



NOMBRE DEL ALUMNO: Eduardo Morales Gonzalez

TEMA: Crisis alimentaria

PARCIAL: II

MATERIA: Enfermeria Comunitaria

NOMBRE DEL PROFESOR: Rebeca Marili Vazquez Escobar

LICENCIATURA: Enfermeria

CUATRIMESTRE: Septimo



HIGIENE ALIMENTARIA

LAVADO DE MANOS

fundamental lavarse las manos con agua y jabón antes de manipular alimentos, después de ir al baño, tras manipular basura, después de tocar animales y siempre que estén visiblemente sucias. El proceso debe durar al menos 20 segundos

LIMPIEZA DE SUPERFICIES Y UTENSILIOS

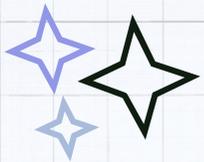
Las superficies y utensilios de cocina deben limpiarse antes y después de su uso, especialmente si se han utilizado para alimentos crudos como carne o pescado.

SEPARACIÓN DE ALIMENTOS

Evitar la contaminación cruzada manteniendo separados los alimentos crudos de los cocidos o listos para consumir.

COCCIÓN ADECUADA

Cocinar los alimentos a temperaturas adecuadas garantiza la destrucción de microorganismos patógenos. Las carnes, aves, pescados y huevos deben alcanzar temperaturas internas específicas para ser seguros para el consumo.



HIGIENE ALIMENTARIA

ALMACENAMIENTO ADECUADO

Respetar las fechas de caducidad y consumo preferente.

No sobrecargar el refrigerador para permitir una circulación adecuada del aire.

DESCONGELACIÓN SEGURA

Descongelar los alimentos en el refrigerador, en agua fría cambiándola cada 30 minutos, o en el microondas. Nunca descongelar alimentos a temperatura ambiente.

CONSUMO DE AGUA SEGURA

Beber y usar para cocinar solo agua potable o tratada.

CUIDADO CON ALIMENTOS DE RIESGO

Ser especialmente cuidadoso al preparar alimentos para grupos vulnerables, como . niños, ancianos, mujeres debilitados.



SEGURIDAD ALIMENTARIA

LOS PILARES DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA

IMPORTANCIA DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA

Disponibilidad: Refiere a la existencia de suficientes alimentos, ya sea por la producción local, importaciones, reservas de alimentos o ayuda alimentaria

Acceso: Las personas deben tener medios para obtener los alimentos, ya sea mediante la compra, el autoconsumo o la ayuda alimentaria.

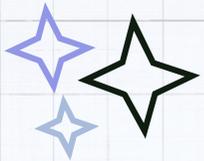
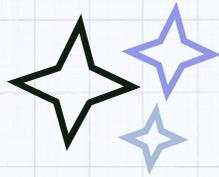
Utilización: Los alimentos consumidos deben traducirse en una nutrición adecuada. Esto implica una dieta equilibrada y diversificada, agua potable, saneamiento adecuado y buenos hábitos de cuidado y alimentación.

Salud: Una alimentación inadecuada puede resultar en desnutrición, que puede ser tanto por deficiencia

Desarrollo: La desnutrición puede tener impactos negativos a largo plazo en la educación y el desarrollo económico de un país.

Socioeconómica: Las crisis alimentarias pueden provocar inestabilidad social y económica, desplazamientos de población y conflictos..

CRISIS ALIMENTARIA Y SALUD PUBLICA



IMPLICACIONES DIRECTAS

Salud mental: Las crisis alimentarias pueden incrementar los niveles de estrés, ansiedad y desesperación

Enfermedades relacionadas con la alimentación: La escasez de alimentos puede llevar a un consumo de alimentos de mala calidad, caducados, o contaminados

IMPLICACIONES INDIRECTAS

Salud mental: Las crisis alimentarias pueden incrementar los niveles de estrés, ansiedad y desesperación
Enfermedades infecciosas: La malnutrición debilita el sistema inmunológico, aumentando la susceptibilidad a enfermedades infecciosas.

Acceso limitado a servicios de salud: En zonas afectadas por crisis alimentarias, los sistemas de salud pueden verse comprometidos o sobrecargados

Conflictos y violencia: La competencia por recursos escasos puede llevar a conflictos y violencia, resultando en traumas físicos y psicológicos, así como en desplazamientos masivos