



**Nombre de alumno: Karla Paulina López Santis**

**Nombre del profesor: Silvino Domínguez Pérez**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Enfermería del adulto**

**Grado: 6to**

**Grupo: B**

Comitán de Domínguez Chiapas 23 mayo 2022

# Principales factores de riesgos y sus efectos en la Salud del adulto

La Salud y el bienestar se ven afectados por múltiples factores; aquellos relacionados con la mala salud, la discapacidad, la enfermedad o la muerte se conocen como Factores de riesgo.

## Los factores de riesgo

Es una característica, condición o comportamiento que aumenta la probabilidad de contraer una enfermedad o sufrir una lesión.



## Se divide en:

### Tipo conductual:

- Tabaquismo
- Alcoholismo
- Elecciones nutricionales
- Inactividad física
- Pasar mucho tiempo en el sol.
- No haberse vacunado
- Mantener relaciones sexuales sin protección

Suele estar relacionado con "acciones" que el sujeto ha elegido realizar. Puede eliminarse o reducirse.

## Tipo fisiológico :

Relacionados con el organismo o la biología del sujeto.

- Sobrepeso u obesidad
- Presión arterial elevada
- Colesterol y azúcar alto
- F. R. demográfico
- Edad
- Género y Subgrupos

## Tipo medioambiental :

- Acceso a agua limpia
- Riesgos laborales
- Polución del aire
- Entorno Social

Abarcan temas como :

- Factores Sociales, económicos, culturales y políticos, así como Factores físicos, químicos y biológicos.

## Tipo genético :

Selección en las genes del sujeto, enfermedades como :

- Fibrosis quística
- Distrofia muscular
- Asma
- Diabetes
- Anemia

## Riesgo globales de morbilidad y F. demografía.

8 Factores de riesgo más comunes en 2004 Según la OMS

- P/A elevada
- Tabaquismo
- Nivel alto de glucosa
- Inactividad física
- Sobrepeso y obesidad
- Colesterol alto
- Ingesta de alcohol
- Peso bajo en la infancia.



Scribe

# Diabetes Mellitus

## → Desarrollo ←

La diabetes mellitus es un trastorno en el que el organismo no produce suficiente cantidad de insulina o no responde normalmente a la misma, lo que provoca que las concentraciones de azúcar (glucosa) en sangre sean anormalmente elevadas.

La micción y la sed aumentan y se adelgaza.

Es una enfermedad que se produce cuando el páncreas no puede fabricar insulina suficiente o cuando ésta no logra llegar en el organismo porque las células no responden a su estímulo.



- La micción y la sed aumentan y se adelgaza sin pretenderlo.
- Causa otras enfermedades y sensibilidad alterada
- Daña las vasos sanguíneos e incrementa el riesgo de infarto de miocardio.
- El diagnóstico se realiza midiendo la glucemia
- Deben seguir una dieta saludable, baja en carbohidratos refinados (incluido el azúcar).

## Clasificación:

La Clasificación etiológica describe cuatro tipos según las posibles causas:

- DM 1
- DM 2
- DG
- OD

**DM 1:** En la que el Sistema inmunológico del cuerpo ataca las células productoras de insulina del páncreas, de modo que más del 90% de las mismas se destruyen de forma permanente.

**DM 2:** En la que el cuerpo desarrolla resistencia a los efectos de la insulina.

\* En ambos tipos, el nivel de azúcar (glucosa) en la sangre está elevado.

## Causas:

Resultado de alteraciones en vasos sanguíneos. Cuando las concentraciones de glucosa se mantienen altas durante mucho tiempo, los vasos sanguíneos, tanto de pequeño calibre como de gran calibre se estrechan.



