

DEDICADOS A ALCANZAR LA EQUIDAD EN SALUD DE TODOS LOS RESIDENTES DE COLORADO

Tu salud se ve afectada por muchas cosas, más allá de los cuidados médicos que recibes. Ciertos factores conocidos como “los determinantes sociales de la salud” pueden afectar positiva o negativamente la habilidad de todos los residentes de Colorado de vivir una vida sana y productiva. Los determinantes sociales de la salud (SDOH, por sus siglas en inglés) son aspectos importantes que influyen en nuestra salud en general. Estos determinantes incluyen el lugar donde vivimos, la educación que recibimos, el trabajo al que nos dedicamos, el salario que ganamos y la oportunidad de tomar decisiones que afectan nuestra salud y la de nuestra familia. Algunos de estos determinantes sociales son más fáciles para la gente de Colorado de cambiar o mejorar que otros.

La siguiente tabla (creada por Annapolis Valley Health en Nueva Escocia, Canadá) incluye algunos de los muchos determinantes sociales de la salud y plantea preguntas importantes que podemos analizar para entender la manera como pueden afectar nuestra salud.

Nivel social y de ingresos	¿Clase baja, media o alta? Los estudios demuestran que mientras mejor sea tu nivel social, mejor salud tendrás.
Relaciones sociales de apoyo	El apoyo que recibes de tu familia, tus amigos o tu comunidad. ¿Tienes a alguien con quien contar?
Educación y alfabetización	¿Hasta qué nivel de estudios llegaste? ¿Todavía estás estudiando? ¿Cuán bien lees?
Trabajo/condiciones laborales	¿Tienes trabajo? ¿Tienes un buen trabajo? ¿Te gusta tu trabajo? ¿Es estresante? ¿Es peligroso? ¿Recibes beneficios? ¿Eres víctima de violencia o acoso laboral?
Entorno social	¿Existe un sentido de comunidad fuerte? ¿Existen organizaciones de voluntarios que quieran ayudar? ¿Confías en tus vecinos y tu gobierno? ¿Sientes que tu vecindario es seguro? ¿Es tu propio hogar un lugar seguro para vivir, o hay violencia?
Entorno físico	¿Cuán segura es el agua que bebes y el aire que respiras? ¿Vives en un vecindario seguro? ¿Debes ir en automóvil a todos lados, o puedes ir a pie para obtener servicios básicos?
Prácticas de salud personal y capacidad de enfrentar dificultades	¿Cuán capaz eres de hacer elecciones que pueden ayudarte a evitar enfermedades, conservar tu salud y enfrentarte a los desafíos de la vida? ¿Cuán capaz eres de tomar decisiones que mejoren y no dañen tu salud?
Desarrollo sano en la infancia	Las experiencias tempranas durante el desarrollo cerebral, de preparación escolar y de salud. ¿Tuviste una niñez sana y segura? No haber tenido una puede causar problemas más adelante.
Características biológicas y genéticas	¿Cuál es tu composición genética? ¿Qué problemas o ventajas de salud tienes debido a ella? ¿Cómo puedes aprovechar al máximo aquellas características con las que naciste?
Servicios de salud	¿Cuán fácil es tener acceso al proveedor médico apropiado para tus necesidades? ¿Tienes acceso a servicios que te ayudan a evitar enfermarte, como vacunas, programas para comer sano, etc.?
Género	¿Cómo afecta tu salud el hecho de ser hombre o mujer? ¿De qué manera afectan tu salud las exigencias sociales que se imponen sobre los diferentes géneros (y orientaciones sexuales)?
Cultura	La marginalización, la estigmatización, la pérdida o devaluación del idioma y la cultura y la falta de acceso a cuidados y servicios de salud apropiados para tu cultura afectan tu salud. ¿De qué manera afecta tu salud el hecho de no formar parte de la sociedad dominante?