Establecimiento: CE.N.S. N° 69 Profesora María del Carmen Caballero Vidal -
Curso: 2° año- Área Curricular: EDUCACION PARA LA SALUD

Escuela: C.E.N.S N° 69

Docentes: María Fernanda Ticle, Elizabeth Urvano.

Cursos: 2° 1° y 2° 3°

Turno: Nocturno **Nivel**: Educación para Adultos

Área curricular: Educación para la salud.

Título de la propuesta: Salud y enfermedad.

Contenidos seleccionados:

- Concepto de salud. Enfermedad. Las acciones de salud. Epidemiologia.

Objetivo: Identificar y diferenciar las acciones de promoción, las de prevención primaria, las de prevención secundaria, las de recuperación, las de rehabilitación y las de reinserción social. Analizar la definición de Salud elaborada por la OMS.

Desarrollo de actividades:

1) Lee el siguiente texto y responde el cuestionario en tu cuaderno: (Texto I)
a. De una definición de OMS y OPS.
b. ¿Cuál es la finalidad de dichas entidades?
c. ¿Cuándo entró en vigencia?
2) Lea e interprete el texto. (Texto II)
a. ¿Cómo define SALUD la OMS y la OPS respectivamente?
b. ¿Qué significa el estado de completo bienestar?
c. Analice la definición de salud de la OMS: ¿Qué relación existe entre salud y enfermedad?
3) Lee el texto “Las Acciones de Salud” (Texto III)
a. ¿Qué son las acciones de Salud? ¿Quiénes lo realizan?
b. Diferencie las distintas acciones de salud. Menciónelas y explique cada una de ellas.
c. De un ejemplo de cada una de las acciones de salud.
d. A partir de lo que ocurre a nivel mundial con el coronavirus, ¿Qué acciones considera Ud. se deberían emplear?
e. Determine el tipo de acción de salud al que corresponde cada actividad:
- Extirpación del apéndice inflamado……..
- Madre cruzando la calzada por la senda peatonal con su niño tomado de la mano……

- Madre explicando a su niño como debe cruzar correctamente la calle……
- Campaña de vacunación antigripal…….
- Atención medica con receta por parte de un medico……..
- Cepillado de los dientes…….
- Terapia física para una persona que ha sufrido una fractura…….
- Programas laborales para personas con discapacidad……

f. ¿Qué diferencias encuentra entre los conceptos de recuperación y rehabilitación?

g. ¿Se puede considerar que siempre una persona recuperada ha restablecido su nivel de salud? ¿Por qué?

4) Realice la lectura del texto “Epidemiologia, Salud Individual y Social” (TEXTO IV)
   a. Define epidemiología.
   b. ¿Cuáles son los factores que tiene en cuenta la epidemiología?
   c. Complete el siguiente cuadro:

CLASIFICACION ENFERMEDADES	CARACTERISTICAS	EJEMPLOS
Epidemia		
Endemia		
Pandemia		

   d. El VIH se ha transformado en una de las mayores enfermedades de la época. La cantidad de casos ha aumentado desde su descubrimiento en los años 80. Desde el punto de vista de las definiciones antes vistas ¿cómo lo calificarías? ¿Por qué?

5) Analice el texto “Enfermedad” y con el realice las siguientes actividades:
   a. Define enfermedad.
   b. Investigue y relacione cada etapa (incubación, preclínico y clínico) con la enfermedad asociada al Coronavirus.
   c. Busque información sobre el mismo: Tipos de coronavirus, lugares de aparición de la enfermedad, modo de transmisión y otra información que considere relevante.
   d. ¿Qué tipo de acción de la salud de las vistas no se tuvo en cuenta y propició la propagación de la enfermedad? Justifique.

   Evaluación:

   ✓ Realización de las actividades en forma prolija, ordenada y sin errores de ortografía en el cuaderno. Elaborar un mapa conceptual sobre lo aprendido en dicha guía para su puesta en común en clase.

Qué son la OMS y la OPS

La **OMS** (Organización Mundial de la Salud) es la autoridad coordinadora de la acción sanitaria en el sistema de las Naciones Unidas. Cuando se creó la ONU (Organización de las Naciones Unidas), en 1945, se postuló la necesidad de establecer una organización mundial dedicada a la salud. La OMS entró en vigencia el 7 de abril de 1948, fecha en que se conmemora cada año el Día Mundial de la Salud.

