



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del alumno: Maricruz Elizama
Méndez Pérez**

**Nombre del profesor: Dr. Sergio
Jiménez Ruiz**

**Nombre del trabajo: Control de lectura
“Enfermedades más frecuentes y estilo
de vida”**

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Antropología Medica I

Grado: 1

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de Noviembre del 2020

Las enfermedades relacionadas con el estilo de vida comparten factores de riesgo semejantes a los de la exposición prolongada a tres conductas 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 del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer. Hoy en día, las enfermedades crónicas son un problema importante de salud pública en todo el mundo. En 2005, la OMS calculó que el 61% de todas las muertes y el 49% de la carga mundial de morbilidad eran atribuibles a enfermedades crónicas.

La combinación de cuatro factores de un estilo de vida saludable - mantener un peso saludable y no fumar - parece estar asociada a una reducción de hasta un 80% en el riesgo de desarrollar las enfermedades crónicas más comunes y mortíferas. Sin embargo, a pesar de los beneficios conocidos de un estilo de vida saludable, solo una pequeña parte de los adultos siguen esa rutina; de hecho, el porcentaje de los que llevan una vida sana está disminuyendo.

Desafortunadamente numerosas personas no son conscientes de que un cambio en el estilo de vida constituye un factor importante en la aparición de las enfermedades crónicas como causas de una mayor morbilidad y mortalidad. El estilo de vida es generalmente considerado un asunto personal.

Sin embargo, los estilos de vida son prácticas sociales y formas de vida adoptadas por las personas que reflejan identidades personales.

Modo y estilo de vida

Estos conceptos han contribuido a la mejor comprensión y operacionalización de los elementos no biológicos que intervienen en el proceso salud-enfermedad y que son parte integrante de la medicina social característica de nuestro siglo.

El camino generalizado para arribar a estos nuevos conocimientos en medicina se produjo a partir del cambio del estado de Salud en poblaciones con desarrollo socioeconómico avanzado, donde las muertes y enfermedades infecciosas cada vez menos con enfermedades infecciosas, y se comienza a prestar atención a aquellos elementos que inciden en estas muertes y enfermedades.

Para caracterizar el modo de vida como determinante de salud se han utilizado múltiples criterios, en los que la epidemiología y las ciencias sociales han hecho grandes aportes, al establecer relaciones entre las condiciones materiales y la forma en que los grandes grupos sociales se organizan y se realizan productivamente en esas condiciones. Por ejemplo: servicios de salud y su utilización, instituciones educacionales y nivel educacional de la población, tipos de vivienda, condiciones o hacinamiento, abasto de agua e higiene ambiental, etc.

El modo de vida refleja la médula de la formación económico-social, desde el punto de vista del sujeto del progreso histórico, de la actividad humana, ya sea productiva, de consumo, sociopolítica, cultural y familiar. En este sentido, el modo de vida refleja lo social en lo individual. El modo de vida ha sido afectado de diferentes formas según la problemática de cada sociedad,

Pero en casi todas ha repercutido sobre la salud. En las grandes ciudades desarrolladas son comunes algunos problemas: la violencia, las drogas o el alcoholismo, los cuales afectan el modo de vida y repercuten sobre la salud, a la vez que favorecen un alto nivel de estrés y de enfermedades crónicas degenerativas.

Estas conductas modificables relacionadas con el estilo de vida tienen como resultado el desarrollo de enfermedades crónicas.

El modo de vida de una comunidad rural en un país subdesarrollado, condiciona un cuadro de morbilidad específico, caracterizado por enfermedades parasitarias e infectocontagiosas pues las actividades del modo de vida, la pobreza, la malnutrición y la escasez de cuidados médicos, acercan y exponen a dicha comunidad a los agentes biológicos y lo hacen más vulnerable.

El modo y estilo de vida de la población depende directamente del sistema socioeconómico imperante. Al cambiar el sistema socioeconómico del capitalismo al socialismo, cambia el modo, el estilo y la calidad de vida de la población, así como la atención médica de esta.

Obesidad

La enfermedad más reconocible asociada con peso excesivo es la diabetes. A medida que crece la epidemia de la obesidad, así también lo hace la población diabética.

La identificación de la diabetes, el síndrome metabólico, y otras condiciones relacionadas con la obesidad.

Este exhaustivo plan plantea cinco principios claves para el manejo de la obesidad. Estos son:

1) La obesidad es una condición crónica

La obesidad es una condición crónica y a veces progresiva al igual que la diabetes o la hipertensión.

2) Cuando hablamos de manejo de obesidad nos referimos a mejorar la salud y el bienestar y no simplemente a reducir números en la pesa.

Para muchos pacientes, el hecho de perder peso corporal, aunque sea poco, puede llevar a mejoramiento significativo de la salud y del bienestar.

3) Intervención temprana significa abordar las causas fundamentales y sacar los obstáculos.

La ganancia de peso puede deberse a un reducción de la tasa metabólica, comer en exceso, o actividad física reducida secundaria a factores biológicos, psicológicos o socioeconómicos.

4) El éxito es diferente para cada individuo o (los pacientes) varían considerablemente en su disposición y capacidad para el manejo del peso. El "éxito" puede definirse como mejor calidad de vida, mejor autoestima, altos niveles de energía, una mejor prevención para evitar ganancia de peso futura.

5) El "mejor" peso del paciente puede no llegar a ser nunca el "ideal". Un peso "ideal" o IMC no es un objetivo realista para muchos pacientes con obesidad, por lo tanto fijar metas inalcanzables lleva a los pacientes al fracaso.

Cinco principios claves

1) Pedir permiso, 2) Evaluar, 3) Asesorar, 4) Ponerse de acuerdo, 5) Asistencia

Bibliografía

Fatma al-Maskari,

<https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>

Rev Cubana Estomatol v.41 n.3 Ciudad de La Habana sep.-dic. 2004, Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072004000300009

Salud masculina: estilo de vida, enfermedades y riesgos

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864014700070>