

Escuela: CENS Valle Fértil

Docente: Fabiana Tejada

Año: 2°

Nivel: Educación de Adultos

Área Curricular: Educación para la Salud.

Título de la propuesta: El proceso de salud y enfermedad. Noxas, concepto y clasificación. Virus, bacterias, hongos. Las defensas de nuestro organismo. Barreras primarias, secundarias y terciarias. Acciones de Salud.

CONTENIDO:

Repaso de contenidos teóricos, para reforzar los conocimientos que se adquirieron con la realización de las Guías anteriores.

LA SALUD

La salud desempeña un papel fundamental en la calidad de vida de la gente, por lo que es muy importante valorarla, tratando de cultivar conductas sanitarias positivas que redunden en nuestro propio beneficio y en el de las personas con las que nos vinculamos permanentemente. Cuidar de nuestra salud, preservar el ambiente que nos rodea y favorecer las acciones de bien común constituyen la responsabilidad de todos.

¿Qué es la salud? La OMS fue fundada el 7 de abril de 1948 en el marco de la ONU. Desde sus inicios, cumple la misión de preservar la salud de las Naciones y mantenerla en su más alto nivel; en su declaración de principios pueden apreciarse los altos fines para los que ha sido creada:

- El ser humano tiene derecho a gozar del más alto nivel de salud.

- La salud de los pueblos es fundamental para el logro de la paz y la seguridad y depende de la cooperación de los individuos y de las Naciones.
 - La educación y la cooperación activa del público son de gran importancia para el progreso de la salud de los pueblos
 - Los gobiernos tienen la responsabilidad de velar por la salud de sus pueblos.
- La OMS elaboró una definición de salud que figura en el preámbulo de su constitución. “Salud es el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solo la ausencia de enfermedad o de invalidez”.

En definitiva la salud debe ser considerada tanto un **derecho individual** como una **responsabilidad social**, y es fundamental valorarla cuando se la posee en plenitud y no cuando se padece de alguna enfermedad.

DE LA SALUD A LA ENFERMEDAD

La **enfermedad** es cualquier alteración de la salud de un individuo, es decir, la pérdida del equilibrio entre los aspectos físico, mental y social.

El hombre nace con un caudal de salud condicionado por su genoma y posee una extraordinaria capacidad de adaptación al ambiente, aunque, en la actualidad, la rapidez de los cambios sobrepasa considerablemente dicha capacidad de adaptación.

El individuo sano está sometido a la influencia de muchos **agentes patógenos**, llamados también **noxas** (virus, bacterias, problemas laborales, ruido, *smog*, etc.). Si el organismo logra adaptarse a la influencia de las noxas, mantiene su estado de salud; de lo contrario, sobreviene la enfermedad.

¿Cuáles son las principales etapas que van de la salud a la enfermedad?

El organismo reacciona ante las noxas mediante procesos activos de adaptación.

- El **período de incubación** incluye procesos que ocurren a nivel de las células y tejidos, que no llegan a ser identificados.
- El **período preclínico** comprende los procesos que tal vez se lleguen a descubrir si se emplean las técnicas y tecnologías adecuadas.
- El **período clínico** abarca todos los mecanismos que se descubren por la aparición de signos o síntomas visibles de la enfermedad.

Una vez manifestada la enfermedad, pueden ocurrir cuatro situaciones:

