

Universidad del sureste
Escuela de medicina

Materia: SALUD PÚBLICA I

Nombre del alumno:

Jesús Osorio Cueto

Nombre del profesor:

Cecilio Culebro Castellanos

Nombre del trabajo:

Ensayo "Enfermedades Diarreicas"

Semestre: 1º "B"

Domingo 13 de septiembre del 2020

PASIÓN POR EDUCAR

INTRODUCCIÓN

Hoy en día el ser humano ha desencadenado múltiples acciones que han ido afectando la salud de la población y es que actualmente las enfermedades se han convertido en el foco de atención a nivel mundial puesto que la gran mayoría de las personas no asumen la realidad por la que el mundo está pasando.

Las enfermedades diarreicas son aquellos tipos de padecimientos que si no son tratados a tiempo pueden llegar a complicar la vida no solo de una persona sino hasta de una comunidad completa, causas existen demasiadas pero en general todas tiene que ver con la educación de salud que presentan las personas puesto que el agente que causa estas enfermedades resalta en la educación sanitaria que siguen las personas

En este contexto la educación y la comunicación en materia de salud son especialmente importantes, ya que, en realidad, son los individuos y las familias, y no los médicos y otros agentes sanitarios, quienes toman la mayor parte de las decisiones que afectan a su salud. Las madres deciden qué alimento dar a sus familias y cómo prepararlo. Las familias deciden cuándo ir al médico o a la clínica, dónde ir y si seguir o no las instrucciones que reciben del personal de salud.

Debido a que la diarrea es considerada como una de las enfermedades mortales y afecta mayormente a niños menores de 5 años la gran cantidad de personas afectadas por las mencionadas enfermedades y la evolución de nuevos casos son un grave problema de salud pública y es por eso que con base a los análisis realizados, se ha desarrollado un pequeño ensayo con motivo de poder establecer distintas propuestas de salud que es necesario implementarlas para poder contrarrestar el índice de casos de enfermedades diarreicas causadas por la mala higiene de las personas.

OBJETIVOS

Este trabajo está realizado con la finalidad de prevenir las principales vías que causen las enfermedades diarreicas mediante propuestas y métodos de prevención interactuando con diversas comunidades que presenten casos de diarrea, utilizando como base la educación sanitaria ya que mediante esta vital herramienta se puede lograr avanzar con la disminución de casos posibles en las distintas zonas, en particular aquellas de bajos recursos que viven en comunidades alejadas de la población urbana.

DESARROLLO

Anteriormente las enfermedades que causaban diarrea eran uno de los padecimientos menos drásticos para la población, debido a los distintos hábitos y costumbres que tenía la gente de épocas pasadas. El hecho de ser de las menos comunes no quiere decir que fueran graves, simplemente que los casos no eran tan elevados; cabe resaltar que la buena alimentación, los buenos hábitos y la no contaminación de los espacios públicos eran factores que mantenían a la población con una salud relativamente buena.

En la actualidad, la población vive en una interacción social menos culta a comparación de las anteriores puesto que hoy en día la mayoría de las comunidades no cuentan con los recursos necesarios para llevar a cabo una vida saludable. La buena alimentación resulta ser uno de los factores que dejan baja la estabilidad económica en muchas familias ya que al no tener un sustento seguro el ambiente en el que viven se vuelve el peor enemigo para los habitantes de ciertas comunidades.

Referente a la definición de las enfermedades diarreicas todas son originadas por la conocida diarrea que la podemos definir como la deposición, tres o más veces al día (o con una frecuencia mayor que la normal para la persona) de heces sueltas o líquidas, en pocas palabras es aquel padecimiento en el que la persona defeca con una frecuencia fuera de lo normal. La diarrea suele ser un síntoma de una infección del tracto digestivo, que puede estar ocasionada por bacterias o parásitos que se transmiten por agua con contaminación fecal o alimentos contaminados.

Generalmente las causas que generan la diarrea tiene que ver con la falta de higiene y como se mencionaba anteriormente existen algunos en grupos de población vulnerables que viven en condiciones carentes de infraestructura y saneamiento básico.

La infección es más común cuando hay escasez de agua limpia para beber, cocinar y lavar, o cuando no se toman las medidas correspondientes de higiene personal y de alimentos como el lavado de manos con agua y jabón y el uso de agua potable. Entre las causas de enfermedades diarreicas se encuentran rotavirus, shigella, salmonela , escherichia coli y cólera.

Como punto a favor podemos decir que las enfermedades diarreicas pueden ser prevenidas y tratables, existen muchas medidas de promoción y prevención y a

continuación se establecerán los métodos propuestos para prevenir estas enfermedades en comunidades en las que se presenten casos de diarrea.

