

UNIDAD 4: LA SALUD Y ENFERMEDAD.

1.- SALUD Y ENFERMEDAD.

Según la OMS, la **salud** es el estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad.

La salud va a ser por tanto el resultado de distintos factores:

- Ambientales: físicos, químicos, biológicos, socioculturales.
- Responsabilidad personal: estilos de vida saludables.

Enfermedad: Alteración de la salud del individuo debido a cualquier alteración de los 3 aspectos de la salud (físico, mental o social).

Podemos diferenciar atendiendo a esto aspectos, tres tipos de enfermedades:

- Enfermedades físicas:
 - Infecciosas: causadas por algún agente patógeno.
 - No infecciosas: debidas a una lesión, alteración funcional o proceso degenerativo.
- Enfermedades mentales:
Alteraciones cerebrales y de la conducta.
- Enfermedades sociales:
Provocadas por algún entorno desfavorable. Ej: drogodependencias, enfermedades profesionales.

Estos 3 tipos de enfermedades se relacionan estrechamente, ya que una persona sometida a un entorno social negativo puede desarrollar más fácilmente algún trastorno mental o algún trastorno funcional.

2.- ENFERMEDEDES INFECCIOSAS.

Causadas por **agentes patógenos** (seres vivos capaces de provocar enfermedades). Los patógenos se clasifican en:

- **Virus:** seres acelulares, parásitos intracelulares obligados. Ej.: gripe, sida, catarro, sarampión, rubeola, etc.
- **Bacterias:** seres unicelulares procariotas. Ej: tétanos, cólera, tuberculosis, salmonelosis.
- **Protozoos:** seres unicelulares eucariotas. Ejemplos: algunos protozoos parásitos son:
Plasmodium.....malaria (paludismo)
Toxoplasmatoxoplasmosis
Amebasamebiasis.
- **Hongos:** seres unicelulares, eucariotas parásitos. Ej: cándida (candidiasis) y el pie de atleta.
- **Metazoos:** pluricelulares. Ej: sarna, ácaros, piojos, tenias, lombrices intestinales, etc.

Estos agentes patógenos pueden llegar hasta la persona a través de distintas vías:

- A través del aire*gripe, catarro, tuberculosis.*
- A través de objetos contaminados*tétanos, hepatitis.*
- Por contacto físico*ETS*
- Por ingestión de alimentos contaminados*salmonelosis, amebiasis, etc.*
- A través de vectores animales..... *paludismo (mosquito), toxoplasmosis (gato), peste bubónica (pulga), tifus (piojos).*

Las enfermedades infecciosas cuyos agentes patógenos pueden transmitirse de una persona enferma a otra sana recibe el nombre de **enfermedades contagiosas**.

El contagio es el proceso por el que los agentes patógenos pasan de una persona enferma a otra sana. No todas las enfermedades infecciosas son contagiosas. Ej: tétanos.

Cuando una enfermedad infecciosa se extiende afectando a un gran número de personas, se dice que se ha producido una **Epidemia**. Por ejemplo: la gripe.

Cuando la epidemia se extiende por todo el mundo se denomina **Pandemia**. Ej: SIDA, gripe aviar, SARS (Síndrome agudo respiratorio severo o neumonía atípica).

Todas las enfermedades infecto-contagiosas presentan un cuadro clínico que consta de 3 etapas:

- **Incubación:** periodo que transcurre entre la exposición al agente infeccioso y la aparición de los primeros síntomas de la enfermedad. En este periodo, el individuo no presenta sintomatología pero puede transmitir (contagiar) la enfermedad. Los periodos de incubación varían según las enfermedades. Por ejemplo en el sarampión es de 10 a 14 días, y en el SIDA de años.
- **Desarrollo de la enfermedad:** periodo en el que el individuo presenta los síntomas y su sistema inmune comienza a funcionar para combatir al patógeno. Su duración dependerá de la virulencia¹ de la enfermedad, edad y estado del paciente.
- **Convalecencia:** periodo de recuperación durante el cual el sistema inmune de la persona ya ha controlado la enfermedad y el paciente empieza a sanar. El tiempo es variable y dependerá de factores como el reposo, el seguimiento del tratamiento, etc.

