerdo con su renta y sus características socioeconómicas (Informe SESPAS, 2006).

La enfermedad puede reducir las economías familiares, la capacidad de aprendizaje y la calidad de vida. Los/as niños/as sanos/as están en mejores condiciones de aprender y un adulto sano está en mejores condiciones de trabajar y mantener a su familia.

Desigualdades y pobreza

- **Mala gestión hídrica:** Agrava la pobreza y se ceba, además, con los sectores más desfavorecidos de la población: niños, mujeres y ancianos. Más de mil millones de personas en el mundo viven sin acceso a agua limpia y 2.600 millones no tienen acceso al saneamiento adecuado (OMS, 2006).
- **Sin recursos:** 1.000 millones de personas viven con menos de un dólar al día, la tercera parte en África subsahariana (PNUD, 2006).

Los pobres están más expuestos a mayores riesgos personales y ambientales y peor nutridos, y tienen menos posibilidades de acceso a la información y a la asistencia sanitaria. Por tanto, sus riesgos de morbilidad y discapacidad son mayores.

El factor más olvidado: el medio ambiente

- **Problemas de medio ambiente:** El 24% de las muertes en el mundo se debe a esta causa (OMS, 2006).
- **La acción humana:** Cambio climático, deforestación, mala gestión del agua... Las sequías y el aumento de temperatura multiplicarán las migraciones y las hambrunas (Cumbre de Nairobi, 2006).
- **Desastres naturales:** Afectaron a más de 157 millones de personas en el mundo en el 2005 (Informe Médicos sin Fronteras, 2005).

Jóvenes / Adultos

Navidad 2007. www.caritas.es

PRIMEROS AUXILIOS. SEGUNDAS OPORTUNIDADES
LOS DERECHOS SON UNIVERSALES, LAS OPORTUNIDADES DEBERÍAN SERLO