

Muchas cosas ajenas a la atención médica que recibe afectan su salud. Factores conocidos como los “determinantes sociales de la salud” pueden afectar positiva o negativamente las posibilidades de los habitantes de Colorado de tener vidas saludables y productivas. Los determinantes sociales de la salud son aspectos importantes que influyen en nuestra salud en general. Algunos de ellos son el lugar donde vivimos, la educación que recibimos, qué tipo de trabajo hacemos, cuánto ganamos y la oportunidad de tomar decisiones que afecten nuestra salud y la de nuestras familias. Para los habitantes de Colorado, algunos de estos determinantes sociales son más fáciles de cambiar y mejorar que otros.

El cuadro a continuación (creado por Annapolis Valley Health in Nova Scotia, Canadá) enumera algunos de los muchos determinantes sociales existentes y plantea preguntas importantes que deben analizarse al evaluar cómo impactan dichos factores en su salud.

Ingresos y estatus social	¿Clase baja, media o alta? Los estudios demuestran que a mejor estatus social, mejor salud.
Redes de apoyo social	Apoyo que obtiene en su propia familia, sus amigos o su comunidad. ¿Tiene alguien en quien confiar?
Educación y alfabetización	¿Cuál es su último nivel educativo alcanzado? ¿Todavía asiste a la escuela? ¿Cuán bien lee?
Trabajo/condiciones laborales	¿Tiene trabajo? ¿Tiene un buen trabajo? ¿Le gusta su trabajo? ¿Es estresante? ¿Es peligroso? ¿Tiene beneficios? ¿Es víctima de violencia o acoso laboral?
Entorno social	¿Existe un sentido de comunidad fuerte? ¿Existen organizaciones de voluntariado que quieran ayudar? ¿Confía en sus vecinos y su gobierno? ¿Siente que su vecindario es seguro? ¿Es su propio hogar un lugar seguro para vivir, o hay violencia?
Entorno físico	¿Cuán segura es el agua que bebe y el aire que respira? ¿Vive en un vecindario seguro? ¿Debe ir en auto a todos lados, o puede ir a pie a obtener servicios básicos?
Prácticas de salud personal y capacidad de enfrentarse a dificultades	¿Cuán capaz es de hacer elecciones que puedan ayudarle a evitar enfermedades, conservar su salud y enfrentarse a los desafíos de la vida, o cuánto sabe sobre el tema? ¿Cuán capaz es usted de tomar decisiones que mejoren y no dañen su salud?
Desarrollo saludable en la infancia	Experiencias tempranas de desarrollo cerebral, preparación escolar y salud. ¿Tuvo una niñez segura y saludable? No haber tenido una puede desencadenar problemas más adelante.
Características biológicas y genéticas	¿Con qué genes nació? ¿Qué problemas o ventajas de salud tiene debido a ellos? ¿Cómo puede aprovecharse al máximo de aquello con lo que nació?
Servicios de salud	¿Cuán fácil es acceder a los cuidados apropiados para sus necesidades? ¿Tiene acceso a servicios que impidan que se enferme, por ejemplo, vacunas, programas de dieta saludable, etc.?
Género	¿Cómo afecta su salud el hecho de ser hombre o mujer? ¿De qué manera las exigencias sociales sobre los diferentes géneros (y orientaciones sexuales) afectan su salud?
Culture	La marginalización, la estigmatización, la pérdida o devaluación del idioma y la cultura y la falta de acceso a cuidados y servicios de salud culturalmente apropiados afectan su salud. ¿De qué manera afecta su salud el hecho de estar por fuera de la sociedad dominante?