

**Nombre de alumnos: Rafael
Alejandro Velazco Bermúdez**

**Nombre del profesor: Lic. Nancy
Dominguez Torrez**

Nombre del trabajo: Ensayo

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Enfermería Comunitaria

Grado: 7mo cuatrimestre

Grupo: "A"

Pichucalco Chiapas a 06 de noviembre del 2020

En este ensayo hablaremos acerca de la importancia en la salud, la relación con la ecología, la importancia del hombre en el medio ambiente enfatizando temas como: la contaminación, el agua, la prevención de enfermedades en el ambiente, la ecología y como esto influye la alimentación del ser humano.

La salud

Estado en que un ser u organismo vivo no tiene ninguna lesión ni padece ninguna enfermedad y ejerce con normalidad todas sus funciones. Gracias a la buena salud nosotros podemos hacer y ejercer nuestras actividades de manera más fácil y con la facilidad de hacerlas bien.

La ecología

Parte de la biología que estudia las relaciones de los seres vivos entre sí y con el medio en el que viven. Por ende la ecología es la relación más importante para los seres humanos por que gracias a la ecología podemos tener diversos medios ambientales para vivir, y relacionarse con ecosistemas.

La importancia del hombre en el medio ambiente

El medio ambiente es un conjunto de circunstancias o factores físicos y biológicos que rodean a los seres vivos e influyen en su desarrollo y comportamiento. Por esa razón los seres humanos somos los más importantes en la preservación del medio, y para esto debemos ser conscientes que tenemos que cuidar, proteger, cultivar y aumentar la vegetación con la finalidad de ayudarnos entre sí.

El cuidado de la salud y el medio es el factor más importante dentro del desarrollo humano porque crecemos y nos reproducimos entre sí. Sería ilógico decir que no necesitamos del medio cuando gracias a él podemos respirar y hasta alimentarlo, en lo personal considero que el medio sin nosotros podría persistir pero nosotros sin él y la cantidad de beneficios que nos aportan no sería posible.

La contaminación

La contaminación ambiental es la introducción de sustancias u otros elementos físicos en un medio, que provocan que este sea inseguro o no apto para su uso. Cuando hablamos de contaminación entiendo que ponemos en los medios productos no naturales del mismo origen para la extinción de un ambiente o el deterioro del mismo. Existen diferentes tipos

de contaminación que van no solo de lo ambiental sino también en el agua, el aire y esto afecta a nuestra salud y perjudican desde nuestro bienestar físico hasta alimenticio.

La contaminación del agua

La contaminación hídrica o la contaminación del agua es una modificación de esta, generalmente provocada por el ser humano, que la vuelve impropia o peligrosa para el consumo, la industria, la agricultura, la pesca y las actividades, así como para los animales. Esto es un verdadero problema hoy en día por que las industrias crecen y los desechos de estos dañan los ecosistemas acuáticos dañando así la diversidad de estas, que van desde animales hasta vegetación y por ende a la sociedad en general. La contaminación del agua influye en ríos, lagunas, mares y manantiales.

Es triste observar como la sociedad hoy en día se vuelve tan insensible saciando algunas necesidades lastimando así nuestros diversos ecosistemas.

En la actualidad es preocupante como todos los días se dañan diversos manglares de agua con desechos industriales o contaminación turística por la falta de educación, valores y empatía por parte de la sociedad para con el ambiente.

Debido a este descuido social podemos agrupar diversidad de enfermedades dañando así la salud de los individuos en el medio.

Muchas enfermedades orgánicas son producidas por nuestro propio sistema o de nacimiento pero es triste ver como en vez de morar empeoramos nuestra salud descuidando reservas naturales que nos proporcionan bienestar, causando así enfermedades, patologías, deformidades o incluso la muerte.

Se han estudiado hasta cien patologías distintas relacionadas con la contaminación, desde problemas bronquiales, enfermedad obstructiva crónica, asma, cáncer de pulmón, derrame cerebral, hipertensión, arterosclerosis, enfermedades neurodegenerativas como el Parkinson, el Alzheimer.

Así como hay enfermedades causadas por la contaminación existen diversos problemas en la alimentación de los seres humanos ya que el cultivo y la contaminación son un verdadero problema para la sociedad.

Los pesticidas, las bacterias, los roedores, el aire contaminado y los riegos sucios son un problema para los cultivos orgánicos comestibles en la sociedad hoy en día, además de no

ser orgánicos hay empresas que filtran productos olvidándose de la calidad de estos con la única finalidad de vender más, no importando los daños que pueden ocasionar a la sociedad en general.

Además de estos para que los frutos se vean el doble de su tamaño les inyectan hormonas, enfermedades, o incluso mutan productos para inventar nuevas cosas al mercado.

Es sumamente importante informarnos acerca de nuestro entorno con la finalidad de saber dónde vivimos, cuales son las medidas de riesgo, a que nos exponemos, que ingerimos y si somos más conscientes de que manera ayudamos al medio en el que habitamos.

Para finalizar este ensayo quiero agregar que hablar y desarrollar diversas ideas o más bien informarse acerca de la salud, el medio y lo mucho que podemos hacer por este es una manera de concientizar a la sociedad del daño que nadie más que nosotros mismos nos causamos entre sí, porque siendo honestos los más afectados en el deterioro de la diversidad natural no somos más que los seres humanos.

La diversidad natural es maravillosa, esta incluye salud, bienestar, ecosistemas y métodos de alimentación por ello todos debemos de ayudar a su preservación sin importar que tan mucho o poco podamos hacer porque si ayudamos a la diversidad natural también es una manera de ayudarnos a nosotros mismos debido a que somos nosotros quienes habitamos y nos desarrollamos en el medio.

Parece nada pero hablar de estos temas nos ayudan a salvar la vida que se desarrolla única y exclusivamente para dar más vida.

Gracias a la información podemos entender que tanto daño hace la contaminación no solo en el agua sino también en el ambiente y el aire que respiramos, también la relación de la salud y la ecología, por ende también podemos entender como si afectamos los recursos naturales dañamos nuestros cultivos e incluso la alimentación que nadie más que nosotros ingerimos.

La reflexión y la conciencia es un tema súper importante para realizar un cambio en la sociedad hoy en día, gracias a la información podemos informarnos y ayudarnos a ser mejores.

Puedo concluir con este tema que fue bastante interesante y gracias al pude dimensionar la importancia de cosas que vemos pero al final jamás les prestamos atención. Esperando así complacer la atención del lector y los criterios a evaluar dentro de este trabajo.

Fuentes bibliográficas:

<https://eird.org/pr14/cd/documentos/espanol/Publicacionesrelevantes/Recuperacion/5-Med-Ambiente.pdf>

<http://132.248.9.195/ptd2014/enero/0707606/0707606.pdf>

<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2864/TOL68.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

<http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v8n3/rus10316.pdf>

<https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/16784/Medio%20Ambiente%20y%20Contaminaci%C3%B3n.%20Principios%20b%C3%A1sicos.pdf?sequence=6>