



MEDICINA HUMANA

Nombre de alumno: Jhonatan Sanchez Chanona

Doctor: Sergio Jiménez Ruiz

Nombre del trabajo: “Enfermedades más frecuentes y estilos de vida”

Materia: Antropología

Grado: 1

Grupo: “B”

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de noviembre de 2020.

ENFERMEDADES MAS FRECUENTES Y ESTILOS DE VIDA

Uno de los principales enfermedades más frecuentes son:

1. Enfermedades cardiovasculares, aquellas que afectan al corazón y los vasos sanguíneos, son, en muchos casos, asesinos silenciosos. En realidad, estas enfermedades son una de las principales causas de muerte en el mundo. Factores como el colesterol o los triglicéridos en niveles altos durante un periodo de tiempo prolongado pueden deteriorar nuestro sistema cardiovascular y provocar o desencadenar este tipo de enfermedades. Los malos hábitos y la obesidad también contribuyen al desarrollo de estas enfermedades.

2. Obesidad, es considerada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una enfermedad y una epidemia. Esta condición viene asociada con multitud de complicaciones para la salud, y los datos científicos evidencian que esta en aumento, especialmente en los países desarrollados. Los malos hábitos alimenticios y la vida sedentaria son algunas de las causas que influyen en su desarrollo; sin embargo, pueden haber otros orígenes como de los factores genéticos.

3. La diabetes, es una enfermedad con una alta prevalencia a nivel mundial. Se caracteriza por una hiperglucemia (alta concentración de azúcar en la sangre) y problemas que derivan de ello. Existen diferentes tipos de diabetes, como diabetes tipo 1 y 2.

igual que la diabetes gestacional.

4: Cáncer, es una de las enfermedades más frecuentes de nuestros tiempos. El cáncer se caracteriza por el crecimiento anormal de células malignas en el organismo. El cáncer puede ser benigno o maligno, y puede ocurrir en diferentes localizaciones del cuerpo: pulmón, colon, próstata, riñón etc.

5: Asma. Esta enfermedad puede tener diferentes grados, y es de tipo crónico. Ocurre en los pulmones cuando los bronquios se inflaman y dificultan la respiración. En casos graves puede ser mortal, pero muchas personas viven una vida normal con esta enfermedad.

6: Caries. Las caries dentales son muy frecuentes entre la población, por lo que están dentro de esta lista de enfermedades por ser una condición muy común. Las caries se producen por que los tejidos de los dientes quedan dañados por la presencia de bacterias y por la desmineralización. Su causa principal es la mala higiene bucal.

7: EPOC, es una enfermedad pulmonar que provoca un daño progresivo en el sistema respiratorio, dificulta y disminuye la capacidad de inhalar aire. Puede originar bronquitis crónica o enfisema, y su causa principal es el tabaquismo.

8: Gripe. Es una enfermedad que en la mayoría de los casos, no representa mayores complicaciones, a excepción de personas vulnerables, un ejemplo son las personas mayores

9: Enfermedades Hepáticas. Son muchas las enfermedades hepáticas, y todas ellas tienen diferentes causas. Pueden ser por virus, en el caso de la hepatitis; por medicamentos o tóxicos como el alcohol, en el caso de la cirrosis hepática.

10: Enfermedades diarreicas.

Se define como diarrea la deposición, tres o más veces al día o con una frecuencia mayor que la normal para la persona. La diarrea suele ser un síntoma de una infección del tracto digestivo, que puede estar ocasionada por diversos organismos bacterianos, víricos y parásitos. La infección se transmite por alimentos o agua de consumo contaminados, o bien de una persona a otra como resultado de una higiene deficiente.

El estilo de vida en las enfermedades cardiovasculares, entre otras, se basa en patrones de comportamientos identificables, determinados por la interacción entre las características personales individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales.

