



**Alumna:** Viviann Lizbeth Jiménez Alonso

**Grado:** 7° **grupo:** Q

**Asignatura:** Enfermería comunitaria

**Profesora:** Lic. Gabriela Priego Jiménez

**Cuadros sinópticos**

Relaciones entre salud y ecología

la relación del hombre con el medio.

relación organica

{ relación entre el medio ambiente físico y los aspectos económicos, sociales y políticos que definen un determinado uso de la naturaleza y de los recursos naturales.

Desarrollo humano

{ incremento de la capacidad cognoscitiva del hombre y de su poder para actuar sobre la naturaleza

relación hombre-medio ambiente

{ relación unitaria, que implica una interacción recíproca entre ambas entidades y cambiante, que aisladas de su dialéctica carece de sentido y que está mediada por la tecnología.

-contexto general

{ -realidad ambiental  
-realidad social

{ fenómenos físicos, geofísicos, biológicos, químicos, etc cuya dinámica es la de los fenómenos naturales  
presencia de la actividad humana

-Dimensión temporal

{ -realidad ambiental  
-realidad social

{ muy largo transcurso, en cambio calificativo, pero también pueden ser súbitas y violentas.  
organizado en secuencias por el cambio cualitativo que resulta de la interacción dialéctica producida en su seno.

medio ambiente construido

{ acción del hombre sobre los procesos naturales se ha ido materializando, que se superpone al medio ambiente natural

{ -relaciones humanas y por su modo de organización social.  
-espacio físico preexistente

{ espacio social

El ecosistema humano.

{ sistemas que dan apoyo a la vida en el planeta para la especie humana y todas las otras formas de vida.

{ alimento, agua, aire limpio, refugio y de estabilidad climática relativa.

- esenciales para el bienestar humano y especialmente para la salud

- se modifica según los patrones de crecimiento demográfico, desarrollo y consumo, que pueden reducir o aumentar el suministro de servicios de los ecosistemas.

{ - la población, la tecnología y el estilo de vida, elementos socioculturales  
- bienes de infraestructura, el ingreso y la distribución de la riqueza, las tecnologías que se usan y el nivel de conocimiento (factores socioculturales)

{ sobreexplotación, daño y destrucción del ecosistema

{ mejoran servicios de ecosistema, salud y educación

Enfoques sobre medio ambiente.

{ Ambiente es todo lo que rodea a un objeto o a cualquier otra entidad

{ conjunto de condiciones físicas, químicas, biológicas, sociales, culturales y económicas que difieren según el lugar geográfico, la infraestructura, la estación, el momento del día y la actividad realizada.

{ Peligro ambiental: es el potencial que tiene un agente ambiental para afectar la salud

{ -Tradicionales  
-Modernos

{ ligados a la ausencia de desarrollo, se manifiesta más lento como enfermedad

{ dependientes de un desarrollo insostenible, se manifiesta más rápido como enfermedad

Análisis de los principales problemas ecológicos de nuestro tiempo.

Contaminación atmosférica

Clasificación

Es la presencia en la atmósfera de sustancias en una cantidad que implique molestias o riesgo para la salud de las personas y de los demás seres vivos,

procesos industriales que implican combustión, tanto en industrias como en automóviles y calefacciones residenciales, que generan dióxido y monóxido de carbono, óxidos de nitrógeno y azufre, entre otros contaminantes.

- Local { cuando los efectos ligados al foco se sufren en las inmediaciones del mismo
- Planetario { cuando por las características del contaminante, se ve afectado el equilibrio del planeta y zonas alejadas a las que contienen los focos emisores.
- Primarios { se emiten directamente a la atmósfera como el dióxido de azufre SO<sub>2</sub>, que daña directamente la vegetación y es irritante para los pulmones.
- Secundarios { se forman mediante procesos químicos atmosféricos que actúan sobre los contaminantes primarios o sobre especies no contaminantes en la atmósfera.

Alimentación saludable

es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida (infancia, adolescencia, edad adulta y envejecimiento), y en situación de salud.

-en función de su edad, sexo, talla, actividad física que desarrolla y estado de salud o enfermedad.

- Completa { debe aportar todos los nutrientes que necesita el organismo: hidratos de carbono, grasas, proteínas, vitaminas, minerales y agua
  - Equilibrada { los nutrientes deben estar repartidos guardando una proporción entre sí.
  - Ser suficiente { la cantidad de alimentos ha de ser la adecuada para mantener el peso dentro de los rangos de normalidad y, en los niños, lograr un crecimiento y desarrollo proporcional.
  - Variada { debe contener diferentes alimentos de cada uno de los grupos (lácteos, frutas, verduras y hortalizas, cereales, legumbres, carnes y aves, pescados, etc.),
- Los alimentos se agrupan en
- Energéticos: que incluyen los hidratos de carbono (CHO)
  - Grasas: plásticos (proteínas), que intervienen como constructores
  - Reguladores: vitaminas y minerales

Los alimentos como mecanismo de transmisión de enfermedades.

