



Mi Universidad

MATERIA:

ENFERMERIA COMUNITARIA

NOMBRE DEL DOCENTE:

GABRIELA PRIEGO JIMENEZ

TRABAJO:

ENSAYO

NOMBRE DEL ALUMNO:

KARLA DEL ROCIO CHABLE REYES

GRADO: 7TO CUATRIMESTRE **GRUPO:** "D"

LUGAR Y FECHA:

CARRETERA VILLAHERMOSA-AEROPUERTO
KM. 10+400 POB. DOS MONTES A 04 DE DICIEMBRE DEL
2021

LIC. EN ENFERMERIA

INTRODUCCION

En este ensayo hablaremos sobre la ecología y la relación que tiene con la salud ya que estos estudian las interacciones de los organismos vivos y sus ambientes, es decir, los ecosistemas en su relación biológica y social y la forma en que los elementos biológicos, físicos, químicos y sociales del entorno determinan los procesos vitales del ser humano. estudian y los tipos de contaminación que existen, también hablaremos de la contaminación atmosférica y en como afecta en nuestra salud, de igual manera conoceremos las características y las propiedades que tiene el agua así como los tipos de contaminación que existe en el agua también,

ECOLOGIA Y SALUD

En Ecología y Salud, se estudian las interacciones de los organismos vivos y sus ambientes, es decir, los ecosistemas en su relación biológica y social y la forma en que los elementos biológicos, físicos, químicos y sociales del entorno determinan los procesos vitales del ser humano. Se aborda el proceso salud-enfermedad desde el punto de vista multicausal y como un proceso social e histórico determinado por un entorno ecológico, los mecanismos de defensa del individuo y los agentes patógenos que le causan enfermedad.

La ecología es una ciencia que busca identificar y comprender la interacción entre los seres vivos y de estos con el medio físico, incluyendo al hombre como agente cultural y modificador. Este material extra le ayudará a manejar los conceptos básicos de la relación ecología-salud- enfermedad. Basándose en el proceso salud-enfermedad y con la triada ecológica, que nos ayudarán a entender la cadena infecciosa, la relación huésped-parásito, desde diferentes enfoques y con la relación de la ecología con otras disciplinas.

La salud es el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de infecciones o enfermedades, según la definición de la Organización Mundial de la Salud. La cual está estrechamente relacionada con la ecología y medio ambiente. Es un factor predisponente para cualquier proceso infeccioso, es por ello que como profesional de enfermería es nuestra función salvaguardar la salud y prevenir enfermedades, modificando hábitos en los pacientes para disminuir ese riesgo ambiental y así prevenir enfermedades o bien mantener un estado de salud lo más ideal posible.

Pese a la preocupación que ha surgido en los últimos años en torno al medioambiente, los habitantes del planeta Tierra nos enfrentamos a serias amenazas que, de no ser atajadas a tiempo y con soluciones eficaces, podrían poner en riesgo la supervivencia de las especies animales y también de la nuestra

Cambio climático

Se trata de la principal preocupación en este terreno. Los cambios meteorológicos que apreciamos en la actualidad son producto de la acción humana, cuyos métodos están provocando graves daños en los ciclos naturales de la Tierra

Sobrexplotación de los recursos

La sobrexplotación de la Tierra y algunas dinámicas industriales han provocado que los recursos naturales escaseen. No solo se trata de minerales como el hierro, el petróleo o el cobre, sino también de recursos básicos para la supervivencia de nuestra especie como el agua. Esto ha provocado la pérdida de la biodiversidad, la extinción de especies animales y el desplazamiento de millones de personas y familias, que deben migrar a otros sitios para garantizar su seguridad alimentaria y sanitaria

Contaminación

Desde hace algunas décadas, los residuos que generamos sobrepasan la capacidad de la Tierra para eliminarlos. Las basuras en ríos, océanos y suelos están generando graves daños para el equilibrio terrestre, además de los residuos químicos que se mezclan en el aire que respiramos

