RESUMEN TEMA 6 LA SALUD Y LA ENFERMEDAD

1.- LA SALUD.

1.1.-La salud y sus determinantes.

- **Salud:** según la Organización mundial de la salud (OMS) es el estado de pleno bienestar físico, mental y social.
- **Determinantes de la salud:** De ellos depende que una persona tenga o no buena salud. Son factores relativos a la biología de cada individuo, ambientales, relacionados con el estilo de vida o con las medidas de salud pública.
    - **Determinantes relativos a la biología del individuo:** Son las características propias de su organismo (edad, congénitas, etc.)
    - **Determinantes ambientales:** Son características del entorno (aire puro, ruido, organismos patógenos, etc.)
    - **Determinantes relacionados con el estilo de vida:** Son el conjunto de hábitos que caracterizan una manera de vivir. Un **estilo de vida saludable** es aquel que fomenta o conserva la salud y reduce la posibilidad de aparición de enfermedades (normas de higiene básicas, practicar de forma regular una actividad física, no consumir sustancias nocivas, no automedicarse y dormir lo suficiente).
    - **Determinantes debidos a medidas de salud pública:** Son acciones que llevan a cabo las administraciones de gobierno para cuidar la salud de la población (sistema sanitario, control sanitario de aguas y alimentos, buena gestión de residuos y contaminantes).

2.- LAS ENFERMEDADES

2.1. Las enfermedades y sus tipos.

- **Enfermedad:** Es toda alteración física o mental que desencadena un mal funcionamiento del organismo.
- Según su origen se clasifican en: infecciosas y no infecciosas.
    - **Enfermedades no infecciosas:** Provocadas por causas distintas a organismos patógenos (envejecimiento, accidentes, características congénitas, malos hábitos de vida, etc.). Pueden ser traumatismos, enfermedades degenerativas, etc. **No se transmiten de un individuo a otro.**
    - **Enfermedades infecciosas:** Provocadas por organismos patógenos (virus, bacterias, protozoos, hongos, algunos invertebrados,...), que penetran en nuestro organismo. Por ejemplo gripe, varicela, resfriado... **Se pueden transmitir**.

2.2- La transmisión y el desarrollo de las enfermedades infecciosas.

- **Vías de transmisión de las enfermedades infecciosas:**
    - **Transmisión directa:** El patógeno pasa directamente de una persona enferma a otra sana.
    - **Transmisión indirecta:** El patógeno utiliza un vehículo de transmisión (agua, alimentos o animales) llamados **vectores** para pasar de un individuo enfermo a otro sano.
- **Desarrollo de una enfermedad infecciosa:** Se desarrolla en tres etapas:
    - **Infección e incubación:** periodo comprendido entre la entrada del patógeno en el organismo y la aparición de los primeros síntomas. El patógeno se instala prolifera y comienza a causar daños.
    - **Desarrollo de la enfermedad:** aparecen los síntomas de la enfermedad que se producen por el daño que el patógeno realiza. Si éste no se elimina, la enfermedad permanece (crónica) o el enfermo muere. Si se elimina el patógeno se pasa a la siguiente fase.
    - **Convalecencia:** ya no hay patógeno en el organismo y éste se recupera de los daños sufridos durante la enfermedad.

3.- EL ORGANISMO SE DEFIENDE.

3.1.- Las defensas del organismo.

- El sistema de defensa del organismo se denomina **sistema inmunitario.**
- Está constituido por aquellos mecanismos de nuestro cuerpo que nos proporcionan **inmunidad**.
- **Respuesta inmunitaria:** Respuesta del sistema inmunitario frente a los patógenos.

3.2.- La inmunidad innata o inespecífica.

- Se desarrolla mientras estamos en el vientre materno y nacemos con ella.

- Es **inespecífica** porque actúa contra cualquier patógeno que invada el organismo.
- Está constituida por:
    - **Las defensas externas:**
        - **La piel:** Impermeable a la mayoría de microorganismos.
        - **Las mucosas:** que tapizan las vías internas y segregan **mucus** que impide la fijación de bacterias.
        - **Las secreciones:** (lágrimas, saliva, etc.) que destruyen o dañan a los patógenos.
        - **La flora bacteriana natural:** son bacterias que viven en nuestro organismo como comensales o en simbiosis, impidiendo el desarrollo de patógenos.
    - **Los fagocitos:** Son un tipo de glóbulos blancos que capturan los patógenos mediante pseudópodos y los digieren.
- **La reacción inflamatoria:** es un ejemplo de respuesta debida a la inmunidad innata, que se produce cuando nos hacemos una herida.

3.3.- La inmunidad adquirida o específica.

- Se desarrolla a lo largo de la vida al tomar contacto con distintos patógenos.
- Es **específica** para cada patógeno.
- La llevan a cabo un tipo de glóbulos blancos llamados **linfocitos** y sustancias fabricadas por ellos.
- Su respuesta consta de distintos procesos entre los que se encuentra la **respuesta humoral** que puede ser primaria o secundaria:
    - **Respuesta humoral primaria:** Se produce al entrar un patógeno por **primera vez** en nuestro organismo. Tiene tres etapas:
        - **Activación:** los **linfocitos B** detectan el patógeno y se activan para luchar contra él. La activación dura varios días.
        - **Multiplicación y producción de anticuerpos:** Los linfocitos B activados se multiplican por división y fabrican unas proteínas llamadas **anticuerpos** que se fijan al patógeno de forma específica y lo destruyen.
        - **Adquisición de memoria inmunitaria:** Una vez es destruido el patógeno, quedan unos pocos linfocitos B sensibilizados frente a él. Son los **linfocitos B con memoria**.
    - **La respuesta humoral secundaria:** Se desencadena al entrar un patógeno por segunda vez al organismo. Entonces los linfocitos B con memoria lo reconocen, se activan y se dividen muy rápidamente, con lo que se acorta el tiempo necesario para producir anticuerpos de forma masiva y , la destrucción del patógeno es más eficaz.

4.- AYUDAMOS AL ORGANISMO.

- A veces es necesario ayudar al organismo a combatir las enfermedades con **vacunas, sueros o medicamentos.**

4.1.- Las vacunas.

- Son preparados artificiales que contienen **patógenos inactivos** (debilitados o muertos), incapaces de provocar la enfermedad.
- **Previenen** enfermedades pero no las curan. Por eso se administran antes de padecer la enfermedad.
- Su forma de actuar es provocar la respuesta inmunitaria humoral primaria para que los linfocitos B fabriquen anticuerpos y adquieran memoria inmunitaria. Cuando el patógeno vivo entra en el organismo se desencadena la respuesta inmunitaria humoral secundaria, evitando que el organismo enferme.

4.2.- Los sueros.

- Son preparados artificiales que contienen anticuerpos contra un patógeno específico.
- Es inmediata pero de corta duración y no desarrolla memoria inmunitaria.
- Se usan para enfermedades como el tétanos y la malaria y contra picaduras de serpientes y otros animales.

4.3.- Los medicamentos.

- Son compuestos que contienen sustancias (**principios activos**) que curan una enfermedad o alivian sus síntomas.
- Entre los medicamentos más importantes están:
    - **Los antibióticos:** destruyen bacterias o impiden su reproducción. **Combaten las infecciones bacterianas.**
    - **Los antivíricos:** eliminan los virus.
    - **Los analgésicos:** que alivian o eliminan el dolor. (por ejemplo el paracetamol y el ácido acetilsalicílico). Algunos actúan también como **antipiréticos** (disminuyen la fiebre).