



## **Promoción de la salud**

Promover la salud a nivel individual y colectivo requiere individuos más que bien informados, comprometidos y motivados en favor de la salud. Lograr la salud para todos requiere la concertación de acciones a diferentes niveles. Del proyecto “*Salud para todos en el año 2000*” no se enfatiza en la actualidad tanto el plazo, sino la insistencia en la responsabilidad compartida de los diferentes sectores de la sociedad así como de cada individuo en particular para promover la salud. En el siguiente cuadro se presentan mecanismos y estrategias básicos encaminados a favorecer la salud tanto en lo individual como en lo colectivo.

### **OBJETIVO**

#### **Lograr la salud para todos**

La salud es un proceso determinado multicausalmente, que abarca aspectos físicos, mentales y sociales, y que permite el máximo desarrollo de las potencialidades humanas.



## METAS

### **Reducir las desigualdades**

La salud de las personas se vincula de manera directa con su situación socioeconómica.

### **Aumentar la prevención**

Además de satisfacer las necesidades de saneamiento, se deben combatir situaciones y comportamientos que pongan en riesgo la salud.

### **Acrecentar la capacidad de hacer frente a los problemas**

Se debe orientar a la población para enfrentar sus riesgos de salud, sus enfermedades y sus discapacidades.

## MECANISMOS DE FOMENTO A LA SALUD

### **Cuidado de la propia salud**

Las personas deben tomar decisiones y adoptar conductas que beneficien su propia salud, básicamente en lo que se refiere a:

- inmunizaciones
- dieta correcta
- actividad física
- actividad recreativa
- vigilancia médica periódica

### **Solidaridad**

Es necesario fortalecer el compromiso social en la prevención y resolución de problemas de salud.

### **Ambientes saludables**

Se requiere mejorar la calidad del aire, el suelo, el agua y los alimentos, lo que se traduce en luchar contra la contaminación ambiental.



## **ESTRATEGIAS DE EJECUCIÓN**

### **Alentar la participación**

Fomento y capacitación de las personas que se manifiesten en un comportamiento social organizado, que contribuya a solucionar los problemas de salud.

### **Fortalecer los servicios de salud**

Preparar y proporcionar los recursos económicos y humanos necesarios para el mantenimiento de la salud y no tanto para la curación de la enfermedad.

### **Coordinar una política oficial sana**

Promover la aplicación de leyes de fomento a la salud. En México la protección a la salud es, desde 1983 cuando se aprobó la ley general de salud, una garantía social con rango constitucional.