UNIVERSIDAD DE GRANADA

Vicerrectorado de
Igualdad, Inclusión y
Compromiso Social

Julio_2021:Relaciones sociales, fuente de salud.

La Universidad de Granada, como parte de la Red Española de Universidades Promotoras de Salud (REUPS) continua con la iniciativa "Un mensaje saludable por un objetivo común". Este mes de julio, la Universidad de Granada quiere reflexionar sobre la importancia de las relaciones sociales como fuente de bienestar y el efecto que de la pandemia por covid-19 sobre el estado psicosocial.

La dimensión social de la salud definida por la Organización Mundial de la Salud abarca “ a un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no consiste solamente en la ausencia de enfermedades” .

Las relaciones sociales están relacionadas directamente a una buena salud mental y física. Poder compartir las preocupaciones con alguien, así como los sentimientos de alegría, afecta positivamente al sentimiento de felicidad y, por tanto, en nuestra calidad de vida. Los beneficios de tener una red social amplia se muestran tanto a nivel psicológico, como cognitivo, a corto y largo plazo.

Por otro lado, contextos de recesión económica, tales como los desencadenados por la pandemia por covid-19, también conllevan consecuencias psicosociales. La Organización Mundial de la Salud ha vinculado la recesión económica con un alarmante deterioro de la salud mental, y ha relacionado el desempleo con la infelicidad, el estrés, la ansiedad, la depresión, el consumo abusivo de alcohol y mayores tasas de suicidio. La confianza, la incertidumbre, la salud y el bienestar son aspectos psicosociales claves a analizar y cuidar en estos contextos.

Puedes acceder a más información sobre esta temática en este enlace a cargo de la Dra Valor-Segura.

Cuida de ti. Cuida de los tuyos.

Secretariado de Campus Saludable
Universidad de Granada
Red española de Universidades Saludables
CRUE Sostenibilidad

Copyright© 2024 Universidad de Granada

Más información en
https://www.unisaludables.es
https://csaludable.es
https://viceresponsabilidad.ugr.es/

Copyright© 2024 Universidad de Granada