El estilo de vida no saludable es una causa mayor de enfermedades cardiovasculares, es fuertemente dependiente de la edad y con diferencias entre el hombre y la mujer al igual que en la obesidad y la diabetes son provocadas por un estilo de vida no saludable y por no realizar ejercicio

Los estilos de vida en las enfermedades cancerígenas, son los factores de riesgo externos como una vida sedentario, la obesidad o el consumo de alcohol y el tabaco hacen que la enfermedad sea un mayor riesgo para la producción de tumores que afecten la salud del individuo.

En la mayoría de los países de ingresos bajos y medianos, afectados por un incremento de la urbanización y cambios en las condiciones de vida, la prevalencia de enfermedades bucodentales como las caries, se debe principalmente por un estilo de vida poco saludable ya que se consumen bebidas y alimentos ricos en azúcar, así como el consumo de alcohol y de tabaco, también por una higiene bucal inadecuada.

Los estilos de vida para las enfermedades pulmonares obstructiva crónica es un estilo poco saludable ya que consume en mayor cantidad productos como tabaquismo que afectan a su salud generando un mayor daño. En la enfermedad como la gripe, el estilo de vida para la persona es poco higiénica, tocan superficies que podrían estar contaminadas y no se lavan adecuadamente las manos, no se protegen.

El estilo de vida de las personas con enfermedades hepáticas, es poco saludable ya que consumen grandes cantidades de alcohol o drogas o personas con enfermedades

autoinmunitarias, al igual se da a las personas que ingieren agua o alimentos contaminados. En el caso de las enfermedades diarreicas las personas tienen un estilo de vida poco saludable ya que consumen productos no desinfectados o lavados, tienen una mala higiene.

El estilo de vida y la actividad cotidiana pueden condicionar la salud y la enfermedad del hombre, ya sea por el trabajo que realiza, por las características de su nutrición, por su vida sexual, entre otras actividades. Las formas de actividad concreta que integran el modo de vida de la población nos puede facilitar conocimientos que contribuyan a elaborar estrategias y programas para el desarrollo del bienestar social, del trabajo higienico - epidemiológico y la promoción de la salud. El modo de vida ha sido afectada de diferentes formas según la problemática de cada sociedad, pero en casi todas ha repercutido para la salud. Para ello hay que llevar una combinación de factores de un estilo de vida saludable - mantener un peso adecuado, no consumir alcohol, hacer ejercicio físico regularmente, seguir una dieta saludable y no fumar, para lograr reducir las enfermedades que se presentan más frecuentemente.

Armando Corbin, Juan. Enfermedades más comunes y frecuentes; Estas son las patologías que afectan a un mayor número de personas año tras año. Recuperado el 29 de noviembre de 2020 <https://psicologiyamente.com/salud/enfermedades-mas-comunes-frecuentes>

Espinosa González, Leticia. (2004). Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad. Revista Cubana de Estomatología, 41(3) Recuperado en 29 de noviembre de 2020, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072004000300009&lng=es&tIng=es

Rondanelli, Rafael. (Enero 2014). Revista Médica Clínica los Condes; Tema central: Salud del hombre, (69-77) Recuperado el 29 de noviembre de 2020, <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-estilo-vida-enfermedad-cardiovascular-el-S0716864014700136>

Relación entre cáncer y estilo de vida, <https://www.tucanaldesalud.es/es/teinteresa/relacion-cancer-estilo-vida>

Organización Mundial de la Salud, Salud bucodental, Caries dental (25 de marzo de 2020) Recuperado el 20 de noviembre de 2020, <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/oral-health>

Kiefer, Dale. Rose Wilson, Debra. (17 de marzo de 2017) Cambios en el estilo de vida para lidiar con la EPOC, Recuperado el 29 de noviembre de 2020, <https://www.laboratoriochile.cl/cuidados-preventivos/cambios-en-el-estilo-de-vida-para-lidiar-con-la-epoc/>

Luciana de Carvalho; María Cristina Elías. AccessMedicina, Modificaciones del estilo de vida y enfermedades del hígado, Recuperado el 29 de noviembre de 2020, <https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1804§ionid=123174634>