



UNIVERSIDAD DEL SURESTE



CAMPUS TABASCO

TEMA: CUADROS SINÓPTICOS

NOMBRE DEL ALUMNO: URIEL DE JESÚS MARTÍNEZ

HERNÁNDEZ

7 CUATRIMESTRES

GRUPO: D

MATERIA: ENFERMERÍA COMUNITARIA

DOCENTE: GABRIELA PRIEGO JIMÉNEZ

VILLAHERMOSA, TABASCO A 19 DE NOVIEMBRE DEL 2021.

RELACIÓN ENTRE SALUD Y ECOLOGÍA CON EL HOMBRE Y EL MEDIO AMBIENTE

CALIDAD DE VIDA

Es el obtener la satisfacción de las necesidades básicas y fundamentales para el día a día de las personas y grupos.

Es la existencia de infraestructuras físicas, sociales demográficas, laborales, políticas, económicas, comunitarias, entre otras. Estas mejoran el medio de la sociedad para así disfrutar de todos los bienes y

DESARROLLO AMBIENTAL ADECUADO

Es un proceso en el cual la estructura y función de un ecosistema se manipula para distribuir los bienes y servicios que este ofrece.

Este se encarga de minimizar todos los conflictos esenciales en el aprovechamiento en los bienes y servicios.

CALIDAD AMBIENTAL

Es la capacidad del medio ambiente para cumplir con las necesidades y/o deseos de un individuo o de la sociedad en conjunto.

Este cuenta con un conjunto de características físicas, químicas o biológicas del aire, agua suelo y biodiversidad.

ENFOQUE ECOSISTÉMICO DE LA SALUD HUMANA

Permite buscar soluciones que garanticen al mismo tiempo la salud de la sociedad y la del ecosistema.

Para cumplir su función toma en cuenta factores sociales, económicos y culturales esenciales a un ecosistema.

SALUD AMBIENTAL

Es una disciplina que abarca los aspectos de la salud humana, incluyendo la calidad de vida y el bienestar social.

La salud ambiental se determina por factores ambientales físicos, biológicos, químicos, sociales y psicosociales.

PRINCIPALES PROBLEMAS ECOLÓGICOS Y COMO PERJUDICAN LA SALUD

LA CONTAMINACIÓN ATMOSFÉRICA.

Se entiende por contaminación atmosférica a 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, vienen de cualquier naturaleza,

TIPOS DE CONTAMINACIÓN.

Los contaminantes no degradables: Son aquellos contaminantes que no se descomponen por procesos naturales. Por ejemplo, son no degradables el plomo y el mercurio.

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

TIPOLOGÍA DE LA CONTAMINACIÓN

1. Contaminación del agua.
2. Contaminación del aire.
3. Contaminación del suelo.
4. Contaminación lumínica.
5. Contaminación sonora.
6. Contaminación visual.

EFFECTOS SOBRE LA SALUD

Efectos nocivos para la salud Muchos estudios han demostrado enlaces entre la contaminación y los efectos para la salud. Los aumentos en la contaminación del aire se han ligado a quebranto en la función pulmonar y aumentos en los ataques cardíacos.

FACTORES

La cantidad de contaminación en el aire, La cantidad de aire que respiramos en un momento dado, La salud general.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN.

La mejor manera para evitar estos problemas es modificar los factores ambientales que los causan. La ONU y la OMS consideran que para ello se pueden utilizar herramientas que incluyen la tecnología, políticas públicas, medidas de preventivas y de salud pública.

OBJETIVOS DEL MILENIO

Erradicar la pobreza extrema y el hambre. Promover la igualdad de género y potenciación de la mujer. Reducir la mortalidad de la niñez; mejorar la salud materna. Combatir el VIH/SIDA, el paludismo y otras enfermedades. Establecer una alianza mundial para el desarrollo

EL PROBLEMA DE LOS RESIDUOS.

Elementos radiactivos de distinto tipo se emplean en muy variadas actividades. Las centrales de energía nuclear son las que mayor cantidad de estos productos emplean, pero también muchas aplicaciones de la medicina, la industria, la investigación, etc.

CARACTERÍSTICAS

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

**CARTA DE OTTAWA,
PROMOCIÓN DE LA
SALUD SU FUNCIÓN.**

LA SALUD

(OMSS) Define la salud como “el estado de bienestar, físico, mental y social del individuo”, es decir, como el equilibrio entre estos tres componentes y no solo la mera ausencia de enfermedad.

