

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS



ALUMNA: DIANA CITLALI CRUZ RIOS

MAESTRO: MARTIN

ASIGNATURA: ENFERMERIA

2º SEMESTRE, BACHILLERATO EN
ENFERMERIA

Bueno como sabemos todo tiene su lado bueno y su lado malo, en esta ocasión me toca hablarles de las consecuencias y/o patologías que nos provocan el tener una mala alimentación y consumir alimentos contaminados.

La contaminación alimentaria se provoca por medio de nosotros ya que los que trabajan y dependen del campo usan químicos para la tierra, dañándola a corto y largo plazo, porque el uso de químicos en ella hace que muchas veces la tierra se vuelva estéril y que los frutos que vayan a tener, puede que salgan con pocos nutrientes por lo mismo, otra de las causas de la contaminación alimentaria es el inyectarle químicos a los verduras y frutas para que duren más tiempo, también un ejemplo muy claro sería el no desinfectar los alimentos.

Por lo tanto todas estas causas nos traen severas consecuencias para nuestro organismo ya que el no tener nutrientes suficientes pues nuestro se ira agotando por la falta de estos causándonos desnutrición, otras de las patologías que nos trae la contaminación alimentaria es la intoxicación, así también las enfermedades transmitidas por los alimentos son generalmente de carácter infeccioso o tóxico y son causadas por bacterias, virus, parásitos o sustancias químicas que penetran en el organismo a través del agua o los alimentos contaminados como había hecho mención, así también los patógenos de transmisión alimentaria pueden causar diarrea grave o infecciones debilitantes, como la meningitis, pero también existen patologías más graves que la contaminación alimentaria nos puede causar como serian los alimentos de origen animal no cocinados, las frutas y hortalizas contaminadas con heces y los mariscos crudos que contienen biotoxinas marinas, asi como estas patologías y consecuencias existen aún más, por eso es muy importante fijarnos en los alimentos que introducimos a nuestros cuerpos.

Si no queremos presentar alguna de estas patologías es muy importante desinfectar muy bien las frutas y verduras, además de tener una buena cocción cada alimento, pero también es muy importante tener una buena higiene, y lavarse muy bien las manos para que nosotros no contaminemos los alimentos.