



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

*Nombre del Alumno: Karla Hernández Yáñez*

*Nombre del tema: Ensayo*

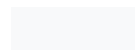
*Parcial: Segunda Actividad*

*Nombre de la Materia: Enfermería del niño y del adolescente*

*Nombre del profesor: María del Carmen López Silba*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: Quinto B*



## Introducción

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.

La inactividad física, con el tiempo, acaba causando aumento de peso, presión arterial elevada y un alto nivel de colesterol. Esta combinación aumenta significativamente la probabilidad de desarrollar enfermedades cardíacas crónicas y otros problemas relacionados con la salud.

Algunos factores de riesgo afectan casi exclusivamente a niños, como la desnutrición, la exposición solar 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.

## PROCESO SALUD-ENFERMEDAD Y FACTORES DE RIESGO QUE INFLUYEN EN LA SALUD

### **Medidas preventivas**

¿Una dieta adecuada puede dar una mejor calidad de vida? Si.

La alimentación adecuada proporciona muchos beneficios, el comer sano se asocia con la salud. Debemos realizar elecciones adecuadas de alimentos para tener una mejor salud, previniendo entonces enfermedades a nuestro organismo. Algunas de estas enfermedades pueden ser: cardiacas, cerebrovasculares y diabetes.

Alimentarse adecuadamente y realizar ejercicio con regularidad, nos puedes hacer perder peso, controlar los niveles de colesterol y prevenir enfermedades cardiacas, tratar la depresión, presión arterial alta e incluso la osteoporosis.

Mantener un peso adecuado es importante para evitar lesiones de huesos como en la columna, cadera o rodillas, como consecuencia tenemos la artritis.

Proteger la piel. La exposición solar durante el día sin protección es dañina para la salud, ya que puede ocasionar cáncer de piel, una manera correcta de protegerla es aplicándose protector solar de alta eficacia, exponer a los niños el menos tiempo posible a los rayos del sol, utilizar ropa que cubra gran parte del cuerpo, ya que son personas que no tienen tanto conocimiento de los cuidados y corresponde a los padres ser quienes los proteja.

### **Programa de salud en la atención al niño y adolescente sano.**

El objetivo de los programas de salud son coordinar estrategias enfocadas a reducir la morbilidad y mortalidad en los menores de 19 años en el país para contribuir en la disminución de la brecha de desigualdad en materia de salud. Una de sus principales estrategias será implementar acciones de prevención, vigilancia y control de nutrición en la infancia y la adolescencia que incluyen las intervenciones del control nutricional, el fortalecimiento del registro relacionado al tema de desnutrición, implementación de acciones de detección, control y seguimiento en niñas, niños y adolescentes

con sobrepeso y obesidad. En esos programas también se definen acciones de orientación alimentaria y activación física, y se coadyuvará en la atención integral del sobrepeso y obesidad en el primer nivel de atención. Se dará prioridad al establecimiento e implementación de acciones preventivas de violencia en la adolescencia y maltrato infantil.

Programas que forman parte de Salud de Infancia y Adolescencia  
Discapacidad

- Nutrición
- Desnutrición
- Obesidad
- Nutrición en Adolescente Lactancia Materna
- Salud Integral del Adolescente
- Salud Integral del Niño
- Vacunación Universal

### **Vigilancia epidemiológica**

Desde años anteriores la vigilancia fue un método de prevención contra algunas enfermedades. Esta consistía en observar la evolución de las personas con enfermedades infectocontagiosas, posteriormente se aplicaba el monitoreo en grupos más grandes como comunidades completas.

Después de la aplicación de la vacuna antipoliomielítica, se realizaba vigilancia también para observar posibles reacciones adversas.

La vigilancia epidemiológica consiste en la recogida sistemática y continua de datos acerca de un problema específico de salud; su análisis, interpretación y utilización en la planificación, implementación y evaluación de programas de salud.