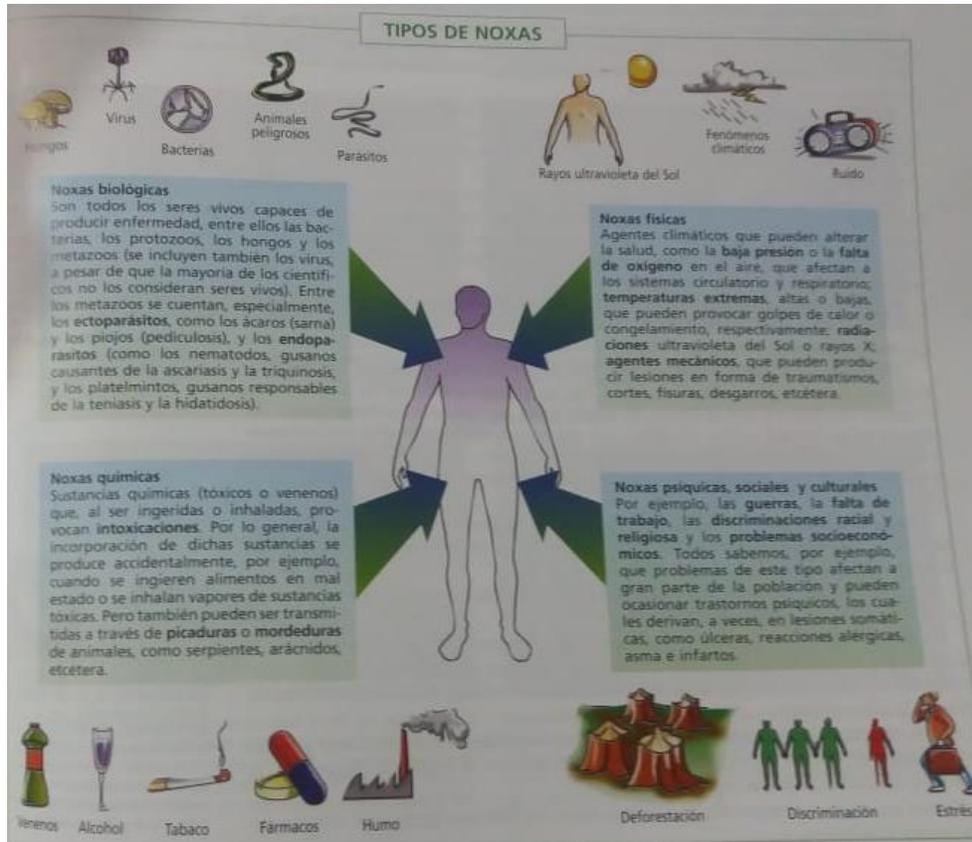
- Recuperación integral de la salud sin ninguna secuela.

- Recuperación integral de la salud con secuelas transitorias.
- Recuperación integral de la salud con secuelas permanentes.
- Si la salud no se recupera, la enfermedad se agrava y puede, incluso, sobrevenir la muerte.

Noxas: concepto y clasificación

Las **noxas** o agentes patógenos, a los que también se conoce como agentes etiológicos, pueden causar daño a nuestro organismo y provocar una enfermedad. Las noxas se transmiten a las personas desde un ser vivo o desde cualquier otro elemento del ambiente en el que se encuentran. Se reconocen así, dos vías de transmisión: directa e indirecta. La **transmisión directa** es la transferencia de la noxa sin intermediarios, del individuo enfermo al sano: por ejemplo, al besarse, a través de las relaciones sexuales, por contacto con las microgotas que despiden al toser o estornudar.

La **transmisión indirecta** se produce cuando el agente patógeno pasa al individuo sano a través de un intermediario, que puede ser otro ser vivo, o un elemento no vivo del ambiente (agua, suelo).



Tipos de noxas: biológicas, químicas, físicas, psíquicas, sociales y culturales.

Las **noxas biológicas**, conocidas también como agentes patógenos (del griego Pathos=enfermedad y Genas=origen). Éstas noxas actúan como causales de enfermedades. Entre ellas encontramos: virus, bacterias, hongos y protozoos.

ACTIVIDAD N° 1

- a- Transcriba el concepto de Salud y de enfermedad.
- b- Defina virus, bacterias y hongos.

Las defensas de nuestro organismo

Nuestro cuerpo posee una serie de barreras defensivas que cumplen la función de impedir la entrada y el desarrollo de los agentes patógenos que provocan la enfermedad.

Barreras primarias

La barrera primaria más importante del cuerpo es la piel, ya que impiden que los microorganismos presentes en el agua, aire y suelo que nos rodea ingresen en nuestro organismo; a su vez, la piel también posee glándulas sudoríparas y sebáceas que producen sustancias levemente ácidas, como el sudor que impide el desarrollo de ciertas bacterias sobre la superficie corporal. Para que la piel cumpla con su función, es importante mantenerla limpia y sana.

La piel que recubre los orificios corporales (boca, fosas nasales, orificios urogenitales, etc.) se denomina mucosa, ya que sus células producen mucus, que es una sustancia a la que se adhieren los microorganismos para ser expulsados al exterior. Otras secreciones que tienen función defensiva son las lágrimas y la saliva, que producen sustancias antimicrobianas. Algunos jugos digestivos como el ácido clorhídrico del estómago eliminan a los microorganismos presentes en los alimentos. Si un microorganismo atraviesa la barrera exterior, encuentra otras líneas defensivas constituidas fundamentalmente por los glóbulos blancos o leucocitos del sistema inmunológico.

