



Nombre del alumno:

Esmeralda Domínguez Gordillo

Nombre del profesor:

Lic. Maricela de la Cruz

Nombre del trabajo: Ensayo

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Trabajo Social en Salud

Bibliografía: Documental "Dulce Agonía "Estragos de la Chatarra

Dulce Agonía

“Estragos de la chatarra”

Cuenta de la historia de don Gonzalo, quien, junto con varios testigos más, comparte los padecimientos que sufre a causa de este problema de salud pública. En él se recaban también las opiniones de más de 20 personas expertas, y se analizan exhaustivamente las maniobras de mercadotecnia que usan la industria refresquera y de comida rápida para “conquistar” a sus potenciales clientes.

La obesidad y la diabetes son una epidemia presente en México y en todo el mundo. La relación de ambos padecimientos es una situación preocupante, el alimentarse correctamente y realizar actividad física son dos de las condiciones para evitar este tipo de enfermedades.

La obesidad consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal y que a su vez aumenta el riesgo de enfermedades y problemas de salud, tales como enfermedad cardíaca, diabetes, presión arterial alta y ciertos tipos de cáncer.

Una de las principales enfermedades a causa del sobrepeso es la diabetes también conocida como una enfermedad silenciosa debido a que la población carece de educación y la información acerca de cómo poder prevenirla además de ser una enfermedad crónica (de larga duración) que afecta la forma en que el cuerpo convierte los alimentos en energía. La mayoría de los alimentos que come se convierten en azúcar y con el paso del tiempo eleva su azúcar en la sangre a un nivel más alto de lo normal. Después de muchos años, mucha azúcar en la sangre puede causar problemas en su cuerpo.

Dulce agonía expone frenar la epidemia que han generado grandes corporaciones del ámbito refresquero y de alimentos chatarras ya que todas esas personas que nos presentan en el documental son personas de edad avanzada, pero que a causa de su enfermedad enfrentan severos problemas de salud que además les representa un gasto que no pueden pagar.

A su vez, la obesidad es uno de los factores principales de padecer diabetes, la cual tiene complicaciones severas como la ceguera, amputación de extremidades, infecciones recurrentes, entre otros.

Fue triste escuchar la historia de don Gonzalo ya que por la falta de dinero y el descuido que tenemos cómo seres humanos decidimos gastar en cosas que no le hacen bien a nuestro cuerpo y que a veces estamos a tiempo de tratarnos pero por la falta de dinero no lo hacemos y cuando menos lo esperamos ya es demasiado tarde y tenemos que tomar la decisión de un si o si para que nos amputen alguna extremidad ya que si no hacemos eso puede que a la siguiente no la podamos contar y que te des cuenta que tienes que levantarte de ahí por que posiblemente tengas una familia por la cual luchar y a quienes mantener. Se valora demasiado aquellas personas que a pesar de que no tienen todas sus extremidades salen en busca de un pan para su familia.

Además que la población no está informada sobre los daños reales que los altos contenidos de azúcar en los alimentos y bebidas generan en el cuerpo y su repercusión en la salud, poco es en realidad lo que la población en general sabe de la diabetes ya que las cantidades reales de insumo de azúcar por producto no están exactamente explicadas en las etiquetas de los productos y a veces vivimos engañados

Por eso es importante cuidarnos en nuestra alimentación e informarnos y si es posible acudir a que nos revisen al centro médico más cercano que tengamos para que después no sea demasiado tarde y aun tengamos tiempo de poder tratarnos y como lo mencionaba anteriormente debemos evitar consumir alimentos chatarra, con exceso de grasas y azúcar, ya que este tipo de alimentos no aportan beneficios a nuestro organismo, solo agregan calorías vacías a nuestra alimentación, lo que también contribuye con la ganancia de peso.

Es muy recomendable ver el documental, porque nos interpela sobre cómo y qué comer en nuestra vida cotidiana.