## Complicaciones:

- **Complicaciones Vasculares** - Aterosclerosis
  - ↓
  - + Intentos de miocardio
  - \* Accidentes Cerebrales
  - Insuficiencia cardíaca
  - enfermedad renal crónica
- **Problemas infecciosos** - Candidiasis
  - gangrena
  - Osteomielitis
- **Problemas oculares** - Retinopatía diabética
- **Daño hepático** - Enfermedad del hígado graso
  - Cirrosis
  - Biopsia hepática
  - colesterol elevado
- **Daño renal** - enfermedad renal crónica
  - Diálisis
  - trasplante
- **Lesiones nerviosas** - Polineuropatía
- **Atracciones en los pies**

## Tratamiento:

Controlar el nivel de azúcar en la sangre mediante la dieta, medicamentos orales o la insulina. También chequeos regulares.

## Prevención:

- Perder peso y mantenerlo
- Seguir plan de alimentación
- Hacer ejercicio
- NO fumar ni tomar alcohol

# Relación en la alimentación en los Problemas hormonales

Las hormonas están directamente relacionadas con el correcto funcionamiento del cuerpo, por lo tanto lo están con la alimentación. Se ha visto como algunas hormonas están estrictamente relacionadas con nuestra alimentación y apetito.

Nuestra forma de alimentarnos repercute en el equilibrio de estas hormonas. Si nuestra alimentación es deficiente en cuestión de aminoácidos esenciales, ácidos grasos esenciales, el cuerpo la refleja en la estabilidad de las hormonas.



## Propuestas:



- Mantener una alimentación equilibrada y variada, con alimentos de todos los grupos.
- Los hidratos de carbono deben constituir la base de la alimentación.
- Beber agua en cantidades adecuadas.

## Errores en la alimentación:

- Abundancia de alimentos ultraprocesados
- NO consumir suficientes grasas saludables.

## → Relación de hormonas en la alimentación

El cuerpo produce hormonas para regular los sistemas y los procesos fisiológicos, pero los alimentos pueden alterar este sistema. Conoce cómo las hormonas presentes en los alimentos de manera natural pueden contribuir a este ecosistema y disfrutar de una buena salud.



# Carbón Activado

El Carbón activado es un polvo de estructura porosa, que le confiere una elevada capacidad de absorción. Administrado por vía oral, absorbe en su superficie a su paso por el tracto gastrointestinal, fármacos y toxinas, evitando absorción sistémica.

## Uso Clínico

Tiene 3 indicaciones muy diferenciadas:

- Tratamiento de intoxicaciones
- Tratamiento sintomático de las procesos diarreales.
- Alivio sintomático de las gases (aerofagia, meteorismo, flatulencia).

## Contraindicaciones:

- Hipersensibilidad
- Pacientes con vía aérea desprotegida.
- Pacientes con riesgo incrementado de aspiración
- Pacientes con riesgo elevado de perforación gastrointestinal o hemorragia.
- Ingestión de sustancias corrosiva / cáusticas.

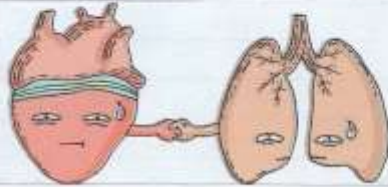
## Efecto Secundario:

- Gastrointestinales: náuseas, vómitos, estreñimiento, coloración negra de heces.
- Oftálmica: abrasión corneal
- Dolor de cabeza
- Respiratorias torácicas y medicamentosa.
- Trastornos del sistema nervioso.



# Paro Cardiorrespiratorio

Pérdida inesperada y repentina de la función cardíaca, la respiración y el conocimiento.



El paro cardíaco suele estar ocasionado por una alteración eléctrica del corazón. No es lo mismo que un infarto. Los síntomas principales son el desmayo y la ausencia de respuesta.

Esta emergencia médica necesita RCP inmediata o el uso de un desfibrilador. El cuidado hospitalario consiste en el uso de fármacos, un dispositivo implantable y otros procedimientos.

Las personas pueden sufrir:



- Areas de dolor: Pecho
- Todo el cuerpo: Aturdimiento ligero, desmayo o síncope.
- También comunes: Dificultad para respirar o palpitaciones.

## Tratamiento:

El tratamiento consiste en procedimientos y cuidados de apoyo:

El cuidado hospitalario consiste en el uso del fármaco, un dispositivo implantable y otros procedimientos.