



Mi Universidad

MAPA COMCEPTUAL

NOMBRE DEL ALUMNO: Paola Berenice Ortiz García

TEMA: Análisis de los principales problemas ecológicos de nuestro tiempo, funciones del agua en la naturaleza, alimentación saludable

PARCIAL: tercer

MATERIA: Enfermería Comunitaria

NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Romelia de León

LICENCIATURA: Enfermería

Análisis de los principales problemas ecológicos de nuestro tiempo.

CONTAMINACIÓN ATMOSFÉRICA.

Contaminantes atmosféricos primarios y secundarios

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.

El nombre de la contaminación atmosférica se aplica por lo general a las alteraciones que tienen efectos perniciosos en los seres vivos y los elementos materiales.

Los principales mecanismos de contaminación atmosférica son los procesos industriales y calefacciones residenciales.

Los contaminantes primarios son los que se emiten directamente a la atmósfera como el dióxido de azufre SO₂ que daña la vegetación y es irritante para los pulmones.

Los contaminantes secundarios se forman mediante procesos químicos atmosféricos que actúan sobre los contaminantes primarios o sobre especies no contaminantes en la atmósfera.

Contaminantes gaseosos: Los más comunes son: el dióxido de carbono, el monóxido de carbono, los hidrocarburos, los óxidos de nitrógeno, los óxidos de azufre y el ozono.

Los contaminantes gaseosos del aire provienen de volcanes, e industrias.

El tipo más común reconocido de contaminación del aire es la niebla tóxica.

Monóxido de carbono: Es uno de los productos de la combustión incompleta. Es peligroso para las personas y los animales.

3.4.2.- Tipos de contaminación.

Contaminantes no degradables: Son aquellos contaminantes que no se descomponen por procesos naturales.

Por ejemplo: el plomo y el mercurio.

Contaminantes de degradación lenta: Son aquellas sustancias que se introducen en el medio ambiente y que necesitan décadas o incluso a veces más tiempo para degradarse.

Contaminantes degradables: se descomponen completamente o se reducen a niveles aceptables mediante procesos naturales físicos químicos y biológicos.

Contaminantes biodegradables: Los contaminantes químicos complejos que se descomponen en compuestos químicos más sencillos por la acción de organismos vivos se denominan contaminantes biodegradables.

3.4.3.- Efectos sobre la salud. Los aumentos en la contaminación del aire se han ligado a quebranto en la función pulmonar y aumentos en los ataques cardíacos.

El nivel de riesgo depende de varios factores: La cantidad de contaminación en el aire, La cantidad de aire que respiramos.

3.4.5.- Contaminación por ruido

El sentido auditivo: El oído es, después de la visión, el órgano sensorial más importante del ser humano.

Se divide en tres partes: oído exterior, medio e interior. El oído es un órgano muy sensible. El ruido se define como la sensación auditiva inarticulada que es desagradable, molesta para el oído.

Se llama contaminación acústica al exceso de sonido que altera las condiciones del ambiente.

El término "contaminación acústica" hace referencia al ruido provocado por las actividades humanas.

Las principales causas de la contaminación acústica son: aquellas relacionadas con las actividades humanas como el transporte, la construcción de edificios, obras públicas y las industrias, entre otras.

3.4.6.- El problema de los residuos.

Dos características de los residuos radiactivos:

- Su gran peligrosidad. Cantidades muy pequeñas pueden originar dosis de radiación peligrosas para la salud humana.
- Su duración: Algunos de estos isótopos permanecerán emitiendo radiaciones miles y decenas de miles de años.

Tipos de residuos radiactivos:

- Residuos de alta actividad: Son los que emiten altas dosis de radiación. Están formados, fundamentalmente, por los restos que quedan de las varillas del uranio que se usa como combustible en las centrales nucleares.
- Residuos de media o baja actividad: Emiten cantidades pequeñas de radiación. Están formados por herramientas, ropas, piezas de repuesto, lodos, etc.

El desmantelamiento de las centrales nucleares produce grandes cantidades de residuos radiactivos de los dos tipos.

3.5.- Funciones del agua en la naturaleza.

3.5.1.- Características y propiedades del agua.

Molecularmente está formada por dos átomos de Hidrógeno y uno de Oxígeno (H₂O). Su estado más común es líquido, pero también puede encontrarse en la naturaleza en estado Sólido(hielo) y en estado gaseoso (Vapor). El agua cubre el 71% de la superficie de la corteza terrestre. El agua potable es esencial para todas las formas de vida. El agua es por tanto un medio irremplazable a nivel molecular para numerosos organismos vivos.

El cuerpo humano está compuesto de entre un 55% y un 78% de agua, dependiendo de sus medidas y complejión. Para evitar desórdenes, el cuerpo necesita alrededor de siete litros diarios de agua; la cantidad exacta variará en función del nivel de actividad, la temperatura, la humedad y otros factores. La mayor parte de esta agua se absorbe con la comida o bebidas, no estrictamente agua, y otros compuestos de la tierra.

3.5.2.- Contaminación de aguas, agentes.

Los efectos de los microorganismos del agua pueden ser inmediatos y devastadores. Los microorganismos son la primera y más importante consideración en la toma de agua potable para el consumo humano. Las impurezas inorgánicas, como la suciedad y los sedimentos, están presentes en la mayoría de las aguas. Estas impurezas pueden consistir en arena fina, arcilla, tierra, sales y precipitados. Los sólidos disueltos son innumerables sustancias que se disuelven, procedentes de las rocas.

Metales tóxicos: Entre las mayores amenazas para la salud son la presencia de altos niveles de metales tóxicos en el agua potable. **Amianto:** Existe como microfibras suspendidas en el agua. **Radiactividad:** Los niveles que plantean graves riesgos para la salud. **Olores y sabores:** Si su agua tiene un desagradable sabor u olor, o más probable es que se deba a una o más sustancias orgánicas procedentes de la vegetación de algas.

3.6.- ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

3.5.3.- Alimentación, nutrición y salud pública.

El estudio de la relación entre la alimentación y la salud abarca los siguientes niveles: 1. Nutrición básica: composición corporal y funciones de los nutrientes y metabolismo energético. 2. Epigenética y nutrigenómica: interacción del medio ambiente nutricional con los genes y nutrición personalizada. 3. Epidemiología nutricional: Determinación de la relación causal entre el binomio salud enfermedad y determinados nutrientes, alimentos y patrones alimentarios.

3.6.1.- Principios de alimentación saludable.

La 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 y en situación de salud. Una dieta saludable tiene que reunir las características siguientes: -Tiene que ser completa: aportar todos los nutrientes que necesita el organismo: rasas, proteínas, vitaminas, minerales y agua. -Tiene que ser equilibrada: los nutrientes deben estar repartidos guardando una proporción entre sí. -Tiene que ser suficiente: la cantidad de alimentos ha de ser la adecuada.

3.6.2.- Los alimentos como mecanismo de transmisión de enfermedades.

Las enfermedades de transmisión alimentaria abarcan un amplio espectro de dolencias y constituyen un problema de salud pública creciente en todo el mundo. La contaminación de los alimentos puede producirse en cualquier etapa del proceso, que va de la producción al consumo de alimentos, y puede deberse a la contaminación ambiental, ya sea del agua, la tierra o el aire. La manifestación clínica más común de una enfermedad transmitida por los alimentos consiste en la aparición de síntomas gastrointestinales. La ingestión de alimentos contaminados puede provocar una insuficiencia multiorgánica, incluso cáncer.