Calentamiento global

La presencia de elementos químicos en el aire, especialmente cloro y bromo, ha provocado que las moléculas de la capa de ozono se separen y se generen grandes orificios. Esta capa es nuestra principal defensa contra los rayos solares, que de este modo golpean con mayor fuerza en la Tierra y son fuente de enfermedades como el cáncer y el origen de otros desastres ambientales, como el deterioro de grandes extensiones de la tierra, el deshielo de los polos y la sequía de ríos y lagos

Deforestación

Las consecuencias de la destrucción de la capa arbórea de todo el mundo constituye un problema grave con consecuencias múltiples. Dentro de los efectos se encuentra: la reducción de la productividad general de la zona, el suelo está más sujeto a la erosión, se altera el ciclo hidrológico, disminuye en buena medida la biodiversidad y se reducen las reservas de nutrientes y biomasa antes almacenadas en los restos de árboles y hojas.

CONTAMINACION ATMOSFERICA

La contaminación atmosférica es la presencia que existe en el aire de pequeñas partículas o productos secundarios gaseosos que pueden implicar riesgo, daño o molestia para las personas, plantas y animales que se encuentran expuestas a dicho ambiente.

Los principales medios por los cuales se produce contaminación atmosférica se concentran en los procesos industriales en donde se realiza combustión, así como por fuentes móviles tales como los automóviles.

Contaminantes del aire en función del tipo de partícula

En esta sección agrupamos los contaminantes atmosféricos más comunes atendiendo al tamaño de los residuos en suspensión.

Contaminantes gaseosos

- CFC (clorofluorocarburos)
- Monóxido de carbono
- Dióxido de carbono
- Monóxido de nitrógeno
- Dióxido de azufre
- Metano
- Ozono

Partículas sólidas

En lo que se refiere a partículas sólidas en suspensión, se entienden como dañinas todas aquellas con la capacidad de acabar en los alveolos pulmonares.

Contaminantes naturales

Entre los contaminantes naturales destacan el CO₂ y el metano. Como decíamos, aunque su procedencia es natural, la mayor parte del impacto de estos contaminantes se debe a los subproductos de la industria ganadera.

El ozono (O₃) es otro de los principales contaminantes ya que, aunque en las capas más altas de la atmósfera actúa como elemento protector, en los estratos más bajos se trata de un elemento tóxico.

Contaminantes generados por el hombre

Agrupando los contaminantes atmosféricos por aquellos que son producidos por el hombre, destacan los problemas relacionados con el monóxido de nitrógeno y el dióxido de azufre, así como las partículas de metales pesados (residuos típicos de las industrias que trabajan con metales).

Contaminantes primarios

Como contaminantes primarios destacan:

- El metano, actuando como gas invernadero.
- Los aerosoles (CFC), que dañan la capa de ozono.
- El dióxido de carbono (CO₂), también actuando como gas de efecto invernadero.

- Monóxido de carbono (CO), un gas que impide que nuestro organismo capte oxígeno provocando la conocida como "muerte dulce".

Precusores

Definimos como precursores a aquellas sustancias que, no siendo directamente perjudiciales para el medio ambiente, al contacto con el medio generan sustancias nocivas.

- Monóxido de nitrógeno (NO).
- Dióxido de azufre (SO₂).
- Compuestos orgánicos volátiles (COV), sustancias que generan vapores de hidrógeno (H), oxígeno (O), flúor (F), cloro (Cl), bromo (Br), azufre (S) o nitrógeno (N), tales como el tolueno, la acetona, el isopreno, limoneno, clorobenceno y un largo etcétera.
- Amoniaco (NH₃).

Contaminantes secundarios

Los contaminantes secundarios son las sustancias derivadas de la interacción de los precursores con el medio ambiente. Algunas de las sustancias más peligrosas son:

- Ácido sulfúrico (H₂SO₄), sustancia causante de la llamada lluvia ácida.
- Ácido nítrico (HNO₃), otra de las moléculas que provocan la lluvia ácida.
- Trióxido de azufre (SO₃), aerosol ácido muy fino.