Su responsabilidad es liderar las actividades relacionadas con la salud en el nivel mundial, configurar la agenda de las investigaciones en salud, establecer normas, articular opciones de políticas basadas en la investigación, prestar apoyo técnico a los países y vigilar las tendencias sanitarias mundiales.

Logo de la OMS.

2. Concepto de enfermedad

ENFERMEDAD es cualquier alteración o cambio de la salud de una persona. Es la pérdida del equilibrio entre los aspectos físico, mental y social de un ser humano.

Etapas de la salud a la enfermedad

Ante la presencia de una **noxa**, el organismo se adapta a ella. En la enfermedad existen distintas etapas:

- **Período de incubación:** es el ingreso del agente al cuerpo, en un primer momento los procesos activos de adaptación no se perciben porque ocurren a nivel de células y tejidos. No se presentan síntomas ni signos, pero puede transmitirse la enfermedad que se está incubando.
- **Período preclínico:** los efectos sobre el organismo no son fácilmente detectables, no se presentan síntomas ni signos de la enfermedad, pero los procesos activos de adaptación se pueden observar a través de técnicas de diagnóstico médico.
  - Un ejemplo es la infección por HIV, el virus que produce el SIDA. Un simple análisis de sangre puede detectar la presencia del virus aún cuando la enfermedad no haya producido síntomas visibles.
  - Los chequeos rutinarios que lleva a cabo el médico (análisis de sangre, orina, radiografías) tienen como objetivo detectar cualquier enfermedad antes de que se produzcan los síntomas.
- **Período clínico:** proceso activo de adaptación se evidencia por la aparición de los síntomas o signos que permiten al médico determinar cuál es la enfermedad que está afectando al individuo.

¿Qué es la salud?

Si les preguntaras a las personas cercanas: "¿Qué es la salud?", seguramente la mayoría respondería que es "no estar enfermo" o "la ausencia de enfermedad". En cambio, si les preguntaras: "¿Y cómo definirías la enfermedad?", la respuesta más probable es: "Enfermedad es no estar sano".

Entonces... ¿salud es no estar enfermo y enfermedad es no estar sano? ¿Cómo dar una definición precisa de estos términos?

La **salud** es considerada en todas las culturas como un bien muy preciado. Sin embargo, no existe consenso a la hora de definir qué se entiende por salud. Por eso decimos que el concepto de salud no es unívoco sino que su significado puede cambiar de acuerdo con los momentos históricos, las culturas, las clases sociales, las perspectivas científicas, etc.

Para unificar criterios, en la actualidad se acepta la definición de una institución internacional especializada en salud: la **OMS** (Organización Mundial de la Salud). ➤ **EN PROFUNDIDAD**

En sus orígenes, la OMS definió la salud como el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad. Casi treinta años después, agregó: "Es el grado en que una persona o grupo es capaz, por un lado, de llevar a cabo sus aspiraciones y de satisfacer sus necesidades y, por el otro, de enfrentarse con el ambiente. En consecuencia, la salud debe considerarse no como un objetivo en la vida sino como un recurso más de la vida cotidiana. La salud es un concepto positivo que comprende recursos personales y sociales, así como capacidad física adecuada".

Revisemos la primera definición. ¿Qué significa completo bienestar? Podríamos decir que el **completo bienestar** es el estado que se logra cuando se tiene un trabajo gratificante, las necesidades básicas satisfechas, se habita en una vivienda digna y se accede al sistema educativo. Se basa en la idea de que las personas se desarrollan a lo largo de su vida en una interacción compleja entre factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales. En consecuencia, la enfermedad no se define solo desde lo biológico e individual, sino que entran en juego factores históricos y sociales.

Por su parte, la **OPS** (Organización Panamericana de Salud) define la salud como la adaptación diferencial (es decir, según las capacidades individuales) de una persona en su medio.

