



**Nombre de alumno: Carlos Enrique
Maldonado Juárez**

**Nombre del profesor: Felipe Antonio
Morales**

Nombre del trabajo: mapa conceptual

Materia: Enfermería comunitaria

Grado: 7mo

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas

Análisis de los principales problemas ecológicos de nuestro tiempo

Los problemas ambientales se han convertido en una preocupación global,

Ya que nos encontramos lidiando con el cambio climático

La pérdida de biodiversidad, la contaminación del aire y del agua

La deforestación descontrolada y muchos otros desafíos

Contaminación y Salud

La contaminación del aire, agua y suelo puede tener graves repercusiones en la salud humana, provocando enfermedades

Respiratorias, gastrointestinales, cánceres y otros trastornos.

Funciones del agua en la naturaleza

El agua es un elemento de la naturaleza, integrante de todos los ecosistemas

Esencial para el sostenimiento y la reproducción de la vida en el planeta

Ya que forma parte indispensable del desarrollo de los procesos biológicos que la hacen posible.

Sin embargo

La utilización inadecuada y la falta de medidas de protección y conservación han llevado a su contaminación en muchas áreas

Usos del agua

Consumo Doméstico

Agricultura

Uso Ambiental

Alimentación saludable

Es esencial para el bienestar general

El mantenimiento de un peso corporal óptimo

Para así llevar

La prevención de enfermedades

La promoción de una calidad de vida generalmente buena

La Norma Oficial Mexicana (NOM) 043

Es una normativa que establece los criterios para la orientación alimentaria

De esta forma, mejorar su estado de salud.

La norma destaca que la alimentación debe ser:

Completa: Incluir alimentos de todos los grupos

Equilibrada: Consumir los alimentos en las proporciones

Inocua: Consumir alimentos que no representen riesgos para la

Suficiente: Cubrir las necesidades nutricionales de acuerdo con la tapa

Variada: Alternar alimentos de cada grupo en las comidas.

(S/f). Com.mx. Recuperado el 14 de noviembre de 2023, de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/c9f38ed5c9d7547d7ce7e143adbc936-LC-LEN704%20ENFERMERIA%20COMUNITARIA.pdf>