Impactos sobre la salud de la contaminación atmosférica

Los principales efectos de la contaminación atmosférica sobre la salud van desde alteraciones de la función pulmonar, problemas cardíacos y otros síntomas y molestias hasta un aumento del número de defunciones, de ingresos hospitalarios y de visitas a urgencias, especialmente por causas respiratorias y cardiovasculares.

Los efectos de las PM sobre la salud se producen a los niveles de exposición a los que está sometida actualmente la mayoría de la población urbana y rural de los países desarrollados y en desarrollo. La exposición crónica a las partículas aumenta el riesgo de enfermedades cardiovasculares y respiratorias, así como de cáncer de pulmón.

Estudios epidemiológicos han revelado que los síntomas de bronquitis en niños asmáticos aumentan en relación con la exposición prolongada al La disminución del desarrollo de la función pulmonar también se asocia con las concentraciones de NO₂ registradas (u observadas) actualmente en ciudades europeas y norteamericanas.

SO₂ puede afectar al sistema respiratorio y las funciones pulmonares, y causa irritación ocular. La inflamación del sistema respiratorio provoca tos, secreción mucosa y agravamiento del asma y la bronquitis crónica; asimismo, aumenta la propensión de las

personas a contraer infecciones del sistema respiratorio. Los ingresos hospitalarios por cardiopatías y la mortalidad aumentan en los días en que los niveles de SO₂ son más elevados. En combinación con el agua, el SO₂ se convierte en ácido sulfúrico, que es el principal componente de la lluvia ácida que causa la deforestación.

El exceso de ozono en el aire puede producir efectos adversos de consideración en la salud humana. Puede causar problemas respiratorios, provocar asma, reducir la función pulmonar y originar enfermedades pulmonares

El principio básico de la política de protección del medio ambiente es el de prevención. Este principio rector de la actuación medioambiental se traduce, respecto a la salvaguarda de la calidad del aire, en minimizar las emisiones a la atmósfera de sustancias contaminantes. También se conoce como la estrategia de reducción en origen. Se trata de abandonar la actitud tradicional de reaccionar ante los problemas de la contaminación después de que hayan salido y sustituirla por la de prevenir estos problemas y evitar que se produzcan. Las ventajas de este enfoque son bastante evidentes y comportan además de un ahorro de recursos, evitar los daños que, en algunos supuestos, pueden tener incluso carácter irreversible. La adopción de medidas preventivas y la racionalización del uso de los recursos pueden hacer compatibles estas dos aspiraciones de la sociedad humana.

EL AGUA

Características

- Es un líquido inodoro: no tiene olor salvo cuando contiene sustancias disueltas. Es insípido, lo que significa que no posee un sabor determinado. Y es incoloro, es decir, no tiene color y, en su estado puro, es completamente transparente.
- Es el solvente universal: en ella se disuelven más sustancias que en cualquier otro líquido.
- El agua común es un excelente conductor de la electricidad, gracias a sus moléculas cargadas eléctricamente.
- El sonido se propaga en el agua sin prácticamente pérdidas, especialmente las frecuencias bajas. Esto permite la comunicación vía sonar, característica de los cetáceos.
- En casi todos sus estados, el agua no puede comprimirse debido a su baja viscosidad.

Propiedades físicas del agua

Algunas de las características del agua desde un punto de vista físico son:

- Su densidad es de 1g/cm^3 , es decir, 1 centímetro cúbico de agua líquida pesa 1 gramo. En cambio, cuando se encuentra en estado sólido la densidad es menor, por eso el hielo flota en el agua.
- Su punto de congelación es a 0°C , mientras que el de ebullición es a 100°C a nivel del mar.
- El agua del planeta está en cambio constante y siempre en movimiento.
- Tiene la capacidad de absorber mucho calor antes de que suba su temperatura. Gracias a esta propiedad, ayuda a regular el cambio de temperatura del aire en las diferentes estaciones del año.
- Posee una tensión superficial muy elevada, y por ello es pegajosa y elástica. Y esta característica del agua es la que permite que algunos insectos como las arañas puedan caminar sobre ella.

