

## **Enfermedades parasitarias dependientes de los estilos de vida**

Las enfermedades parasitarias pueden adquirirse de muchas formas, tales como la ingesta de alimentos o agua contaminada (como la fascioliasis o la teniasis), por la picadura de un insecto (como la malaria o la enfermedad del sueño) o por contacto sexual (como las ladillas), y pueden causar desde molestias leves hasta la muerte.

La enfermedad o intoxicación alimentaria es secundaria a la ingesta de alimentos infectados ya sea por virus, bacterias o parásitos. Los alimentos de mayor implicación en intoxicaciones alimentarias están: los alimentos crudos de origen animal (pollo, huevos sin cocinar, leche no pasteurizada, pescados y mariscos crudos). 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. Un único parásito puede generar hasta 1.500 larvas.

Es importante destacar que el ser humano al ingerir cualquier tipo de carne mal cocinada o de animales salvajes, es especialmente susceptible a esta infección. En el caso de los cerdos de traspatio (importante para el consumo interno del país) en México, cuya gestión sanitaria es muy pobre o inexistente, representa un riesgo para la transmisión de agentes parásitos zoonóticos. 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. las medidas necesarias son mejorar el estilo de vida

Los parasitos mas frecuentes son:

-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.

-Giardiosis: La *Giardia lamblia*, es uno de los parásitos intestinales más comunes en nuestro medio.

-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* (cerdo) causa severos

problemas de salud.

-Toxoplasmosis: Los parásitos *Toxoplasma gondii* y *Toxocara spp.*, son capaces de producir enfermedad sistémica y ocular en perros y seres humanos.

De acuerdo a los resultados

- las personas encuestadas habían escuchado o hablar de las enfermedades parasitarias un 77 (85%) si ha escuchado hablar de ellas mientras que un 13 (15%) no sabía de ellas
- las personas encuestadas ingieren sus alimentos, se puede observar que el 70 [78%] de los encuestados desayunan en casa, el 44 [49%] de los individuos comen en casa y el 89% de las personas cenan en casa, la gran mayoría ni desayuna, no come o cena en el trabajo, y en la escuela 14 [16%] desayuna y 24 [26%] come], la mayor frecuencia de ingesta en puestos ambulantes es en el tiempo de comida con [17%].
- el 48 [53%] de las personas encuestadas se desparasitan dos veces al año, así mismo el 35 [39%] solo se desparasita 1 vez al año y 7 el (8%) nunca se ha desparasitado, esta cifra podría representar el mayor riesgo de parasitosis
- el 53% de los individuos encuestados no han presentado enfermedades parasitarias. El 15% de los encuestados han presentado amibiasis, el 13% lombrices, 8% otro tipo de enfermedades y solo 1% giardiasis
- el 35% están seguros de la limpieza de los alimentos ya que estos son preparados en casa por la madre en comparación con el 17% que consume sus alimentos en puestos ambulante, donde desconocen la limpieza de los alimentos.

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. De igual manera, personas que acostumbran ingerir alimentos fuera de su hogar, deben de contemplar el uso de desparasitantes una vez al año, pues se consideran grupos altamente vulnerables, como es el caso de los estudiantes que por los horarios inadecuados de las instituciones de nivel superior no les permite llevar a cabo una alimentación correcta,

balanceada y limpia. En el caso del grupo social de trabajadores muchos de ellos gracias a su jornada o al lugar donde laboran tienen las medidas adecuadas para que puedan ingerir alimentos limpios o incluso elaborados por ellos mismos, sin embargo esto no pasa en todas las situaciones haciendo que muchos trabajadores tengan la necesidad de ingerir alimentos que venden en puestos ambulantes cerca de donde laboran, con el riesgo de que muchos de estos alimentos no fueron elaborados de la manera más adecuada y limpia posible haciendo vulnerables a los trabajadores para contraer enfermedades parasitarias