

Propuesta N°6

Biología 5to 1era

Profesora: Miraglio Claudia

Contacto. 3434250006

ALUMNAS PRACTICANTES: Rocío Iglesias- Escudero Belén

Fecha de entrega: 30 /09/2020

Salud: prevención y promoción

a. Leer:

El concepto de salud fue cambiando a lo largo de la historia. En el pasado predominaba una visión médico-sanitarista y la salud se entendía como la ausencia de enfermedad. En la actualidad, en cambio, la salud es entendida como un derecho. Por eso, se considera como un Proceso Salud-Enfermedad-Atención (PSEA). De esta manera, se contempla a la persona en contexto (su familia, los recursos de los que dispone, el ambiente en que habita y sus costumbres).

La prevención implica anticiparse a la enfermedad. Esto puede realizarse gracias al conocimiento de la historia natural de la enfermedad, para evitar su inicio y posterior progreso. La ciencia ha desarrollado acciones para diagnosticar, prevenir, tratar y modificar artificialmente el curso natural de las enfermedades, a fin de curar, disminuir las secuelas e intentar evitar la muerte del o la paciente.

Existen cuatro tipos de prevención: la primaria, la secundaria, la terciaria y la cuaternaria. Aquí desarrollaremos la prevención primaria, que se encuadra dentro de la Atención Primaria de la Salud (APS). Esta incluye las acciones de promoción de la salud, prevención de la enfermedad y protección de la salud:

- La promoción de la salud busca favorecer y defender el progreso de la salud pública mediante acciones. Por ejemplo, las campañas antitabaco que pretenden prevenir el cáncer de pulmón.
- La quimioprofilaxis consiste en la administración de fármacos que previenen enfermedades. Las vacunas son un ejemplo de quimioprofilaxis
- La protección específica de la salud persigue, por ejemplo, la sanidad ambiental y la higiene alimentaria.

La promoción de la salud intenta favorecer decisiones autónomas que nos permitan mantenernos sanos. Proporciona a los individuos y las comunidades los medios necesarios para ejercer un mayor control sobre la propia salud y así poder mejorarla. Además, constituye un proceso político, social y global que abarca no solamente las acciones dirigidas directamente a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos, sino también las dirigidas a modificar las

condiciones sociales, ambientales y económicas, con el fin de mitigar su impacto en la salud pública e individual.

La prevención es una actividad distinta a la promoción de la salud. Su principal diferencia radica en sus destinatarias y destinatarios: la promoción trabaja con población sana y la prevención, con población enferma o en riesgo de enfermarse.

Diferencia entre prevención de la enfermedad y promoción de la salud

	PREVENCION DE LAS ENFERMEDADES	PROMOCION DE LA SALUD
Destinatarias y destinatarios	Población enferma o en riesgo de enfermarse.	Población sana
Objetivo	Controlar la enfermedad.	Mantener y mejorar la salud
Mayor eficacia	...cuanto más temprano se frena el curso de la enfermedad.	...cuanto más temprano se inicie
Medidas destinadas a	.. Prevenir la aparición y avance de la enfermedad y atenuar sus consecuencias.	Modificar actitudes, conductas y comportamientos que causen la enfermedad.
Motivación	Alta del sistema sanitario y de la población.	Percepción individual de escaso beneficio.

- b. Escuchar los videos
- c. Realizar la actividade:

Actividad 1

Hasta aquí, hemos compartido algunas definiciones y ejemplos sobre la prevención y promoción de la salud. Ahora les pedimos que piensen en algunas acciones concretas que ustedes o sus familias hayan realizado para prevenir o promover la salud. Les proponemos completar el siguiente cuadro con acciones de prevención y promoción relacionadas con los temas: sarampión, caries y COVID-19. También pueden proponer otros temas de salud importantes en el lugar donde viven.

	PREVENCION	PROMOCION
Sarampión	Aplicarse la vacuna	Respetar el calendario de vacunación
Caries dentales		
COVID- 19		

La importancia de los hábitos de higiene. Vías de transmisión de enfermedades comunes

Como vimos, la promoción de la salud abarca las acciones dirigidas a favorecer la incorporación de prácticas individuales y comunitarias saludables, como alimentarse de forma sana; hacer actividad física; no fumar y evitar el humo ambiental del tabaco; entre otras. En ocasiones, algunas de las prácticas cotidianas y aceptadas socialmente pueden llevarnos a la situación de enfermedad. Por eso, conocer las vías de infección puede ayudarnos a prevenir enfermedades.

Las vías de transmisión de las enfermedades infecciosas pueden ser:

- Por contacto directo con otras personas o con objetos infectados. Por ejemplo, la sífilis y la gonorrea que se contagian a través del contacto sexual. También existen enfermedades causadas por hongos, como el pie de atleta; y otras como la lepra o la viruela. El contacto directo se produce al tocar, besar, tener contacto sexual o contacto con secreciones o heridas de una persona infectada.
- Por inhalación. Es el caso de la tuberculosis, la gripe y la COVID-19.
- Por ingestión de alimentos contaminados por microorganismos patógenos, es decir, comidas o líquidos contaminados por recipientes sucios, manos sucias, moscas, ratones o animales domésticos y sus excrementos. Las enfermedades que se transmiten de esta manera son: salmonelosis, causada por la bacteria *Salmonella*; el cólera, que se transmite a través de aguas contaminadas; el síndrome urémico hemolítico, que se transmite a través de un tipo de bacteria *Escherichia coli*; etc.
- Por insectos y otros animales que transportan y transmiten el agente causante de la infección. Los vectores pueden ser animales que, sin padecer la enfermedad, introducen el microorganismo patógeno en un organismo sano. Así se transmite la malaria, el dengue, el chagas, etc.
- Por contacto indirecto a través de objetos inertes. Por ejemplo, la hepatitis o, en algunos casos, el sida, que se transmiten al recibir sangre de una persona infectada o mediante jeringas o bisturís.

