



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**CAMPUS TABASCO**

**LIC. EN ENFERMERÍA**

**TEMA: ENSAYO**

**NOMBRE DEL ALUMNO: JOSE ALFREDO JIMENEZ MARTINEZ.**

**7 CUATRIMESTRE**

**GRUPO: D**

**DOCENTE: JUANA INÉS HERNÁNDEZ LÓPEZ**

**VILLAHERMOSA, TABASCO A 15 DE OCTUBRE DEL 2021.**

## INTRODUCCIÓN

Este ensayo nos hará comprender la calidad de vida, de qué manera va dependiendo directamente del medio natural y su calidad. La valoración sobre la salud no solo obedece a las necesidades y los conocimientos del paciente, sino también a las condiciones de la vida, trabajo y del medio donde se producen las relaciones humanas. Las tradicionales circunstancias sobre la salud y la enfermedad que no parecen satisfacer las actuales exigencias en la práctica, en el área de enfermería a partir de los avances ocurridos en el área médica. Estos cambios revolucionarios, han provocado, lo que ha sido llamado salto paradigmático o de transición que supone afectará profundamente a los seres humanos en la práctica médica, trascendiendo en sus patologías para llevar acabo las practicas adecuadas. Hoy la participación social de las diferentes áreas de la salud es la creación de su propia salud incluyendo la necesidad de la intervención más activa de ellos en el rol de la terapia y en el cuidado de su salud.

## **EL NIÑO Y LA FAMILIA**

La familia dirige los procesos fundamentales del desarrollo psíquico y la organización de la vida afectiva y emotiva del niño. Ejerce la primera y más indeleble influencia sobre el niño. El niño forma sus primeras relaciones objetuales dentro del seno familiar, estructura su personalidad, se siente protegido y seguro; o bien también puede generar sus angustias y sus inseguridades.

### **COMUNICACIÓN Y CONFLICTUALIDAD**

La salud de la familia deriva, de la salud emotiva y de la madurez de cada uno. Sullivan afirma que la mayor parte de los trastornos son producto de la comunicación inadecuada. El comportamiento de cada individuo, en el seno de la familia, está en relación con el comportamiento de todos los demás miembros. Cada comportamiento es comunicación y, por consiguiente, influye en los otros y a su vez es influido. Por ejemplo, una relación segura y afectuosa entre la madre e hijo, brinda las bases para el desarrollo de una personalidad fuerte y estable. En el matrimonio, la relación y la comunicación son perturbadas o bloqueadas por la interferencia de los distintos conflictos que surgen de los problemas personales no resueltos, de las lejanas vivencias de la infancia, de los distintos valores vividos, y de la proyección de uno sobre otro.

### **EQUILIBRIO FAMILIA**

Una de las causas fundamentales de la crisis familiar es la que se deriva de la condición de desigualdad social, cultural y jurídica entre la mujer y el hombre. Desde el nacimiento, se perpetúan las divisiones, el papel del hombre y de la mujer. De esta manera, se transmite al niño a través de los mecanismos fundamentales del aprendizaje imitación e identificación la diferencia de papeles y se les inculca los estereotipos de hombre y mujer.

### **LA AUSENCIA DE LA AUTORIDAD**

Es, en su estructura, tradición y modo de ser, un campo de autoritarismo. Los padres suelen cambiar frecuentemente la normal autoridad, con autoritarismo, considerándose como una difusa deformación de la autoridad verdadera, la cual se funda en el equilibrio interior y en el juicio sereno y abierto. La educación fundada en el respeto de la personalidad del hijo, es más difícil, exige más tiempo, discusión y persuasión. Una verdadera relación educativa sabe dispensar, en un armónico equilibrio, guía, orden, negaciones y en el momento

oportuno, amor, comprensión y gratificación. Claro, esto sería el modelo de una familia adecuada.

### **El niño y el adolescente**

Los hermanos son las personas con las que compartimos nuestra infancia, adolescencia y nuestra vida familiar, forman parte de nuestro desarrollo y son un punto de referencia para futuras relaciones interpersonales. Sin embargo, no todas las relaciones entre hermanos son iguales, El tipo de relación que se establece entre ellos será influenciada por el número de hermanos, las diferencias de edad, la personalidad, la afinidad e intereses en común, las vivencias que hayan compartido juntos y ciertamente la manera en cómo sus padres, en los primeros años, hayan manejado los conflictos que pudieron haber surgido.

