



Mi Universidad

mapa conceptual

NOMBRE DEL ALUMNO: Paulina López Hernández

TEMA: 3 unidad

PARCIAL: 2do

MATERIA: Enfermería comunitaria

NOMBRE DEL PROFESOR: Rebeca Marili Vázquez Escobar

LICENCIATURA: Enfermería

ENFERMERÍA COMUNITARIA

Tipos de contaminación y sus efectos sobre la salud.

¿Que es?

Introducción de sustancias o elementos en un medio que provoca que no sea apto o seguro .

Tipos de contaminación:

Del aire:

Supone la existencia de partículas sólidas, líquidas o gases en el aire que perjudican a los seres vivos

Efectos en la salud:

Puede aumentar el riesgo de infecciones respiratorias, cardíacas y hasta cancer de pulmón

Afecciones respiratorias (asma, bronquitis), enfermedades cardiovasculares, cánceres (particularmente de pulmón)

Del agua:

Se produce en los ríos, lagos y en el mar. Puede deberse a plásticos o vertidos de aguas residuales

Efectos en la salud:

Enfermedades diarreicas, hepatitis, cólera, afecciones cutáneas, problemas neurológicos (por contaminantes como el mercurio)

De la tierra:

Se producen vertidos de productos químicos que se filtran por la tierra y la contaminan.

Efectos en la salud:

Consumo de alimentos contaminados puede llevar a intoxicaciones, problemas reproductivos, defectos congénitos, enfermedades neurológicas y cánceres.

Por basura:

Puede ocurrir que la basura acumulada sea arrastrada por el viento o por el agua y contamine la tierra o los ríos.

Efectos en la salud:

Propagación de enfermedades infecciosas, contaminación del suelo y del agua, afecciones respiratorias debido a la quema de desechos.

Térmica:

Se puede producir por ejemplo un cambio de temperatura en el agua de los océanos debido al efecto invernadero que tengan consecuencias sobre los seres vivos que lo habitan.

Efectos en la salud:

indirectamente puede afectar la salud humana al dañar fuentes de alimentos o agua potable.

Higiene alimentaria

Es

El conjunto de condiciones y medidas que deben de estar presentes en todas las etapas de producción, almacenamiento, transformación, transporte y cocinado del alimento para asegurar salubridad en los alimentos.

Disciplina que trata de asegurar que los alimentos mantengan sus cualidades organolépticas (olor, aroma y textura)

Ejemplos:

- Lavarse las manos
- Lavar los utensilios de cocina
- Lavar frutas y hortalizas
- Proteger alimentos de insectos
- Cocer suficientemente los alimentos

¿Cuales son los beneficios?

Evitas intoxicar a tus clientes

Ahorras dinero al no tener que desechar alimentos en mal estado

Tendrás una mejor organización durante el proceso de producir alimentos seguros

Lavado de manos:

- Es fundamental lavarse las manos con agua y jabón antes de manipular alimentos

- El proceso debe durar al menos 20 segundos, cubriendo todas las áreas de las manos.

Reglas de higiene :

Cocinar bien los alimentos

Consumir inmediatamente los alimentos

Guardar cuidadosamente los alimentos

Evitar contacto entre alimentos crudos y cocinados

¿Cual es su importancia?

Para evitar posibles problemas de salud como para mantener su calidad nutricional

Enfermedades que causa La mala higiene:

Salmonela

Norovirus

Toxoplasma gondii