A modo de ejemplo: un tipo de defensa muy especial lo constituyen las bacterias que forman la flora intestinal y vaginal; son colonias de bacterias normales que, al desarrollarse dentro de estas cavidades, impiden que sean colonizadas por otros microorganismos indeseables

Los glóbulos blancos

Los glóbulos blancos presentes en la sangre y linfa, son células encargadas de la defensa de nuestro organismo. Hay tres tipos de leucocitos: los granulocitos y monocitos, que son capaces de capturar y destruir distintos microorganismos y los linfocitos, capaces de generar anticuerpos que neutralizan microorganismos específicos y general inmunidad en el organismo.

Barreras secundarias

Si se produce un corte en la piel, las células lesionadas liberan inmediatamente una sustancia química llamada histamina, que produce la dilatación de los vasos sanguíneos cercanos a la herida, esto determina un incremento del flujo sanguíneo en la zona, por lo que se pone roja y caliente, esta manifestación se denomina respuesta inflamatoria.

Los granulocitos y monocitos, se abren pasó a través de las paredes dilatadas de los vasos y se agolpan en el sitio de la lesión, allí reconocen a los agentes patógenos (bacterias) y los fagocitan, es decir, los engloban dentro de su citoplasma y los destruyen atacándolos con enzimas digestivas (presentes en los lisosomas). Estas barreras constituyen defensas inespecíficas ya que atacan a cualquier tipo de agente patógeno.

Barreras terciarias

Estas últimas barreras defensivas están a cargo de dos tipos de leucocitos: los linfocitos B y los linfocitos T.

Linfocitos B se caracterizan por producir anticuerpos, también llamados inmunoglobulinas, que son grandes proteínas que se forman cuando nuestro cuerpo entra en contacto con una proteína externa, ya sea bacteriana, viral, etc, llamada antígeno. El anticuerpo tiene una estructura tridimensional que engarza perfectamente con la estructura del antígeno (como una llave con su cerradura), de esta forma, el anticuerpo reconoce y se une al antígeno interfiriendo con su acción y destruyendo la partícula extraña.

Es importante destacar que los anticuerpos permanecen en los linfocitos aún después de eliminar las partículas las extrañas, de manera que, si se produce un nuevo contacto con el mismo antígeno, los linfocitos generarán anticuerpos en más cantidad y con más rapidez, a este fenómeno se lo conoce como memoria inmunológica.

Este es el principio de acción de las vacunas, al inyectar los virus y bacterias desactivados, nuestro cuerpo fabrica los anticuerpos específicos, si esa gente toma contacto con ellos en el futuro, nuestros linfocitos tendrán la memoria inmunológica para defendernos.

Los linfocitos T, por su parte, actúan reconociendo a los antígenos y estimulando a los linfocitos B a que actúen.

Estos procesos, llamados en su conjunto respuesta inmunológica, son, como vemos, defensas específicas, ya que, para cada tipo de antígeno, existe solo un tipo de anticuerpo.

ACTIVIDAD N° 2

- a- Buscar en el diccionario o en la web la definición de inmunidad y transcribala.

- b- Relea “Las defensas de nuestro organismo”, señale en el texto las ideas principales y secundarias y elabore un esquema que le permita sintetizar los conceptos tratados.

Acciones de Salud

La salud es considerada uno de los derechos fundamentales del hombre. Es por lo tanto una obligación, hacer lo posible para estar sanos y no provocar enfermedades a los demás. Todas aquellas acciones tendientes a cumplir con este propósito, son las llamadas **acciones de salud**, dentro de las que podemos mencionar cuatro:

- Acciones de promoción o fomento de la salud.
- Acciones de prevención o protección.
- Acciones de recuperación.
- Acciones de rehabilitación.

ACTIVIDAD N° 3

- 1- Busque un folleto o invente uno que hable sobre promoción de salud.
- 2- Teniendo en cuenta la situación actual de la pandemia de Covid19, nombre acciones prevención.
- 3- Teniendo en cuenta los conceptos de recuperación y rehabilitación, de un ejemplo de cada uno de ellos.
- 4- Investigue sobre la vida y obra de personas celebres que hayan padecido algún tipo de discapacidad.