Propiedades químicas del agua

- Su fórmula química es H_2O : un átomo de oxígeno ligado a dos de hidrógeno.
- La molécula del agua tiene carga eléctrica positiva en un lado y negativa en el otro, propiedad que ocasiona que sus moléculas se unan entre sí.
- Contiene minerales y nutrientes de gran valor.
- El agua pura tiene un pH neutro de 7: esto significa que no es ácida ni básica.
- Reacciona con los óxidos ácidos, los óxidos básicos y el metal.
- Cuando se une el agua y las sales, se forman los hidratos.

Contaminación del agua

La contaminación de las aguas puede deberse a la presencia de:
Agentes patógenos

En el caso del agua, estos microbios suelen proceder de los desechos de carácter orgánico que se han vertido en ríos, lagos o embalses sin haber sido tratados previamente, y de forma adecuada, para reducir su carga contaminante.

Compuestos químicos orgánicos

Son aquellas sustancias químicas que contienen carbono y han sido fabricadas por el hombre como el petróleo, la gasolina, los plásticos, los plaguicidas o los detergentes. Para que estas moléculas orgánicas se descompongan en el agua, es necesaria la actuación de bacterias que requieren oxígeno, lo que puede provocar que, si el agua se vierte sin depurar, se agote el oxígeno presente en ella, destruyendo como consecuencia las formas de vida acuática existentes.

Desechos orgánicos

Son el conjunto de residuos orgánicos –aceites, grasas, proteínas, entre otros- producidos por los seres humanos o animales. Incluyen heces y otros materiales que pueden ser descompuestos por bacterias aeróbicas, es decir, en procesos con consumo de oxígeno. Cuando este tipo de desechos se encuentran en el agua en altas cantidades, generan que la proliferación de bacterias necesarias para su degradación sea mayor y, por lo tanto, consuman más oxígeno del debido, causando la muerte de las especies.

Sustancias químicas inorgánicas

Se trata de ácidos, sales o metales tóxicos, como el mercurio o el plomo, cuya presencia en el agua en grandes cantidades pueden causar graves daños en los ecosistemas acuáticos, reduciendo la biodiversidad. Proviene de los vertidos domésticos, agrícolas e industriales, que pueden contener distintos compuestos químicos. En ocasiones, son liberados directamente a la atmósfera e incorporados por la lluvia..

Nutrientes vegetales inorgánicos (nitrógeno y fósforo)

El exceso de nutrientes vegetales puede ocasionar un crecimiento excesivo de las plantas acuáticas. Nitratos y fosfatos son sustancias solubles en agua y que las plantas necesitan para su desarrollo. Sin embargo, si se encuentran en una cantidad excesiva, pueden producir un crecimiento desmesurado de las algas y otros organismos, modificando las condiciones del medio al necesitar consumir una mayor cantidad de oxígeno para su desarrollo, y provocando el fenómeno que se conoce como eutrofización de las aguas.

Sedimentos o materias suspendidas

Partículas insolubles de suelo que enturbian el agua y dificultan procesos como la fotosíntesis. La turbidez que provocan en el agua dificulta la vida de algunos organismos y los sedimentos que se van acumulando destruyen lugares de alimentación o desove.

Sustancias radiactivas

Isótopos radioactivos solubles que pueden estar presentes en el agua, derivados de la energía nuclear y de la actividad de centrales termonucleares, y que son perjudiciales para la salud del hombre y de los seres vivos.

Contaminación térmica

Se produce cuando aumenta la temperatura del agua de los ríos o embalses a causa de la liberación de agua caliente procedente de centrales de energía o de actividades industriales, provocando la disminución de la capacidad del agua para contener oxígeno, afectando así a la vida de las especies acuáticas.

CAMPOS DE ACCION DE PROMOCION A LA SALUD

PROMOCIONAR LA SALUD La promoción de la salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente.

PRERREQUISITOS PARA LA SALUD Las condiciones y requisitos para la salud son: la paz, la educación, la vivienda, la alimentación, la renta, un ecosistema estable, la justicia social y la equidad. Cualquier mejora de la salud ha de basarse necesariamente en estos prerrequisitos

PROMOCIONAR EL CONCEPTO Una buena salud es el mejor recurso para el progreso personal, económico y social y una dimensión importante de la calidad de la vida. Los factores políticos, económicos, sociales, culturales, de medio ambiente, de conducta y biológicos pueden intervenir bien en favor o en detrimento de la salud.