La red nacional de vigilancia epidemiológica conformada incluye en la actualidad, 14 unidades provinciales y 169 unidades municipales, en las que trabajan más de 300 profesionales y técnicos de diversas

especialidades médicas y no médicas (epidemiólogos, bioestadísticos, geógrafos, sicólogos, sociólogos, veterinarios, matemáticos, informáticos, especialistas de la ciencia de la información, entre otros)

Los sistemas de vigilancia epidemiológica son importantes porque:

- Permiten conocer la situación de los problemas de salud de forma más integrada. Mayor nivel de análisis y utilización de la información.
- Previenen y actúan con más precisión y efectividad en las acciones frente a brotes epidémicos y epizooticos.
- Aportan mayor beneficio para la toma de decisiones, con base científica, a los diferentes niveles de las instituciones de salud y del Gobierno.
- Facilitan la formulación de orientaciones sobre bases objetivas, con el fin de prevenir y controlar dichos problemas.

Eventos que determinan la creación de un sistema de vigilancia.

- 1) Enfermedades que ya han sido erradicadas. Ej.: viruela, paludismo, fiebre amarilla.
- 2) Enfermedades que se encuentran dentro de programas de erradicación. Ej.: poliomielitis, dengue, rubéola, parotiditis y sarampión.
- 3) Enfermedades transmisibles de corto período de incubación y alta letalidad. Ej.: cólera.
- 4) Enfermedades no transmisibles de alta mortalidad. Ej.: infarto agudo de miocardio, accidentes, cáncer.
- 5) Factores de riesgo y condiciones de vida. Ej.: hipertensión arterial, hábito de fumar.
- 6) Enfermedades desconocidas. Ej.: polineuropatía epidémica.
- 7) Presencia de sustancias tóxicas en el ambiente que puedan afectar la salud. Ej.: plomo, compuestos órgano-fosforados.

### **Promoción de la salud en el niño**

La Convención sobre los derechos de la niña y niño marca que: Tu hija o hijo tiene derecho a disfrutar del más alto nivel de salud, así como su derecho al descanso, esparcimiento, juego, actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida.

Programa de Acción Específico (PAE) Salud para la Infancia y la Adolescencia 2013-2018

Los padres, acudir a la Unidad de Salud donde tienen derecho a que les brinden herramientas y capacitación de calidad en:

Contra la diarrea y deshidratación, ¡Vida Suero Oral es la solución!

Atención integrada al menor de un año Cuidando de tu bebé.

Infecciones Respiratorias Agudas (IRAS) Con tos y catarro, ¡hay que tener cuidado!

Consulta del niño sano Aprendiendo en la consulta del niño sano.

Programa de vacunación completa.

Nutrición sana

Vigilancia del Desarrollo en la primera Infancia Si felices los queremos ver, en su desarrollo tenemos mucho que hacer.

Prevención de accidentes En la casa y alrededor, la seguridad es lo mejor.

Prevención del Maltrato infantil en el ámbito familiar}

### **Promoción de la salud de los adolescentes**

Esta se basa en fortalecer los factores de protección y prevenirlos de riesgos que modifican positiva o negativamente las características que definen la adolescencia como la búsqueda de la identidad, la búsqueda de la independencia y desarrollo de la creatividad, sensibilidad, proyecto de vida, sexualidad y la educación.

Procesos de construcción social cuyas metas son: fomentar la capacidad de autocuidado, incrementar el número de líderes juveniles, proteger los ambientes de los adolescentes y promover estilos de vida saludables.

Principales conductas de riesgo identificadas en los adolescentes, estas conductas pueden estar influidas por tres factores fundamentales:

- Como pertenencia al grupo, debido a la fuerte dependencia del grupo de pares y la búsqueda de identidad con ellos.
- Como resultado de pequeñas exploraciones en el mundo de los adultos.
- Como expresión de la inseguridad que le produce al adolescente el aceptar que ha dejado de ser niño y que todavía no es adulto.

Los principales problemas de salud en esta etapa de la vida, muchos condicionados por conductas riesgosas, son:

1. Afecciones estomatológicas: caries dentales y periodontopatías.
2. Afecciones ortopédicas.
3. Alteraciones del desarrollo de los caracteres sexuales.
4. Acné juvenil.
5. Obesidad.
6. Trastornos en la adaptación psicosocial

La OMS ha reconocido la singular importancia de la salud y el bienestar de los adolescentes y ha señalado la necesidad de asignar alta prioridad a los programas dirigidos a su fomento y restablecimiento, así como a la prevención de conductas de riesgo y enfermedades que afectan a este grupo, futura población adulta responsable de la producción social y la reproducción humana.

## Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/384f23c8d87f11e494a9609ce78dd6ac.%20ESC>

