

Enfermedades parasitarias dependientes de los estilos de vida

La parasitosis o enfermedad parasitaria sucede cuando los parásitos encuentran en el huésped las condiciones favorables para su anidamiento, desarrollo, multiplicación y virulencia, de modo que pueda ocasionar una enfermedad, estas son afecciones intestinales frecuentes. Casi dos terceras partes de la población mundial está infectada con algún tipo de parásito intestinal, entre ellas destacan la *Ascaris lumbricoides* y *Giardia lamblia*. Las enfermedades parasitarias pueden adquirirse de muchas formas, tales como la ingesta de alimentos o agua contaminada, por la picadura de un insecto o por contacto sexual, y pueden causar desde molestias leves hasta la muerte. Tradicionalmente son enfermedades asociadas a un bajo grado de desarrollo, malas condiciones higiénico-sanitarias y determinadas condiciones ecológicas. Entre los factores que favorecen la difusión y perpetuación parasitaria se cuentan la contaminación fecal del suelo, el saneamiento ambiental deficiente, el clima, factores socioeconómicos y culturales; y la susceptibilidad del huésped, determinada por los factores inmunitarios, genéticos y nutricionales de cada persona. Los elementos de saneamiento ambiental, como el agua potable, la eliminación de excretas, basuras y desperdicios, los rellenos sanitarios y el tratamiento de la basura, influyen en la prevalencia de parasitosis. Según datos proporcionados por la OMS, son los alimentos insalubres, los que se relacionan con más de 200 enfermedades entre ellas las parasitarias, que causan incluso la muerte en la mayoría de niños. Cuando se ingiere carne mal cocinada, se liberan larvas en el intestino delgado donde atraviesan cuatro fases hasta llegar a la etapa adulta. A continuación, los parásitos sexualmente maduros se aparean en el intestino y depositan las larvas que invaden la mucosa; posteriormente penetran al torrente sanguíneo y se enquistan en el músculo esquelético, perpetuando así el ciclo biológico del parásito. En el caso de los cerdos de traspatio en México, cuya gestión sanitaria es muy pobre o inexistente, representa un riesgo para la transmisión de agentes parásitos zoonóticos. Por otro lado las frutas y legumbres que

se consumen crudas y que no han sido desinfectadas debidamente, también pueden producir este tipo de intoxicación estas pueden contaminarse con el abono mismo o con los pesticidas que utilizan para protegerlas. Una de las áreas más importantes de riesgo de infecciones parasitarias en la comunidad, es la naturaleza riesgosa de algunos puestos de trabajo. Estas condiciones facilitan la transmisión de la enfermedad a través del contacto cercano con las fuentes de infección.

Medidas generales para prevenir la parasitosis intestinal

- Lavarse las manos con suficiente agua antes de preparar los alimentos, comer, y después de ir al servicio sanitario o letrina
- Lavar las frutas, los vegetales y verduras que se comen crudas.
- Quemar o enterrar diariamente la basura de las casas o arrojarlas al carro recolector
- Utilizar la cloración (tres gotas de cloro por cada litro de agua), o hervirla por 10 minutos.
- Tener un sistema adecuado para la disposición de excrementos
- Alimentarse adecuadamente y en forma balanceada.
- Mantener la vivienda, los pisos, las paredes y los alrededores limpios y secos.
- Evitar el contacto de las manos y los pies con el lodo, tierra o arena; de aquellos sitios donde se sabe o se sospecha que existe contaminación fecal.
- Evitar ingerir alimentos en ventas callejeras y lugares con deficientes condiciones higiénicas.

Parasitosis más frecuentes

- Amebiosis: La amebiosis es una infección producida por *Entamoeba histolytica*, afecta principalmente al intestino grueso, ésta puede diseminarse a otros órganos, principalmente el hígado.
- Balantidiosis: Se trata de una zoonosis cuyo reservorio principal es el cerdo. Causa diarrea sanguinolenta, que puede ser grave en pacientes inmunodeprimidos.
- Giardiosis: La *Giardia lamblia*, es uno de los parásitos intestinales más comunes en nuestro medio. Se caracteriza por la presencia de náuseas, borborigmos o flatulencia acompañadas o no de disminución de consistencia de las heces.

- Teniasis: Es una infección intestinal causada por la tenia adulta. Se conocen tres especies la *Taenia solium*, *T. saginata* y *T. asiática*, solo la *T. solium* causa severos problemas de salud. La infección ocurre al consumir carne de cerdo infectada, agua o alimentos contaminados con cisticercos, estos pueden eclosionar en cualquier órgano, en caso de llegar al sistema nervioso central, pueden causar importantes problemas neurológicos.
- Toxoplasmosis: Los parásitos *Toxoplasma gondii* y *Toxocara* spp., son capaces de producir enfermedad sistémica y ocular en perros y seres humanos; comparten la ingestión de suelo como el modo común de exposición. Sin embargo, los protozoos *T. gondii* se transmite con mayor frecuencia por la ingestión de alimentos o agua contaminados.

Generalmente en los países con poco desarrollo socioeconómico es en donde las enfermedades parasitarias se presentan con mayor frecuencia. En México, debido a su diversidad geográfica y al desigual desarrollo económico; presenta frecuencias variables de enfermedades parasitarias en las diferentes regiones. La enfermedad diarreica, aún es una causa importante de mortalidad en países en desarrollo, afectando principalmente a los niños menores de 5 años de edad. Entre los grupos de agentes biológicos que se pueden encontrar en niños con diarreas están los parásitos, de los cuales no siempre se conoce bien su papel como agente causal. La parasitosis intestinal se encuentra entre las primeras 20 causas de morbilidad encontrando las enfermedades diarreicas con una incidencia de 972.6 a una de 498.

De acuerdo al estilo de vida de los estudiantes, dentro de las instituciones educativas de tiempo completo y el desorden alimenticio, tendrán más vulnerabilidad a contraer enfermedades parasitarias, debido a la ingesta de alimentos contaminados, obtenidos de puestos ambulantes, en comparación con las personas que pueden elaborar y consumir sus alimentos dentro de casa siendo estos más higiénico. Los estilos de vida de cada persona de acuerdo a su edad, educación, tipo de trabajo, entre otros; hacen más vulnerable a ciertos grupos sociales a contraer enfermedades parasitarias. Los niños y los estudiantes son más endebles a presentar enfermedades parasitarias transmitidas por la ingesta de alimentos que se encuentran contaminados o que, durante su elaboración no se realizaron con las medidas

de higiene adecuadas; por lo que estos grupos pueden presentar parásitos que afectan su salud y por lo tanto su calidad de vida. Mediante la investigación realizada, se comprobó que los diferentes estilos de vida intervienen de forma directa, en la presencia o ausencia de enfermedades causadas por parásitos intestinales en humanos.