Algunos ejemplos de enfermedades infecciosas comunes son:

Enfermedad	Agente causante	Sintomatología
Gripe	<i>Virus influenza</i>	Fiebre, dolores musculares, escalofríos, congestión nasal, tos, etc.
Hepatitis	<i>Virus hepatitis A, B, C, D y E.</i>	Inflamación hepática
Rubeola	<i>Virus</i>	Adenomegalias en cuello y manchas rosadas
Sida	<i>HIV</i>	Inmunodeficiencia
Catarro	<i>Virus</i>	Congestión nasal, tos.
Tétanos	<i>Clostridium tetani</i> (bacteria)	Espasmos y rigidez muscular.
Gonorrea	<i>Neisseria gonorrhoeae</i> (bacteria)	Dolor en la micción y secreción de pus.
Neumonía	<i>Streptococo pneumoniae</i> (bacteria)	Fiebre, tos, cefaleas, dolor torácico, etc.
Sífilis	<i>Treponema pallidum</i> (bacteria)	Úlcera (chancro en genitales)
Úlceras gástricas	<i>Helicobacter pylori</i> (bacteria)	Vómitos sanguinolentos (hematemesis), dolor
Salmonelosis	<i>Salmonella sp.</i> (bacteria)	Vómitos, diarrea, dolor abdominal.
Tuberculosis	<i>Mycobacterium tuberculosis</i> o Bacilo de Koch (bacteria)	Fiebre, sudoración nocturna, pérdida de peso, hemoptisis.

¹ Capacidad de los microorganismos para producir enfermedades.

Cólera	<i>Vibrio cholerae</i> (bacteria)	Vómitos y diarrea.
Toxoplasmosis	<i>Toxoplasma gondii</i> (protozoo)	Similar a un resfriado, pero grave en personas inmunodeprimidas o neonatos.
Malaria o paludismo	<i>Plasmodium</i> sp (protozoo)	Escalofríos, fiebre, sudor, anemia.
Amebiasis o disentería	<i>Entamoeba histolytica</i> (protozoo)	Diarreas mucosas y sanghinentas
Candidiasis	<i>Candida albicans</i> (hongo)	Prurito y pus.
Triquinosis	<i>Triquinella spiralis</i> (nematodo)	Diarrea y nauseas.

3.- TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES INFECCIOSAS.

Cada tipo de enfermedad infecciosa tiene un tratamiento diferente. Los tratamientos más frecuentes son:

Tratamiento farmacológico:

- Fungicidas hongos.
- Antibióticos..... Bacterias.
- Antivirales..... Virus.
- Sustancias químicas específicas Protozoos.
- Anticuerpos creados por el propio organismo o mediante sueros Virus y toxinas bacterianas.

Tratamiento preventivo.

- Vacunas.

4.- ENFERMEDADES FÍSICAS NO INFECCIOSAS.

No están causadas por agentes infecciosos.

Clasificación:

- Lesiones.
- Enfermedades funcionales.
- Enfermedades metabólicas.
- Enfermedades degenerativas.
- Proliferación celular. Tumores.
- Genéticas.
- Autoinmunes.

4. 1.- Lesiones.

Son daños producidos en los tejidos por golpes o quemaduras. Las lesiones debidas a golpes se denominan traumatismos.

Ejemplos: fracturas, esguinces, fisuras, luxaciones, etc.

4. 2.- Enfermedades funcionales.

Se producen cuando los tejidos u órganos del individuo experimentan alteraciones en su normal funcionamiento.

Ejemplos:

Enfermedades cardiovasculares.

Cardiopatías isquémicas (isquemias). Se producen por la oclusión parcial o total de las arterias coronarias. Pueden provocar las siguientes cardiopatías.

- Angina de pecho: oclusión parcial o temporal.
- Infarto de miocardio. Necrosis de parte del músculo cardíaco.
- Aneurismas. Dilataciones de vasos sanguíneos, con su consiguiente debilitamiento y posible rotura.
- Arteriosclerosis: endurecimiento de las arterias.
- Aterosclerosis: formación de placas de ateroma.

- Enfermedades hepáticas: Cirrosis.
- Glaucoma, cataratas, miopía, hipermetropía.
- Hernias inguinales, hernias de hiato, úlceras gástricas, reflujo.

4. 3.- Enfermedades metabólicas.

Debidas a defectos del metabolismo como la suficiente producción de alguna hormona o la incapacidad para producir jugos digestivos o absorber nutrientes. Ejemplos:

- Diabetes. Producción insuficiente de insulina.
- Fenilcetonuria. Incapacidad para metabolizar el aminoácido Phe por falta de la enzima.
- Enfermedad celiaca. Intolerancia al gluten de los cereales.
- Avitaminosis: xerofltalmia, escorbuto, raquitismo.
- Obesidad.
- Gota. Depósito de cristales de ácido úrico.
- Intolerancia a la lactosa.
- Hipotiroidismo.

4. 4.- Enfermedades degenerativas.

Debidas a la muerte progresiva de las células de un determinado tejido u órgano. Ejemplos:

- Alzheimer. Muerte progresiva de las neuronas cerebrales.
- Artrosis. Desaparición de las células que forman los cartílagos articulares.
- Parkinson. Degeneración De las neuronas de la sustancia gris cerebral. Problemas motores.