Como una parte de la vida diaria, una dimensión esencial de la calidad de vida. Antonosvky (1987).

Hay que entenderla como una realidad social compleja y como un proceso social-político, y no circunscrita solo a una atención medica reparativa.

**SE
CONSTRUYE**

Como un proceso político y social global que abarca no solamente las acciones dirigidas directamente a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos, sino también las dirigidas a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas, con el fin de mitigar su impacto en la salud pública e individual.

**EL PROBLEMA DE
LOS RESIDUOS.**

De promoción de la salud o salud poblacional, están diseñadas para llegar a toda la población y para influir sobre un rango amplio de los determinantes de la salud.

(Canada Health y OPS/OMS, 2000).

LA ALIMENTACIÓN EL PLATO DEL BUEN COMER Y DEL BUEN BEBER.

NUTRIMENTOS

PROTEÍNAS

Forman y reparan tejidos
Alimentos de origen animal
Alimentos de origen vegetal (leguminosas)

CARBOHIDRATOS

Proporcionan energía
Cereales
Tubérculos
Frutas

GRASAS O LÍPIDOS

Aportan energía
Se recomienda no consumirlos en abundancia
Aceites, ciertos vegetales, semillas

VITAMINAS Y MINERALES

Ayudan a tener un desarrollo saludable y prevenir enfermedades
Frutas
Verduras

EL PLATO DEL BUEN COMER

FRUTAS Y VERDURAS

Frutas: Aguacate, dátil, frambuesa, higo, kiwi, mango, manzana, melón, moras, pera, plátano y uvas. **Verduras:** Acelga, berenjena, boniato, calabaza, cebolla, champiñón, lechuga, patata, pepino, pimiento.

CEREALES

Cebada, arroz integral, alforfón, trigo burgol, mijo, avena, palomitas de maíz, pan, fideos.

LEGUMINOSAS

Alfalfa, chícharo, frijol, alubia, garbanzo, habas, ejote, lentejas, cacahuate y soya.

ALIMENTO DE ORIGEN ANIMAL

Carne roja, pescado blanco, pescado azul, leche, queso, yogur, miel, huevos, marisco, caviar, gelatina, mantequilla, manteca, jamón.

EL VASO DEL BUEN BEBER

- Nivel 1. Agua potable 6 a 8 vasos.
- Nivel 2. Leche y bebidas de soya sin azúcar 0 a 2 vasos.
- Nivel 3. Café y té sin azúcar 0 a 4 vasos.
- Nivel 4. Bebidas no clóricas con endulzante artificial 0 a 2 vasos.
- Nivel 5. Jugo 100% de frutas, bebidas deportivas o bebidas alcohólicas 0 a ½ vaso.
- Nivel 6. Refrescos, agua de sabor 0 vasos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Pasarín MI, Canela Solerc J, Sala Alvarezay C, Escosa Fargaa. Salud comunitaria: una actuación necesaria. Gaceta Sanitaria. 2013;24(4)23-27.
2. Franco Muñoz Nora Eugenia. Reflexiones sobre el cuidado de sí como categoría de análisis en salud. Salud colectiva. 2009;5(3):391-401.
3. Starfield Bárbara. Atención primaria: Una importante colaboradora en la eficacia, la equidad y la eficiencia de los servicios de salud. Informe SESPAS 2012. Gaceta sanitaria. 2012;26:20-6.
4. Díaz Cárdenas Shyrley, Tirado Amador Lesbia Rosa, Vidal Madera Anaya Meisser. Odontología con enfoque en salud familiar. Revista Cubana Salud Pública. 2014;40(3):12.
5. Vásquez Triossi Martha Lucía. Desarrollo conceptual en enfermería: evolución, tendencias y desafíos. Av. Enferm. 2006;24(1):73-80.
6. Rodríguez Jiménez S, Pacheco Arce AL, Ramírez Pérez M. Una mirada fenomenológica del cuidado de enfermería. Ciudad México: Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, Universidad Nacional Autónoma de México; 2014.
7. Velázquez Aznar Anahy, Dandicourt Thomas Caridad. Florence Nightingale. La dama de la lámpara (1820-1910). Revista Cubana de Enfermería. 2010;26(4):166-9. 9. Beltrán Salazar Óscar. Atención al detalle, un requisito para el cuidado humanizado. Index Enferm. 2015;24(1):2.
10. Bueno Robles, Luz Stella. Aspectos ontológicos y epistemológicos de las visiones de enfermería inmersas en el quehacer profesional. Ciencia y enfermería. 2011;17(1):37-43.