Durante los primeros siglos de su historia, la medicina occidental hizo grandes esfuerzos para conseguir el alivio de los síntomas de la enfermedad, y luego se propuso identificar sus causas para lograr la cura. Pero durante los últimos tiempos se piensa el cuidado de la salud en términos de promoción y prevención. Además, como ya se ha explicado, la salud se entiende en un sentido amplio, que va más allá de lo específicamente biológico y de lo individual. A partir de esta visión compleja se definen las **acciones de salud**. Se consideran acciones de salud todas las medidas que tienden a evitar la manifestación o la propagación, o ambas, de las enfermedades. Estas acciones están dirigidas:

- al **individuo**, en lo que atañe a la atención médica de las enfermedades o a la acción sobre las causas que puedan provocarlas;
- al **ambiente**, en todo lo concerniente al saneamiento o a los factores ambientales que puedan provocar la enfermedad.

Tanto para el análisis como para el diseño de las acciones de salud, se las suele clasificar en acciones de **promoción** y de **prevención primaria, secundaria** y **terciaria** (estas últimas comprenden las acciones de recuperación, de rehabilitación y de reinserción social).

Uno de los instrumentos fundamentales en la promoción y prevención lo constituye la **educación para la salud**. Por medio de la provisión de información, busca, fundamentalmente, fomentar una actitud positiva con respecto a la salud, a la adquisición de **hábitos** y a la **participación** para contribuir a una mejora en las condiciones de vida de las personas y las sociedades. Además, la educación permite evaluar los factores de riesgo en las poblaciones e implementar acciones que permitan el mejoramiento de las condiciones de vida.

¿Quiénes se ocupan de las acciones de salud?

En primer lugar, son los **Estados** los que deben garantizar la salud de sus poblaciones. Para ello, sancionan leyes y desarrollan políticas en pos de la promoción y prevención de la salud. En cada país existen o deberían existir organismos dedicados a la salud pública, como es el caso de los ministerios de salud, los hospitales públicos, las universidades donde se forman los médicos y los centros de investigación.

También hay **organizaciones no gubernamentales** que trabajan en la promoción y prevención de la salud. Muchas veces, lo hacen en distintos países y, sobre todo, frente a eventos como catástrofes naturales o conflictos sociopolíticos. Un ejemplo de esto son las organizaciones Médicos del Mundo y Médicos sin Fronteras. En la página 160 encontrarás una entrevista a un médico de esta última organización. ➤ EN PROFUNDIDAD

Por último, debemos mencionar al **sector privado** o **empresario**, que desarrolla todo tipo de actividades en el campo de la salud: atención, investigación, formación de personal médico, producción de medicamentos, etc. En general, la actividad privada debe ajustarse a las pautas que los Estados imponen a través de las leyes.

Promoción y prevención

La **promoción** es el conjunto de acciones tendientes a disminuir los riesgos y a reducir la propagación de enfermedades a través de la educación y la capacitación. Son acciones fundamentalmente educadoras, y su objetivo es la concientización y la difusión de las formas de prevenir las enfermedades y de actuar cuando ellas se producen. Están dirigidas a los individuos o a las poblaciones sanas. Estas medidas tienden a asegurar la igualdad de oportunidades y proporcionar los medios que le permitan a toda la población tener los conocimientos básicos sobre la salud y la enfermedad, someterse a controles médicos periódicos mientras se está sano y colaborar con las acciones de promoción para mejorar las condiciones sanitarias de la comunidad.

El nivel de la **prevención primaria** incluye el conjunto de actividades sanitarias que deberían realizar los gobiernos y la comunidad en general para evitar que aparezca una enfermedad en individuos o poblaciones sanos, aparentemente sanos o en riesgo de enfermar. Como ya viste, no se trata solo de la salud o la enfermedad en un marco estrictamente biológico sino que apunta al bienestar integral de la población.

La higiene personal es fundamental para prevenir enfermedades.

La detección de factores de riesgo y protectores (sobre los que vas a leer en el capítulo siguiente), permite tomar medidas con anticipación para evitar el problema. En ese sentido, la prevención primaria comprende la higiene personal, la vacunación, la sanidad ambiental, etc. Algunas de las actividades se focalizan en el medio ambiente, y otras, en los individuos, como es el caso de las vacunas. Dentro de la educación sanitaria puede mencionarse el cuidado del recién nacido, la crianza de los niños, la alimentación balanceada y la prevención de accidentes. ➤ **En profundidad**

Las acciones de **prevención secundaria** comprenden el desarrollo de programas que permitan un diagnóstico temprano de las enfermedades y la aplicación de un tratamiento adecuado. El diagnóstico temprano incluye los planes epidemiológicos a nivel poblacional para detectar enfermedades en estado incipiente y con esto trabajar en la disminución de las tasas de mortalidad a partir de tratamientos aplicados a tiempo.

