

## ENFERMEDADES PARASITARIAS DEPENDIENTES DE LOS ESTILOS DE VIDA

La parasitología estudia los seres que viven momentánea o permanentemente, sobre otros organismos vivos de los cuales obtienen sus nutrientes. El parasitismo es una forma de asociación biológica en la que una especie; el parásito, vive dentro o fuera de otro llamado huésped. 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.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), 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*; infecciones que tienen la tasa más alta entre todas las clases. 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. 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.

### 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; así se evitan los criaderos de moscas, ratas o cucarachas que transmiten enfermedades.
- -En aquellos lugares donde no hay agua potable, es conveniente 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 (como primera medida tener letrina o interior de agua).
- -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.

En los últimos años las enfermedades parasitarias ha crecido principalmente como consecuencia del incremento de la inmigración y las adopciones internacionales. Estos movimientos demográficos hacen que las parasitosis sean un diagnóstico cada vez más frecuente en el medio.

#### 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. Producida por el *Balantidium coli* y sus trofozoítos, son las únicas formas protozoarias ciliadas que infectan el colon humano. 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, borborismos 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* (cerdo) 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 (neurocisticercosis). El hombre es el huésped definitivo.

**-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.

Se sabe que las enfermedades parasitarias han producido a través de los tiempos más muertes y daño económico a la humanidad, que todas las guerras juntas. Generalmente en los países con poco desarrollo socioeconómico es en donde las enfermedades parasitarias se presentan con mayor frecuencia. El impacto de las enfermedades parasitarias es muy importante ya que inciden de manera brutal sobre la salud, la esperanza de vida al nacimiento, y la productividad de millones de personas. En México, debido a su diversidad geográfica y al desigual desarrollo económico; presenta frecuencias variables de enfermedades parasitarias en las diferentes regiones.

En la República Mexicana, las parasitosis producen muerte con relativa frecuencia, la amebiasis ocupa el 4° lugar como causa de muerte y la cisticercosis también sigue ocupando un lugar preponderante. En México, la carne de cerdo es considerada más sabrosa y relativamente más económica, esto incrementa las posibilidades de teniasis, aunado a la práctica del fecalismo al aire libre, lo que aumentan las posibilidades de adquirir cisticercosis. Es notorio que la simple práctica del lavado de manos antes de comer, así como lavado de frutas y verduras disminuyen considerablemente las parasitosis intestinales.

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. Aún en los países más ricos, las personas más acomodadas viven algunos años más y sufren menos enfermedades que las pobres. Estas diferencias en la salud son una injusticia social importante y reflejan algunas de las influencias más poderosas en la salud en el mundo moderno. Los estilos de vida de las personas y las condiciones en las que viven y trabajan influyen fuertemente en su salud y longevidad.

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 , por lo que los hace vulnerables a contraer enfermedades parasitarias que no solo causa que presenten parásitos intestinales sino que también afecta su desempeño educativo ya que muchos de ellos presentan síntomas como vomito y/o nauseas así como la presencia de diarrea. 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.