Una vez que el agente infeccioso ingresa al organismo, actúa el sistema inmune (también llamado de defensa). Cuando algún virus o bacteria ingresa al cuerpo, el sistema inmunológico lo reconoce como algo extraño y produce proteínas llamadas anticuerpos para deshacerse de él o de ella. Estos anticuerpos se encargan de destruir el germen específico que está causando la infección. A este proceso se lo denomina respuesta primaria. Posteriormente, si esa persona llega a contactarse nuevamente con el mismo microorganismo, su sistema de defensas está preparado para combatirlo, ya que la memoria inmunológica lo reconoce y responde en forma mucho más rápida y efectiva. De esta manera, en la mayoría de los casos, se evita la enfermedad. A esta respuesta se la denomina secundaria. Este complejo mecanismo se denomina inmunidad y es un sistema muy eficiente frente a las enfermedades.

vimos, las acciones que llevemos adelante en lo cotidiano pueden prevenir las infecciones. Por ejemplo, toser o estornudar en el pliegue interno del codo para evitar diseminar alguna infección que pueda encontrarse en período de ventana a través de la saliva que quede en la mano; o lavarse las manos ni bien llegamos a nuestra casa y antes de manipular alimentos.

Si pueden conectarse a Internet, les recomendamos ingresar en el siguiente enlace:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion/alimentos>.

Allí podrán encontrar “Recomendaciones para el manejo higiénico de los alimentos” del Ministerio de Salud de la Nación.

Vacunas: su importancia en la salud pública

a. Leer:

Como vimos con respecto a la Atención Primaria de la Salud (APS), la vacunación es una de sus intervenciones preventivas fundamentales, porque evita que las personas enfermen y favorece la erradicación de enfermedades.

Un poco de historia

La viruela ocupa una posición central en la salud humana y la medicina, por tratarse de una de las enfermedades más mortales que conocen los humanos. También es la única enfermedad que ha sido erradicada con la vacunación. Algunos datos indican que las muertes por viruela, solamente en el siglo XX, sumaron más de 300 millones en el mundo.

La viruela se transmitía por un contacto cercano con las llagas o las gotitas emitidas por la respiración de una persona infectada. La ropa de cama o prendas de vestir contaminadas también podían transmitir la enfermedad. Un paciente seguía siendo foco infeccioso hasta que la última costra se separaba de la piel.

El Dr. Edward Jenner (1749-1823) observó que quienes contraían viruela bovina, al ordeñar vacas, quedaban inmunes a la enfermedad. En 1796, probó su teoría a través de la inoculación con material de una llaga para proteger a una persona contra la viruela. Jenner llamó a ese proceso vacunación, palabra que proviene de vacca, que en latín significa vaca. El trabajo de Jenner condujo a la producción y comercialización generalizada de la vacuna contra la viruela.

¿Qué son y cómo actúan las vacunas?

Las vacunas son sustancias que están compuestas por un tipo de microorganismo completo, una parte de él o un producto modificado de ese microorganismo. También se pueden utilizar virus atenuados. Esto induce en quien los recibe una respuesta que simula la enfermedad natural pero con bajo o escaso riesgo. A este procedimiento se lo denomina inmunización activa, porque el sistema inmunológico o de defensa de cada persona reconoce la vacuna, que tiene las mismas

características del microorganismo original, pero sin producir enfermedad o haciéndolo de manera atenuada.

Existe otra forma de inmunidad que se denomina inmunización pasiva. En este caso, la persona recibe las defensas ya elaboradas; por ejemplo, defensas de la madre al hijo o administración de sueros o gammaglobulinas (proteínas que se encuentran en el plasma sanguíneo). Existe un pequeño porcentaje de personas que no pueden recibir algunas vacunas, porque no desarrollarían inmunidad; por ejemplo, personas con sus defensas alteradas o con su sistema inmunológico inmaduro. Para estas personas, el riesgo de infección es mayor cuanto menos estén vacunados aquellos que viven a su alrededor. Cuando la mayoría de las personas en una comunidad están inmunizadas, aun cuando alguien se enferme, la enfermedad probablemente no se extienda. Si la persona enferma entra en contacto solo con personas que están protegidas, la enfermedad se limitará. A esto se llama efecto rebaño. Cuando una persona se vacuna, se protege a sí misma, a sus hermanas y hermanos, amigas y amigos, compañeras y compañeros de escuela y a las familias relacionadas... Protege también a las generaciones futuras.

b. Realiza la actividad:

Actividad 2

Les proponemos la escritura de un relato o la creación de una historieta. Narren cuatro episodios en los que, a través de una vacuna, se salve al mundo de una enfermedad nueva. Imaginen que son científicos que trabajan con un equipo de médicas, médicos, enfermeras y enfermeros especialmente entrenados para la catástrofe y, como tales, utilizan vocabulario adecuado y mencionan situaciones en las que la ciencia se pone en juego.