El nivel de la **prevención terciaria** comprende desde la aparición de la enfermedad y la necesidad de aplicar tratamientos para intentar curarla o paliarla hasta el restablecimiento del completo bienestar de la persona o la población afectada. Abarca tres etapas:

- La **recuperación**, que comienza cuando se manifiesta la enfermedad y se acude a la consulta médica. Un tratamiento eficaz, en algunos casos, puede lograr la recuperación.
- La **rehabilitación**, que tiende a restituir en las personas las capacidades físicas, psíquicas o sociales que pudieron haber sido alteradas por una enfermedad o accidente. Debe permitir que se desarrollen las habilidades para vivir con autonomía social y económica, aun en un estado de salud diferente.
- La **reinserción social**, que es la fase que complet la rehabilitación. Requiere de la participación de l comunidad y de una actitud que rechace los prejui cios y la aceptación basada en la compasión.

otocopia. Ley 11.723

Epidemiología: salud individual y social

Ya Hipócrates (460-370 a. C.), considerado el "padre de la medicina" y del que hablamos en el capítulo 1, había propuesto que las enfermedades tenían relación con el ambiente. Y esto ocurrió hace 2.400 años...

En la actualidad, la **epidemiología** es la disciplina científica que estudia las causas, la distribución, la frecuencia, las relaciones y el control de los factores que se relacionan con la salud y con la enfermedad en la población humana.

En los estudios epidemiológicos se tienen en cuenta, entre otros, los **factores ambientales y sociales** (por ejemplo, la contaminación de las aguas de un río cercano a un poblado por la falta de control sobre el modo de producción de una industria), continuando la línea planteada por Hipócrates tanto tiempo atrás.

Los métodos de trabajo de la epidemiología son cruciales para poner en práctica, por ejemplo, las campañas de vacunación y otras políticas sanitarias de salud pública. ¿Cómo comienza un estudio epidemiológico? En primer lugar, se realiza el **diagnóstico de una comunidad**; este permite obtener información acerca de los grupos de la población que tienen más riesgo de contraer una enfermedad determinada. De esta forma, se puede predecir la frecuencia de aparición de la enfermedad, las medidas que se toman para curarla, por ejemplo, medidas terapéuticas (los medicamentos), de control y saneamiento que deben aplicarse, etcétera.

Epidemias, endemias y pandemias

Tal vez estés preguntándote por qué esta disciplina de la que estamos hablando se llama "epidemiología". Recibe este nombre porque en su origen estudiaba solo las **epidemias**, término que proviene del griego *epi*, "sobre", y *demos*, "pueblo", y hace referencia a la aparición súbita de una enfermedad, que ataca a un gran número de individuos que habitan una región determinada. Para que una enfermedad sea considerada una epidemia, la cantidad de afectados debe superar el número habitual de casos esperados. Como ejemplos de epidemias en nuestro país se pueden mencionar la de poliomielitis, ocurrida en el año 1956; la de cólera, que comenzó en 1992 y, según la Organización Panamericana de la Salud (PAHO), se extendió hasta 1999, y la de dengue que en 2016 supera 2,5 veces más casos que la epidemia de 2009, según datos oficiales.

- Si una enfermedad persiste durante años en un lugar determinado, ya no se habla de epidemia sino de **endemia**. El número de afectados puede ser elevado. Una endemia es, entonces, una enfermedad "crónica" en una zona determinada. En nuestro país, el mal de Chagas-Mazza (que veremos en la página 35) y la fiebre hemorrágica argentina se consideran endemias.
- Cuando una enfermedad se extiende a través de varios países y continentes y supera el número de casos esperados, se habla de **pandemia**. La peste bubónica y la viruela son ejemplos históricos de pandemias, y el sida es el caso más actual.