

Nombre del docente: Sergio Jiménez Ruiz

Nombre del alumno: Marvin Andrés Cano Hernández

Materia: Antropología

Trabajo: Enfermedades más frecuentes y estilos de vida”

GRADO Y GRUPO: 1ºA



Las enfermedades relacionadas con el estilo de vida comparten factores de riesgo semejantes a los de la exposición prolongada a tres conductas modificables también relacionadas con el estilo de vida: el tabaquismo, una dieta poco saludable y la inactividad física - y que tienen como resultado el desarrollo de enfermedades crónicas, especialmente enfermedades de corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer. Estas enfermedades son consideradas enfermedades de los países industrializados y se les llamaba, antiguamente, enfermedades de la abundancia. Sin embargo, intencionalmente se les conoce con enfermedades no transmisibles y crónicas, y forman parte del grupo de enfermedades degenerativas, una enfermedad crónica que resulta en la pérdida de independencia años con discapacidad o la muerte y supone una carga económica considerable para los servicios de salud.

Hoy en día, las enfermedades crónicas son un problema importante de salud pública en todo el mundo. En 2005, la Organización Mundial de la Salud (OMS) calculó que el 61% de todas las muertes (35 millones) y el 49% de la carga mundial de la morbilidad eran atribuidas a enfermedades crónicas. Llegará al 70% de la carga mundial de morbilidad al 56% que se prevé que el mayor incremento se producirá en la región de África y el Mediterráneo Oriental. La Asamblea Mundial de la Salud aprobó una resolución en 2000 sobre la prevención y el control de las enfermedades crónicas. En paralelo también se pide que se establezcan programas para prevenir y controlar las enfermedades. Se evalúan también cuáles la mortalidad y la proporción morbilidad en una zona de enfermedades crónicas se promuevan la prevención eficaz secundaria y terciaria y se elaboran directrices para la detección, el diagnóstico y el tratamiento eficaces.

La combinación de estos factores de
en estilo de vida saludable. Es mantener
un peso saludable, hacer ejercicio
regulamente, seguir una dieta saludable
y no fumar - para este ejercicio y
una reducción de hasta un 8% en el
riesgo de desarrollar las enfermedades
más comunes y costosas.

Esta circunstancia refuerza las recomen-
daciones actuales en materia de salud
pública de que se sigan hábitos
de estilo de vida saludables y, como
esto sucede a menudo se adquieren
durante las etapas formativas de la
vida, es especialmente importante comenzar
presto a impartir lecciones importantes
sobre una vida sana.

Sin embargo, a pesar de los beneficios
conocidos de un estilo de vida sano, solo
una pequeña parte de los adultos
siguen esa rating, de hecho el porcentaje
de los que llevan un estilo de vida sano está
disminuyendo, de manera alarmante. Hay más
poco conciencia pública sobre la relación
entre salud y el estilo de vida.

Uno de estos mensajes más posibles en los ambientes de vida pueden tener un impacto considerable tanto en las personas individuales como en poblaciones. En la actualidad, los profesionales de Salud y medios de comunicación transmiten periódicamente el mensaje de que para mantenerse sano las personas tienen que adoptar ~~un~~ comportamiento saludable, la actividad física, dejar de fumar, el consumo de alimentos con un alto contenido de fibra, una dieta baja en grasas, el control de peso corporal y aprender a gestionar el estrés para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, cáncer y una mortalidad prematura.

Además se necesitan con urgencia medidas de Salud pública para promover la actividad física y mejorar la Salud en todo el mundo, el reto de promover la actividad física es la responsabilidad tanto de los gobiernos como de las personas.

(Al-Maskari, s.f.)

Referencias

Al-Maskari, F. (s.f.). *Enfermedades relacionadas con el estilo de vida : Una carga económica para los servicios de salud*. (c. UNU, Productor)
Obtenido de <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadas-con-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>