Hay tres aspectos que caracterizan las relaciones entre hermanos en su primera infancia

- La convivencia entre ellos conlleva emociones fuertes y desinhibidas que pueden ser consideradas positivas, negativas o ambivalentes.
- Al compartir gran parte de su tiempo juntos, llegan a establecer una relación íntima, lo que les permite conocerse bien y apoyarse entre sí.
- Hay un trato diferenciado de los padres con cada uno de sus hijos y de ellos con cada uno de sus padres. En los primeros años de vida las diferencias en edad, personalidad y necesidades de cada niño en la familia pueden generar que los hermanos rivalicen entre sí o peleen entre ellos luchando por poder o el control; sin embargo, es natural e incluso puede ser beneficioso que se presenten estas situaciones si logran resolverlas adecuadamente.

### **LAS VENTAJAS DE TENER UN HERMANO**

Cuando los hermanos platican, realizan juegos de simulación, enfrentan desacuerdos y resuelven conflictos entre sí, aprenden de forma segura a comprender lo que otros creen, buscan, piensan, sienten y valoran. Durante estas interacciones desarrollan su habilidad para convivir y compartir con otros, descubren cómo regular sus emociones y aprenden a manejar los desacuerdos de forma constructiva, respetando los sentimientos y pertenencias de los otros y desarrollando su habilidad para convencer a los demás de su punto de vista.

## **MEDIANDO LAS RELACIONES ENTRE HERMANOS**

Como se mencionó anteriormente las discusiones entre hermanos son normales

No siempre es bueno involucrarse en los conflictos que surgen entre los hijos, pues estas son situaciones naturales que pasan en poco tiempo en las que los niños aprenden a generar soluciones constructivas para resolver los problemas y en ocasiones las intervenciones de los padres pueden empeorar los mismos. Si las discusiones no involucran su integridad es conveniente darles su espacio para permitir que las solucionen entre ellos. Gran parte de las acciones que los niños llevan a cabo las aprenden de sus padres y ésta no es una excepción. En general, la manera habitual de arreglar las cosas cuando surgen problemas entre los padres es similar a la manera de actuar de los hermanos cuando enfrentan una situación conflictiva

### **DURANTE TU INTERVENCIÓN**

Promueve que tus hijos resuelvan sus problemas solos y si son muy pequeños, muéstrales diferentes maneras para lograrlo por sí mismos. Una vez que encuentren la solución, dales la oportunidad de ponerla en práctica

## **FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD DEL INDIVIDUO.**

Los factores de riesgo de tipo conductual suelen estar relacionados con «acciones» que el sujeto ha elegido realizar.

### Factores de riesgo de tipo fisiológico

Los factores de riesgo de tipo fisiológico son aquellos relacionados con el organismo o la biología del sujeto. Pueden verse influidos por una combinación de factores genéticos, de estilo de vida o de tipo más general.

### Factores de riesgo de tipo demográfico

Los factores de riesgo de tipo demográfico son los que están relacionados con la población en general

### Factores de riesgo de tipo medioambiental

Los factores de riesgo de tipo medioambiental abarcan un amplio abanico de temas como factores sociales, económicos, culturales y políticos; así como factores físicos, químicos y biológicos.

### Factores de riesgo de tipo genético

Los factores de riesgo de tipo genético se basan en los genes del sujeto. Algunas enfermedades como la fibrosis quística y la distrofia muscular se originan totalmente en función de la «composición genética» del individuo. Muchas otras como el asma y la diabetes reflejan la interacción entre los genes del individuo y factores medioambientales. Algunas enfermedades como la anemia falciforme son más prevalentes en determinados subgrupos poblacionales.