4. 5.- Tumores y cánceres.

Debido a una proliferación celular excesiva y/o incontrolada o a un fallo en el proceso de apoptosis (muerte celular).

Este crecimiento incontrolado provoca un **tumor** o neoplasma.

Si las células anormales permanecen juntas formando una única masa el tumor se denomina benigno. Por el contrario, si las células anormales invaden los tejidos adyacentes o viajan por el torrente sanguíneo hacia otros tejidos (metástasis) para formar allí tumores secundarios el tumor es maligno y se denomina **cáncer**.

Los cánceres se clasifican según el tejido afectado y el tipo celular del que provienen.

Origen y causa de los cánceres:

- Genéticos: el 20% de los cánceres son hereditarios. Oncogenes.
- Hábitos no saludables. Tabaco, alcohol, etc.
- Agentes físicos: Radiaciones UV, X, gamma.
- Sustancias químicas: carcinógenos, bencenos.

- Dietas inadecuadas: exceso de grasas y poca fibra.
- Algunos virus.

Tratamiento:

- Cirugía: extirpación.
- Radioterapia.
- Quimioterapia.
- Terapia génica.

Prevención:

- Consumiendo una dieta saludable.
- Haciendo ejercicio de manera regular.
- Reduciendo el consumo de alcohol.
- Manteniendo un peso saludable.
- Minimizando la exposición a la radiación y a químicos tóxicos.
- No fumando ni masticando tabaco.
- Reduciendo la exposición al sol, en especial si se quema fácilmente.

4. 6.- Enfermedades genéticas.

Causadas por errores en la información genética, lo que determina el mal funcionamiento de un órgano o aparato. Ejemplos.

- Daltonismo.
- Hemofilia.
- Acondroplasia.
- Síndrome de Down.

4. 7.- Enfermedades autoinmunes.

Se produce cuando el sistema inmune reacciona contra las células del propio organismo, provocando la muerte celular en algunos tejidos. Los efectos son similares al de las enfermedades degenerativas. Ejemplos:

- Esclerosis lateral amiotrófica (ELA): enfermedad degenerativa neuromuscular. Destrucción y disminución progresiva de las motoneuronas que producen una parálisis muscular progresiva. La padece por ejemplo Stephen Hawking.
- Fibriomialgia: trastorno autoinmune musculoesquelético que produce fatiga, rigidez, insomnio..
- Lupus eritematoso sistémico: Inflamación y daño de cualquier tejido o parte del cuerpo. Un síntoma típico es el eritema malar (forma de mariposa) en el rostro.
- Psoriasis: lesiones escamosas en la piel sobre todo en los codos rodillas y cuero cabelludo.
- Vitíligo: degeneración y muerte de los melanocitos, lo que provoca zonas de despigmentación.

5. ENFERMEDADES MENTALES.

Los trastornos de la salud mental están causados por la interacción de diversas causas, tanto físicas como psicológicas, socioculturales o incluso hereditarias. Por ello, para el tratamiento de dichas enfermedades se tienen que tener en cuenta factores psíquicos, sociales, ambientales y los puramente biológicos.

Las enfermedades mentales pueden deberse a:

Trastornos físicos u orgánicos: *(ya tratados anteriormente)*

- Enfermedades infecciosas. Ej: poliomielitis, meningitis, etc.
- Enfermedades cardiovasculares. Aneurismas, ictus, ACV, etc.
- Traumatismos.
- Enfermedades neurodegenerativas. Ej: Parkinson, Alzheimer.

Trastornos psíquicos.

- Ansiedad: trastorno emocional que cursa con estados de nerviosismo, dificultad para concentrarse, alteraciones del sueño, miedos, etc.
- Depresión: trastorno que afecta al estado de ánimo que cursa con una tristeza o infelicidad general no pasajera.
- Trastornos neuróticos o neurosis. Alteración mental que sufre una persona por un algo grado de ansiedad producido por obsesiones conflictos. Se percibe la realidad y se es consciente de padecer la enfermedad.
- Psicosis: alteración grave de la percepción de la realidad y de la personalidad en las áreas afectivas e intelectual. El individuo no tiene conciencia de padecer la enfermedad. Un ejemplo grave de psicosis es la esquizofrenia, que puede ser controlada con medicación pero no curada.
- Psicopatías: trastorno grave de la personalidad que se caracteriza por la falta de sentimientos de culpa o remordimiento, conducta social inadecuada, incapacidad de mantener relaciones afectivas y la tendencia al enfrentamiento y a la pelea.
- Trastorno de déficit de atención e hiperactividad. (TDAH)
- Anorexia y bulimia nerviosa.