Ingestión de alimentos contaminados por microorganismos o sustancias químicas.

- Contaminación en cualquier etapa del proceso de producción al consumo
- Por contaminación ambiental, ya sea del agua, la tierra o el aire.
- Constituyen un problema de salud pública creciente en todo el mundo.

- Manifestaciones clínicas
- síntomas gastrointestinales ( más comunes)
  - síntomas neurológicos, ginecológicos, inmunológicos y de otro tipo

Principios generales de la higiene alimentaria.

Todas las personas tienen derecho a esperar que los alimentos que comen sean inocuos y aptos para el consumo.

- control eficaz de la higiene
- enfoque basado en el sistema de HACCP
- evitar contaminación y contaminantes
- realizar correcta limpieza y desinfección
- Idoneidad de los alimentos
- correcta manipulación de los alimentos

Aspectos de seguridad alimentaria

La higiene de alimentos incluye cierto número de rutinas que deben realizarse al manipular los alimentos con el objetivo de prevenir daños potenciales a la salud.

- Temperatura

- menor de 3 °C máximo 3 días muerte de algunos microorganismos.
- debajo de -18 °C los alimentos no deben estar más de 4 meses almacenados.
- A los 5 °C los microorganismos están en periodo de aletargamiento e inhiben su crecimiento.
- Entre los 5 °C y los 60 °C los microorganismos activan su desarrollo y se multiplican, no deben estar sin consumir más de 24 horas.
- Entre los 65 °C y los 100 °C mueren en gran parte.

- Tratamiento en Origen

- Las precauciones debe extremarse, máxime cuando se trata de la producción de alimentos en grandes masas: Industria alimentaria. Es por esta razón que la higiene en estos casos es obligada para con el cocinero y se puede garantizar siempre que se cumplan ciertas normas y pasos.
- Higiene personal
  - Instrumental limpio
  - Cocer bien los alimentos
  - No mezclar alimentos crudos con cocinados.
  - Conservar adecuadamente los alimentos
  - Conservas: las latas de conserva que presenten tapas abombadas (hinchadas) deben desecharse por completo.
  - Evitar la utilización del huevo siempre que se vaya a utilizar crudo, y sustituirlo por ovoproductos pasteurizados, a no ser que sea sometido a tratamiento térmico al menos 10 minutos a más de 75 °C.
  - uso de guantes de nitrilo o vinilo y evitar los de látex para no provocar posibles reacciones alérgicas con los intolerables al látex.

Problemas relacionados con la alimentación humana.

La base de la salud “la alimentación”, se ha convertido en un negocio de especulación y esto es lo que genera el resto de problemas añadidos.

- Alimentos procesados

- alimentos nocivos y muchos de ellos bastante tóxicos siguen la marcada estela de la especulación, enriqueciendo a unos pocos mientras consecuencias como la exterminación de campos de cultivo naturales o la tortura de animales en las peores condiciones inimaginables siguen a la orden del día.
- Para lograr la cantidad ingente de producción se sacrifica la salud del consumidor, la del producto y la del medio ambiente.

- Transgénicos en la alimentación diaria

- Se sacrifica la calidad de las vidas de los animales, y por ende la calidad del producto, como carne procesada repleta de químicos y hormonas.
- Hormonas para el rápido crecimiento, tratamiento de arsénico en la carne, antibióticos en los animales

- Poca variedad de productos en el supermercado.

Esto plantea un problema complejo, puesto que cierra la elección del consumidor en torno al mismo tipo de producto en manos del mismo distribuidor, siendo una de sus prácticas probablemente la reducción de costes en estos tipos de productos que vende. Y, por consiguiente, la implantación de los químicos en la dieta diaria.

- Consecuencias para la salud de los transgénicos

Desde alergias, obesidad, diabetes (debido al alto contenido de azúcares en los alimentos), disminución en la capacidad de fertilidad, resistencia a los antibióticos hasta ciertos tipos de cáncer y muchas más que irán apareciendo con el tiempo

La Crisis alimentaria y la Salud Pública.

Los acontecimientos se desencadenaron tras la aparición de la crisis financiera energética y alimentaria de 2008. Se produjo un impacto negativo a nivel internacional y crearon gran inestabilidad, volatilidad de precios y un aumento generalizado de los precios de los granos básicos. El impacto negativo que esta crisis tuvo en la seguridad alimentaria mundial no se hizo esperar.

Seguridad alimentaria

existe seguridad alimentaria cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana.

valor del indicador de prevalencia de la subalimentación

- la disponibilidad neta de alimentos para consumo humano.
- la población total del país.
- una estimación de las pérdidas y de los desperdicios de alimentos postproducción.
- parámetros relativos a las necesidades de energía alimentaria con base en: sexo, edad y la talla de la población.
- datos relativos al acceso físico y económico a los alimentos que normalmente se obtienen a partir de las encuestas de los hogares.
- funciones de distribución normal del consumo de los alimentos de la población, las variaciones de los promedios y las asimetrías en la distribución del consumo habitual de alimentos de la población.