



**Mi Universidad**

**Super Nota**

*Nombre del Alumno:* Jesús Alexander Arismendi López

*Nombre del Tema:* Factores de Riesgo que Influyen en la Salud del Niño y del Adolescente

*Parcial:* 2do

*Nombre de la Materia:* Patología del Niño y del Adolescente

*Nombre del Profesor:* Alfonso Velázquez Ramírez

*Nombre de la Licenciatura:* Lic. en Enfermería

*Cuatrimestre:* 5to

# Factores de Riesgo que influyen en la Salud del Niño y del Adolescente

## Factores de Riesgo

Los factores de riesgo para la salud son aquellos que aumentan la probabilidad de que una persona desarrolle enfermedades, como: la mala alimentación, grasas elevadas en sangre (colesterol y triglicéridos), sobrepeso y obesidad, consumo nocivo de alcohol, el hábito de fumar y la exposición al humo del tabaco, el sedentarismo y la inactividad física



## Mala Alimentación

Existen ciertos alimentos que cuando se consumen en exceso son perjudiciales para el organismo. Exagerar con el consumo de grasa animal y frituras, azúcar común o blanca en todas sus formas, la sal, los productos envasados procesados como las gaseosas, snacks, papas fritas, galletitas, golosinas, masitas, embutidos, puede producir enfermedades.



## Sobre Peso y Obesidad

Es la acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo, que puede ser perjudicial para la salud. Predispone a desarrollar enfermedades como la diabetes, hipertensión arterial y cáncer. La grasa que se localiza a nivel del abdomen es la más perjudicial.

## Sedentarismo

La conducta sedentaria o sedentarismo, es la falta de movimiento durante las horas fuera del horario de sueño a lo largo del día. En tanto que, la inactividad física es el incumplimiento de las recomendaciones mínimas de actividad física para la salud ( $\geq 150$  minutos a la semana en personas adultas).

Presentar una o ambas condiciones predispone al desarrollo de enfermedades: diabetes, enfermedades cardiovasculares, cáncer y obesidad.

Para mantenernos activos se recomienda realizar, al menos, 30 minutos de actividad física, cinco veces por semana





## Salud Mental

En la etapa de adolescencia las patologías mentales constituyen la primera causa de carga de enfermedad puesto que tienden a ser crónicas y se asocian a mal pronóstico si emergen a temprana edad<sup>15</sup>. La OMS indicó que la mitad de los trastornos de salud mental en la adultez iniciaron a los 14 años. La depresión y la ansiedad son algunas de las principales causas de enfermedad y discapacidad en los adolescentes, y un número considerable de defunciones de adolescentes de 15 a 19 años son por suicidio

## Salud Sexual

La sexualidad constituye uno de los aspectos importantes en el desarrollo de un adolescente, es un continuo de comportamientos y actitudes que están motivados por el deseo sexual, y encaminados hacia la gratificación y el placer<sup>16</sup>. En 2018 la OMS señaló que existen 2,1 millones de adolescentes con virus de inmunodeficiencia humana VIH en el mundo<sup>9</sup>. Los adolescentes europeos continúan siendo un grupo vulnerable para la adquisición de enfermedades de transmisión sexual (ETS). Otro de los problemas relacionados con los comportamientos sexuales de riesgo es el embarazo precoz, que ocurre entre los 13 y 19 años.



## Consumo de Alcohol

El consumo de alcohol por este grupo de población es un hábito extremadamente frecuente y se puede afirmar que es la droga más consumida, por lo cual puede afectar:

Agresiones, violencias, alteraciones del orden público

Adopción de conductas de alto riesgo, como conducir tras haber bebido, primera causa de mortalidad en este grupo de edad.

Actividades sexuales de riesgo, que conllevan embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual

Incremento de la enfermedad alcohólica y de serios problemas de dependencia en jóvenes.

Alteraciones en los procesos de memoria y aprendizaje, con cambios cerebrales, tanto a nivel funcional como estructural, y con diferencias del daño observadas en chicos y chicas, producidas por los diferentes patrones de consumo.





## Consumo de Drogas

El cerebro de los jóvenes sigue creciendo y desarrollándose hasta alrededor de los 25 años, incluyendo la corteza prefrontal, que cumple un rol importante para tomar decisiones. Consumir drogas durante la juventud puede interferir con los procesos de desarrollo del cerebro. También puede afectar la toma de decisiones. Es más probable hacer cosas riesgosas, como tener sexo sin protección y conducir peligrosamente.

Mientras más temprano los jóvenes empiecen a consumir drogas, mayores serán las posibilidades de continuar consumiendo en el futuro. El abuso de drogas en la juventud puede contribuir al desarrollo de problemas como enfermedades cardíacas, presión arterial alta y trastornos del sueño.

## Violencia

La violencia interpersonal es una de las principales causas de mortalidad de adolescentes y jóvenes en el mundo, aunque su importancia varía sustancialmente según la región.

La violencia durante la adolescencia también acrecienta el riesgo de sufrir traumatismos, infecciones por el VIH y otras infecciones de transmisión sexual, problemas de salud mental, mal rendimiento y abandono escolares, embarazos precoces, problemas de salud reproductiva, y enfermedades transmisibles y no transmisibles



## Accidentes

En 2019 fallecieron unos 115 000 adolescentes de 10 a 19 años a consecuencia de accidentes de tránsito. Muchos de ellos eran usuarios que presentaban más vulnerabilidad, es decir, peatones, ciclistas o usuarios de vehículos motorizados de dos ruedas.

## REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

1. Buscado en :  
<https://www.mspbs.gov.py/portal/25703/conozca-los-principales-factores-de-riesgo-para-la-salud.html#:~:text=Los%20factores%20de%20riesgo%20para,al%20humo%20del%20tabaco%2C%20el> (10/03/2024)
2. Buscado en :  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-71072020000100058#B16](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072020000100058#B16) (10/03/2024)
3. Buscado en :  
<https://www.sanidad.gob.es/campannas/campanas11/alcoholen-menoresnoesnormal/riesgoeneluso.html#:~:text=Incremento%20de%20la%20enfermedad%20alcoh%C3%B3lica,los%20diferentes%20patrones%20de%20consumo.>(10/03/2024)
4. Buscado en:  
<https://medlineplus.gov/spanish/drugsandyoungpeople.html#:~:text=El%20cerebro%20de%20los%20j%C3%B3venes,afectar%20la%20toma%20de%20decisiones.> (10/03/2024)
5. Buscado en:  
<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>  
Buscado en:  
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000107.htm>  
(10/03/2024)