



Mi Universidad

**NOMBRE DEL ALUMNO: MARIA DHALAI CRUZ
TORRES**

TRABAJO: SUPER RESUMEN 4.3

**MATERIA: ENFERMERÍA DEL NIÑO Y EL
ADOLESCENTE**

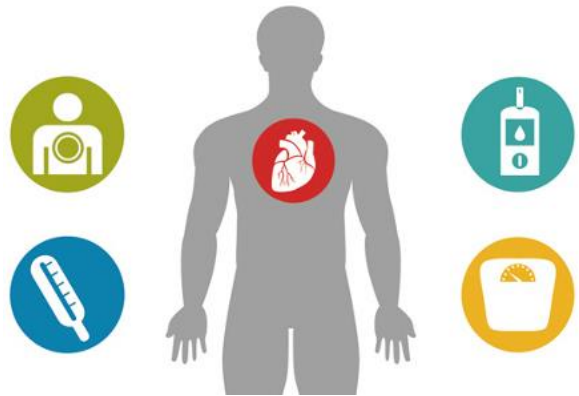
MAESTRA: DRA. ROMELIA DE LEÓN

QUINTO CUATRIMESTRE

4TO PARCIAL

FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD DEL INDIVIDUO

Según la OMS “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Existen diferentes factores de riesgo que pueden poner en peligro la salud de los individuos y día a día nos encontramos expuestos a ellos. Estos pueden dividirse en factores de riesgo tipo conductual, fisiológico, demográfico, medioambientales, genéticos.



- Los factores de riesgo de tipo conductual: suelen estar relacionados con “acciones” que el sujeto ha elegido realizar. Por lo tanto, pueden eliminarse o reducirse mediante elecciones de estilo de vida o de conducta.

- 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.

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

- 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.



Consumo de tabaco

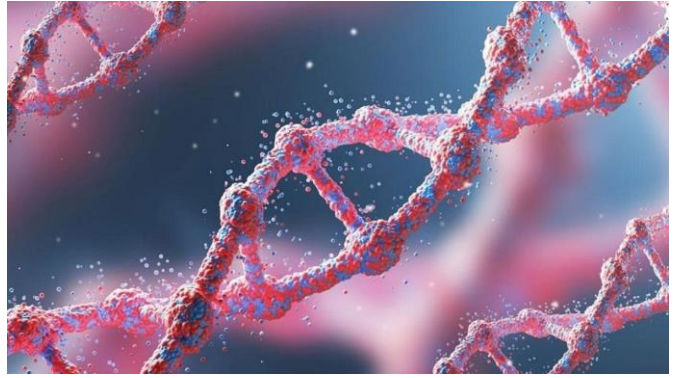
Índice de masa corporal elevado

Ingesta reducida de frutas y verduras

Falta de actividad física

Consumo de alcohol

- 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



Estos factores de riesgo son influidos por diferentes situaciones, por ejemplo, cuando una persona tiene algún pariente que padezca alguna enfermedad que pueda ser heredada, esa persona tiene una alta probabilidad de padecerla en el futuro; si la persona es un adulto mayor, la enfermedad puede ser muy probable en ellos, pues con el paso del tiempo nos volvemos mas vulnerables a contraer diferentes tipos de padecimientos que podrían poner en riesgo nuestra vida. Los factores de riesgo también cambian con la edad. Algunos factores de riesgo afectan casi exclusivamente a niños, como la desnutrición y el humo de combustibles sólidos en interiores. En cuanto a los adultos, existen diferencias considerables dependiendo de la edad: Las relaciones sexuales sin protección y las sustancias adictivas (p. ej. tabaco y alcohol) son responsables de la mayoría de los problemas de salud de los jóvenes. Los factores de riesgo de enfermedades a largo plazo y cáncer afectan principalmente a adultos de mayor edad. También existen diferencias de género. Por ejemplo, los hombres tienen una probabilidad mucho mayor de riesgo debido a factores asociados con sustancias adictivas. Las mujeres tienen tendencia a sufrir déficit de hierro durante el embarazo.

Estos factores de riesgo pueden prevenirse, tratando de evitar realizar actividades que pongan en peligro la salud, evitar consumir alcohol y tabaco o sustancias nocivas, llevar una dieta saludable que este balanceada y con alimentos de todos los grupos del plato del buen comer, consumiendo por lo menos 2 litros de agua al día, entre otros.

