

Guerrero Montoya, Luis Ramón; León Salazar, Aníbal Ramón
Estilo de vida y salud
Educere, vol. 14, núm. 48, enero-junio, 2010, pp. 13-19
Universidad de los Andes
Mérida, Venezuela

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35616720002>

Resumen

Esta es una aproximación conceptual al constructo estilo de vida; se constata que el estilo de vida, bajo un enfoque socioeducativo, no se limita a una conducta exterior, el estilo de vida lleva implícitamente una forma de conocer, de aprender, de adueñarse del conocimiento y, en último término, de la realidad aparente. Se parte del concepto holístico de salud, que contempla al individuo en su totalidad y en su entorno global, acentuando tanto la dimensión física, como la psicológica y espiritual. Estas dimensiones no deben percibirse aisladamente, un desequilibrio psicológico (como el estrés) al deprimir el sistema inmunológico, incrementa el riesgo de infección; sin embargo, el estado de bienestar aumenta la resistencia a la enfermedad en esta visión ecosistémica.

Palabras clave

estilo de vida, salud, educación

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org