### **MEDIO SOCIAL, DINÁMICA FAMILIAR, FORMAS DE PRODUCCIÓN, MOVILIDAD SOCIAL, PROCESO DE URBANIZACIÓN, SERVICIO SANITARIO ASISTENCIAL Y CULTURAL.**

La socialización es el proceso por medio del cual los niños adquieren conductas, creencias, normas morales y motivos que son el objeto del aprecio de su familia y de los grupos culturales a los que pertenece. Los padres son los agentes principales y más influyentes, aun cuando no sean los únicos, de la socialización, sobre todo, durante los primeros años de su vida, porque mantienen interacciones más frecuentes e intensas con el niño que cualquier otra persona. Tres procesos o mecanismos fundamentales contribuyen a la socialización. Desde un principio, los padres entrenan a los pequeños al recompensar reforzar las respuestas que quieren fortalecer y castigar, y otras respuestas que desean reducir o eliminar

Las relaciones con hermanos y hermanas pueden ser también reguladores importantes de la personalidad y de la conducta social del niño Varias personas que no pertenecen a la familia participan de manera significativa en el proceso de socialización del niño Los contactos de los niños con sus iguales y las influencias que ejercen estos últimos aumentan grandemente durante los años escolares, y los niños buscan activamente sus lugares en el mundo social durante este periodo. El grupo de iguales proporciona oportunidades para aprender e interactuar con los demás, a tratar los problemas personales y sociales que los afecte, y a desarrollar conceptos de sí mismo.

En una etapa más alta digamos la adolescencia el ser humano puede encontrar problemas como los de la ansiedad que van a hacer que la persona se vuelva en términos generales, antisocial, esto incluye a los padres que por excesivo rigor tratan de imponer sus ideales a los niños, dejando a un lado la iniciativa de cada uno de ellos

## **MEDIO AMBIENTE, FLORA Y FAUNA**

El aire interior y exterior y el agua contaminados, la falta de saneamiento adecuado, los riesgos de toxicidad, los vectores de enfermedades, la radiación ultravioleta y los ecosistemas degradados son factores ambientales de riesgo importantes para los niños, y en la mayor parte de los casos para sus madres también. En particular en los países en desarrollo, los riesgos y la contaminación ambientales contribuyen de manera muy importante a la mortalidad, la morbilidad y la discapacidad infantiles asociadas a las enfermedades respiratorias agudas, enfermedades diarreicas, traumatismos físicos, intoxicaciones, enfermedades transmitidas por insectos e infecciones perinatales. La mortalidad y la morbilidad infantiles debidas a causas como la pobreza y la malnutrición también van asociadas a modalidades insostenibles de desarrollo y a la degradación del medio ambiente urbano o rural. a contaminación del aire en locales cerrados asociada a la utilización todavía generalizada de combustibles de biomasa causa la muerte de casi un millón de niños al año, principalmente por infecciones respiratorias agudas. Las madres, que se encargan de cocinar o permanecen próximas al fogón después de haber dado a luz, son quienes corren más riesgo de enfermedades respiratorias crónicas.

### **Las soluciones**

Muchos problemas ambientales y sanitarios tienen soluciones poco costosas. Por ejemplo, con sólo filtrar y desinfectar el agua en el hogar se puede mejorar espectacularmente la calidad microbiológica de ésta y reducir el riesgo de enfermedades diarreicas a un costo bajo. Los hornillos mejorados permiten reducir la exposición a la contaminación del aire en espacios cerrados. Un mejor almacenamiento y una utilización segura de las sustancias químicas a nivel de la comunidad permite reducir la exposición a productos tóxicos, especialmente entre los niños de corta edad que exploran, tocan y saborean lo que encuentran en casa. Está demostrado que la protección personal contra el paludismo mediante la utilización de mosquiteros tratados con insecticida permite salvar vidas infantiles especialmente

## **MEDIDAS PREVENTIVAS**

### **Coma sano**

Lo que usted come está estrechamente ligado a su salud. La nutrición equilibrada tiene muchos beneficios. Realizando elecciones de alimentos más saludables, puede prevenir o tratar algunas afecciones.

### **Haga ejercicio con regularidad**

El ejercicio puede ayudar a prevenir enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes y cáncer de colon. Puede ayudar a tratar la depresión, la osteoporosis y la presión arterial alta. Las personas que hacen ejercicio también se lesionan con menos frecuencia.

### **Proteja su piel**

Utilice protector solar durante todo el año sobre la piel expuesta, como la cara y las manos. Protege su piel y le ayuda a prevenir el cáncer de piel. Elija un protector solar de amplio espectro que bloquee los rayos UVA y UVB. Debe ser al menos un SPF 15. No tome sol ni use cabinas de bronceado.