PROMOMOCIONAR LOS MEDIOS La promoción de la salud se centra en alcanzar la equidad sanitaria. Su acción se dirige a reducir las diferencias en el estado actual de la

salud y a asegurar la igualdad de oportunidades y proporcionar los medios que permitan a toda la población desarrollar al máximo su salud potencial. Esto implica una base firme en un medio que lo apoye, acceso a la información y poseer las aptitudes y oportunidades que la lleven a hacer sus opciones en términos de salud.

ACTUAR COMO MEDIADOR El sector sanitario no puede por si mismo proporcionar las condiciones previas ni asegurar las perspectivas favorables para la salud y, lo que es más, la promoción de la salud exige la acción coordinada de todos los implicados: los gobiernos, los sectores sanitarios y otros sectores sociales y económicos, las organizaciones benéficas, las autoridades locales, la industria y los medios de comunicación.

CONCLUSION

La profesión y los profesionistas de enfermería enfrentan la necesidad de responder a cambios y demandas que exige actualmente el sistema de salud, esto incluye el medio ambiente y todo lo que represente la ecología y pueda afectar al hombre. El hombre desde que nace entra en contacto con la naturaleza, es decir, inicia su conocimiento sobre todo lo que lo rodea, que va despertando su curiosidad, su interés e incluso su pasión por saber. Sin embargo, estas actitudes y actividades que el hombre va desarrollando, no siempre son benéficas para la naturaleza, prueba de ello es el deterioro del medio ambiente. Nuestros ancestros tenían un respeto y devoción mágica religiosos por la naturaleza, por lo cual la cuidaban y veneraban, pues sabían que era de ahí de donde provenía la base de su alimentación. Actualmente parece que hemos olvidado eso y hemos perdido el respeto que se debe a los recursos naturales, haciendo uso de ellos inmoderadamente, descuidando y agrediendo los tres elementos básicos de nuestro planeta: agua, aire y suelo. 2 elementos básicos de nuestro planeta: agua, aire y suelo. El agua, que es el recurso base para la vida, se encuentra altamente contaminada. En las grandes ciudades el problema radica en el enorme volumen de agua que se gasta por la gran cantidad de gente que hay, difícil de abastecer, y que además genera aguas residuales que difícilmente pueden ser tratadas, originando así el problema de escasez en el medio urbano. Mientras que en el medio rural el problema radica en la afluencia de pesticidas a las cuencas fluviales, en el riego con aguas residuales y en la acumulación de basura. El suelo también está expuesto a diversas formas de contaminación, tanto en el medio rural como en el urbano, ya sea por aguas negras, por plaguicidas, por desechos tóxicos en estado líquido o gaseoso que despiden las fábricas, por el uso constante y desmedido de detergentes, por desechos sólidos y sintéticos, como el plástico, que no se pueden descomponer o los desechos de animales que son arrojados a cielo raso, y la basura que genera desechos residuales que van a las fuentes de agua subterránea y propician, además, fauna nociva. Y del aire ni qué decir, mezclas de gases tóxicos son los que generan enfermedades de tipo respiratorio y mortalidad en pequeños animales

Bibliografía

<http://cbt2chimalhuacan.edu.mx/tigre/cbt2inf/Prog2014/campdisci/6tosem/B6ES.pdf>

<https://blog.oxfamintermon.org/a-que-problemas-ecologicos-nos-enfrentamos-en-la-actualidad/>

<http://archivo.ecodes.org/salud-calidad-aire/201302176117/Impactos-sobre-la-salud-de-la-contaminacion-atmosferica>

https://www.ambientum.com/enciclopedia_medioambiental/atmosfera/control-contaminacion-atmosferica.

<https://www.barin.es/actualidad/2020/tipos-de-contaminantes-del-aire>

<https://www.uv.mx/cendhiu/files/2016/01/2-LECTURA-PROMOCION-DE-LA-SALUD.pdf>