

Determinantes Sociales



Los determinantes sociales de la salud (SDOH, por sus siglas en inglés) son las condiciones en las que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen. Esto incluye el acceso a diversos servicios, oportunidades y derechos, los cuales influyen, ya sea de manera positiva o negativa, en la calidad de vida de las personas. Existe una relación directa entre estos determinantes y factores como las enfermedades crónicas, la salud mental y la esperanza de vida. Algunos de estos determinantes sociales quedan fuera del control individual, ya que están estrechamente relacionados con la estructura social y gubernamental de cada país.

TIPO	EJEMPLOS
Económico	La falta de un ingreso o empleo estable puede conducir a condiciones de pobreza.
Educativo	La falta de acceso a la educación reduce las oportunidades para la desarrollar habilidades y destrezas necesarias para la vida diaria.
Ambientales/ vivienda	La falta de una vivienda segura, así como el acceso insuficiente a servicios básicos y transporte limita significativamente la calidad de vida.
Aislamiento Social / Comunitario	La falta de una red de apoyo puede aumentar la desesperanza, el discrimin y la violencia en el entorno.
Acceso a servicios salud	El acceso limitado a servicios médicos y medicamentos aumenta el riesgo de enfermedades o complicaciones.

Recomendaciones para abordar los determinantes sociales y mejorar la calidad de vida:

- Esté atento a las políticas públicas que ayudan a reducir las desigualdades en el acceso a servicios.
- Apoye los proyectos en su comunidad que promuevan una vida más saludable, como ferias de salud, talleres educativos o programas de bienestar.

- Identifique oportunidades para educarse o para mejorar el acceso a los servicios educativos ya existentes.
- Infórmese sobre programas gubernamentales y otras agencias que ofrezcan oportunidades de empleo.
- Participe en actividades comunitarias, culturales, deportivas o de voluntariado.
- Promueva el respeto y la inclusión.
- Utilice los servicios disponibles de las agencias gubernamentales, como clínicas, programas de ayuda, servicios de transporte o centros comunitarios.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Health: 787-641-9133

Referencias

<https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>

Preparado por educadores de salud certificados.

Creado en septiembre de 2025.

©First Medical Health Plan, Inc.