

## Fitness y Nutricion El mejor binomio



Fecha de publicación: 4 diciembre, 2016

Autor: Lucas Graham

Longitud de impresión: 70

Idioma: Español

PDF

El estado óptimo de bienestar general del cualquier persona en lo social, material, económico, espiritual, es lo que se define como salud integral del ser humano. En un lenguaje más sencillo, es la unión de los distintos factores que inciden en la vida del individuo y contribuyen a su estabilidad.

El bienestar de cualquier individuo, sea del ámbito que sea, es lo que se conoce como Salud Integral. En palabras sencillas, es un ligado de componentes emocionales, espirituales y biológicos, que contribuyen a un estado de equilibrio en el ser humano.

El perfecto estado de salud, no es solamente la desaparición de enfermedades, sino una posición de progreso humano que cada persona, debe conservar. Sin embargo, es un derecho que poseen todas las personas del mundo, sea del país que sea y esto debería cumplirse

La salud integral es el óptimo estado de bienestar del ser humano que se logra cuando existe un ideal balance de todos los constituyentes que se han tocado y ofrecerán para que el ser humano se sienta capaz de lograr todo lo que se propone, y así podrá descubrir la totalidad de la felicidad de la mano de Dios.

La crisis que vivimos en la actualidad en cuanto a lo económico se refiere y los constantes cambios que tiene el mundo, han repercutido en los sistemas de salud. Comúnmente es lo que conocemos como una crisis de salud.

En la actualidad este sistema se encuentra saturado, día a día tenemos más complicaciones para tener una óptima calidad de vida y resulta difícil premiar con una atención buena para quienes ofrecen este servicio

Esto se origina debido a la gran carga de actividad a la que se desafían día a día los empleados de esta área. Se puede apreciar como esta realidad se vive en todo el mundo. Todo esto ha llevado a perder y dejar de valorar la persona humana en la actualidad, en el que se trata los individuos como un número y no como se debe. Es momento de pensar y hacer un stop en nuestras vidas, dedicarnos tiempo a consentirnos, valorarnos y cuidarnos.

<http://yep.pm/y9BD1tCi5/19U6JxB1R.pdf.rar>