### **Practique el sexo seguro**

El sexo seguro es bueno para su salud emocional y física. La forma más segura de tener sexo es entre 2 personas que solo tienen relaciones sexuales entre sí. Utilizo protección para prevenir

## **PROGRAMA DE SALUD EN LA ATENCIÓN AL NIÑO Y ADOLESCENTE SANO**

Promoción de la salud Le sugerimos que lea esta sección con su hijo(a), incluso si él o ella ya sabe leer, deje que lo haga y coméntelo. La salud hay que cuidarla, por eso a continuación te damos algunas recomendaciones para que las conserves y te sientas cada día mejor. Alimentación correcta La mejor manera de crecer fuerte, sano, tener energía y aprender mejor en la escuela es teniendo una alimentación correcta. La alimentación debe estar basada en el Plato del Bien Comer (página 60), con horarios fijos, considerar cinco comidas al día (desayuno, refrigerio matutino, comida, refrigerio vespertino y cena) El Plato del Bien Comer se divide en 3 grupos: Verduras y frutas Cereales Leguminosas y Alimentos



de origen animal Si comes de los tres grupos de alimentos tu cuerpo recibirá las sustancias necesarias para crecer y estar sano. Pídeles a tus papás que te combinen los alimentos del Plato del Bien Comer al prepararlos y que sean ricos, atractivos y saludables.

## **VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA**

La vigilancia epidemiológica consiste en la recogida sistemática y continua de datos acerca de un problema específico de salud; su análisis, interpretación y utilización en la planificación, implementación y evaluación de programas de salud. En el ámbito de la salud laboral, por ejemplo, esta vigilancia se ejerce mediante la observación continuada de la distribución y tendencia de los fenómenos de interés que no son más que las condiciones de trabajo (factores de riesgo) y los efectos de los mismos sobre el trabajador (riesgos). El término vigilancia epidemiológica engloba una serie de técnicas con objetivos y metodologías distintas como las encuestas de salud. Existen dos tipos de objetivos: los individuales y los colectivos.

La vigilancia epidemiológica es uno de los instrumentos que utiliza la medicina del trabajo para controlar y hacer el seguimiento de la repercusión de las condiciones de trabajo sobre la salud de la población trabajadora. Como tal es una técnica complementaria de las correspondientes a las disciplinas de seguridad, higiene y ergonomía/psicosociología, la cual actúa a diferencia de las anteriores y salvo excepciones, cuando ya se han producido alteraciones en el organismo. La vigilancia epidemiológica no tiene pues sentido como instrumento aislado de prevención: ha de integrarse en el plan de prevención global. En la actualidad varios autores enfatizan la influencia de los cambios climáticos en los cambios necesarios para la vigilancia de enfermedades transmitidas por vectores como por ejemplo en la distribución de la fiebre del dengue.

## CONCLUSIÓN

En este ensayo se logró conocer que la salud y la enfermedad ha evolucionado en la medida que el hombre ha evolucionado durante el transcurso de la historia y va a depender de las condiciones socioeconómicas de cada sociedad y el medio donde se producen las relaciones humanas. Los cambios en el medio ambiente ocasionados por la influencia del hombre determinan cambios en las condiciones y la calidad de vida de las personas y va a repercutir de forma desfavorable en el proceso salud-enfermedad. Para nosotros en el área médica existen que los dominios como el físico, el biológico y el social se comuniquen entre sí, es preciso enraizar el conocimiento físico e igualmente el biológico, en una cultura, en una sociedad, en una historia, en una humanidad. Como ciencia que le sirvió de fundamento a la medicina, sino que junto a ella aparecieron la epidemiología, la higiene, la inmunología, la sociología, la antropología y la psicología médica, la salud pública y las modernas ideas de promoción y prevención de salud. Estas valoraciones son sólo alguna de las enseñanzas que nos dejó el ensayo, que permiten la argumentación de que se hace indispensable una nueva conceptualización del proceso salud- enfermedad.

## BIBLIOGRAFIA

1. Tacker S. Principles of Public Health Surveillance: Historical Development. Epidemiol Rev. 1988;10:164-90.
2. Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición de los trabajadores al ruido. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene del Trabajo. Madrid: INSHT; 2008.
3. Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con las vibraciones mecánicas. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene del Trabajo. Madrid: INSHT; 2008.
4. Guía técnica para la evaluación y prevención de la exposición amianto durante el trabajo. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene del Trabajo. Madrid: INSHT; 2008.
5. Directrices para la evaluación de riesgos y protección de la maternidad en el trabajo. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene del Trabajo. Madrid: INSHT; 2011.