1. Lo primero que se realizaría es identificar las necesidades y el diagnóstico de la comunidad a tratar, es decir, darnos cuenta de la situación en que se encuentra para poder desarrollar un método de prevención para ellos.
2. Lo siguiente sería la elaboración de planes y diseños para lograr el objetivo esperado, entre ellas tendríamos varias:
 - La creación de carteles con la información de las enfermedades diarreicas, como su definición, sus síntomas y las principales causas que generan estas enfermedades, sus consecuencias y lo más importante las medidas de prevención para evitar estas enfermedades.
 - El desarrollo de presentaciones necesarias y entendibles para lograr que los carteles y demás material sea entendido por la comunidad.
3. El siguiente paso sería acudir a las comunidades y realizar coordinaciones con los líderes de estas para poder impartir las distintas pláticas e interacciones con las personas de la comunidad
 - Estando frente a la comunidad lo primero en realizar será explicarles lo que son las enfermedades diarreicas y sus principales causas y síntomas, dándoles a conocer que las principales causas radican en la falta de higiene, y educación de salud que ellos realicen en dicha comunidad, como por ejemplo:

Beber agua de un río, un arroyo o un estanque, sin purificarla, no lavarse las manos antes de comer, no lavar la vajilla, las tazas y los cubiertos o lavarlos únicamente con agua, defecar en cualquier lugar, al aire libre. Las heces infectadas pueden contaminar objetos que los niños pequeños recogen y se llevan a la boca. Dejar basura al aire libre, lo cual favorece la cría de moscas.

- De esta forma nosotros estaríamos despertando conciencia en las personas y estas se estarían dando cuenta de la gravedad de su estilo de vida y así seguir con el siguiente paso que sería la implementación de las medidas de prevención para dichas enfermedades.

Entre las medidas de prevención trataríamos varias, las que destacan son las que están relacionadas con la higiene personal y la educación de salud que

ellos emplean cotidianamente a la hora de preparar sus alimentos, que es uno de los factores más importantes en las causas de las enfermedades diarreicas, entre las medidas tenemos:

- Desinfección, almacenamiento y manejo del agua.
- Higiene personal (lavado de manos con agua y jabón).
- Suministro de agua potable, disposición adecuada de excretas (saneamiento) y manejo adecuado de los alimentos, principalmente de los mariscos.
- Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de comer.
- Lavar la vajilla, las tazas y los cubiertos con agua limpia y jabón.
- Defecar en letrinas y, después, lavarse siempre las manos con agua y jabón.
- Tapar los alimentos para protegerlos del polvo, los insectos y otros animales.
- Tirar los desechos en un cubo de basura o en una zanja cubierta de tierra o quemarlos.

Por ello, es importante promover y reforzar en toda la comunidad y entornos (hogares, mercados, tianguis, vendedores ambulantes, restaurantes, puestos de comida, etc.), las medidas de promoción y prevención que nos permitirán evitar estas enfermedades.

Cabe resaltar que para promover las propuestas establecidas es necesario tener en cuenta que es muy importante la participación de muchos factores entre los que tenemos a los capacitadores, que serán los encargados de realizar las distintas actividades y planes que guíen las actividades para el logro de los objetivos esperados para prevenir los casos en la población.

Así mismo la comunidad hace un papel importante ya que en la actualidad facilitan la implementación de los planes de trabajo, sin embargo, no sólo es trabajo de los encargados de salud, como los municipios o participación de gobiernos locales y municipios que integran la Red Mexicana de Municipios por la Salud sino que la educación sanitaria recalca en que es tarea de todos, puesto que las medidas de prevención son brindadas con todos los elementos para poder realizarse pero el desarrollo de estas es tarea de toda la comunidad en general.

CONCLUSIÓN

En conclusión debemos ser conscientes que la educación sanitaria que las personas realizan en la actualidad se está convirtiendo en un foco de atención a nivel mundial puesto que la mayoría no sigue como tal las reglas que se implementan para evitar contagios masivos en relación a enfermedades que si no son tratadas a tiempo pueden ocasionar la muerte.

Es por eso que es muy importante promover y fomentar acciones que favorezcan la disminución de casos de enfermedades diarreicas, la educación sanitaria como una herramienta en la promoción de la salud se ha constituido en una forma de enseñanza que pretende incentivar a las personas, familias y comunidades a un proceso de cambio de actitud y de conducta, que parte de la detección de sus necesidades y que intenta mejorar las condiciones de salud.

Un elemento muy importante para lograr los objetivos de esta es conocer las actitudes de cada individuo, pues es sobre ellas que se lograrán las modificaciones en los distintos estilos de vida y para lo cual es debidamente fundamental la motivación que se logre alcanzar en las distintas poblaciones con estos padecimientos.

Nosotros como estudiantes de medicina al ser formados como individuos solidarios y con la capacidad de ayudar a los demás tenemos la responsabilidad de fomentar y realizar acciones comunitarias de este tipo con el fin de lograr una mejora de salud en toda la población.

REFERENCIAS

Herrera-Benavente, I. F. (2018). IMPACTO DE LAS ENFERMEDADES DIARREICAS EN AMÉRICA LATINA. *Revista Latinoamericana de Infectología Pediátrica*, 8-16.

OMS. [Internet]. Ginebra: OMS; c2015 [actualizado Abr 2013; citado 06 Feb 2015]. Enfermedades diarreicas. Nota descriptiva N°330]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs330/es/>.

SEP. Guía Informativa para Presidentes Municipales: Enfermedades Diarreicas Agudas y Cólera. Recuperado de: http://www.cenaprece.salud.gob.mx/programas/interior/emergencias/descargas/pdf/guia_presidentes_municipales_edas_colera.pdf.