

Mas afinal, o que é saúde?

Não há uma definição exata sobre **o que é saúde**. Nesse assunto, estão envolvidos fatores sociais e emocionais nos quais o indivíduo está inserido, indo muito além do referencial biomédico, clínico ou epidemiológico.

Diante disso, esse conceito é **singular** e também variável de pessoa para pessoa. Sendo assim, é importante reconhecer o significado para cada indivíduo, a fim de garantir boa adesão aos cuidados primários à saúde.

Quer entender melhor sobre esse assunto? Então, continue com a gente e saiba mais!

O que é saúde?

Há diversos conceitos disseminados pelo mundo. Todos eles têm em comum a **ausência de doença**.

No [Oriente](#), entende-se que o processo saúde-doença está associado às **forças vitais** que existem no corpo. Quando há **harmonia entre elas** traduz em **saúde**, enquanto que o contrário se manifesta a doença.

Já segundo o conceito da **OMS**, divulgado em 7 de abril de 1948 (desde então considerado o Dia Mundial da Saúde), é o **estado do mais completo** bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de enfermidade.

Então, é considerado uma utopia no mundo contemporâneo, implicando em dificuldades ao adotar medidas de promoção e prevenção.

Acessibilidade

Em relação ao acesso à assistência médica observou-se **desigualdades na saúde** entre os países desenvolvidos e em desenvolvimento.

É fundamental o Governo se responsabilizar em prover o acesso igualitário à saúde e a participação dos profissionais de saúde para implementar planejamento nesse cuidado.

A estratégia para garantir equidade na saúde deve-se basear em locais e horários acessíveis à comunidade, participação ativa dos pacientes em encontros e reuniões e os custos com os serviços de devem ser compatíveis com a situação econômica da região.

Cuidados

Pensando nos cuidados da população, é [mais benéfico investir em acesso](#) à água potável e alimentos saudáveis do que dispor de diversos medicamentos. Ou é melhor evitar o tabagismo do que submeter-se a radiografias de pulmão todos os anos. Logo, é fundamental que o sistema de saúde público pense em selecionar prioridades com o objetivo de **evitar agravos**.

Para garantir uma adequada saúde às pessoas deve-se ter **cuidados primários**, adaptados às condições econômicas e socioculturais. Por exemplo, educação continuada em saúde, nutrição adequada, saneamento básico, cuidados materno- infantis, planejamento familiar, imunizações, prevenção e controle dos agravos.

Atenção aos cuidados básicos

É notório que os serviços básicos são [indispensáveis](#) para a **promoção** da saúde e **prevenção** de comorbidades ou doenças.

Esses cuidados básicos, incluem:

- Imunizações;
- Controle de grupos socialmente mais vulneráveis e de maior risco como gestantes e crianças;
- Reconhecimento precoce de doenças como febre, diarreia, verminoses;
- Promover melhorias na alimentação;
- Ações para melhorias no saneamento básico;
- Abastecimento de água tratada;
- Realização de exames laboratoriais;
- Rastreamentos periódicos;
- Além disso, é fundamental a análise do ambiente que o paciente está inserido, avaliando o estado mental do mesmo e seus familiares.

Dessa forma, é de conhecimento geral que a **autopercepção** de saúde e o que reflete para cada pessoa, é um importante **indicador do nível da mesma**. É considerada fator contribuidor para diagnóstico e adesão terapêutica, e representa preditor da morbimortalidade.

Se você gostou deste post e quer ter acesso a mais conteúdo relacionados e como ter melhor qualidade de vida, assine nossa [newsletter](#)! Você vai começar a receber novidades diretamente em seu e-mail.

