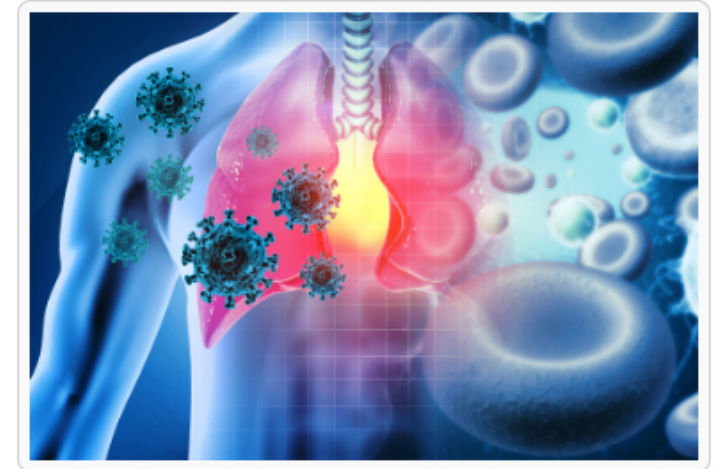


Tema 3. Historia natural de la enfermedad

Introducción

En esta experiencia educativa, aprenderás los conceptos básicos de la historia natural de la enfermedad, desde un enfoque médico y una perspectiva de la salud pública; además, conocerás aspectos clave de la epidemiología, inmunología, patología y factores de riesgo asociados con diversos padecimientos. Finalmente, entenderás cómo estas nociones pueden aplicarse en la prevención y tratamiento de diversos trastornos.



Explicación



Las enfermedades afligen al cuerpo humano y pueden tener diversas causas. La historia natural de una enfermedad describe el patrón general de su desarrollo, desde su aparición hasta su cura o progresión. Esta información resulta útil para comprender su naturaleza y ayuda a los médicos a planificar un tratamiento adecuado.

La historia natural de una enfermedad comienza con la etapa de incubación, cuando el organismo se expone a la afección y los agentes infecciosos comienzan a multiplicarse; este periodo se extiende apenas por un par de días o por varias semanas, dependiendo del patógeno. Una vez que este se ha replicado lo suficiente, el cuerpo comienza a experimentar síntomas; a este momento se le conoce como etapa de enfermedad activa. Las molestias pueden ser leves o graves, según el padecimiento y las condiciones generales del individuo. Algunos trastornos provocan síntomas tan leves que no requieren mayores cuidados, mientras que otros exigen atención inmediata.



Al someterse a algún tratamiento, los síntomas del paciente generalmente se reducen o desaparecen; a este momento se le conoce como etapa de resolución, ya que el cuerpo empieza a recuperar su fuerza y el malestar disminuye. Durante este periodo, el organismo desarrolla una resistencia al agente infeccioso, lo que reduce la posibilidad de volver a contraerlo en el futuro; este proceso puede extenderse por unos pocos días o varias semanas, dependiendo del tipo de enfermedad y del tratamiento recibido. Terminada la etapa de resolución, la persona se restablece por completo, ya que su cuerpo adquirió cierto grado de inmunidad contra la enfermedad. Este último estadio se conoce como etapa de recuperación, ya que las personas recobran paulatinamente su energía, el sistema inmunitario se fortalece y se previenen futuras infecciones.

La historia natural de una enfermedad es una herramienta útil para comprender su naturaleza y ayuda a los médicos a planificar mejores tratamientos. Dicha información también contribuye a que los pacientes entiendan mejor los síntomas de su padecimiento y, por tanto, sigan al pie de la letra las indicaciones de los profesionales de la salud (Rosales, s.f.).

Propagación de las enfermedades

Los seres humanos han lidiado con las enfermedades desde hace miles de años. Aunque hay muchos factores que contribuyen a su surgimiento y propagación, el proceso no suele variar mucho entre patógenos, ya que una amplia mayoría se transmite de una persona a otra; sin embargo, esto ocurre de formas diferentes, ya sea por transmisión directa (por contacto directo con el organismo infectado) o indirecta (por contacto con objetos contaminados).



Algunas enfermedades son más propensas a expandirse mediante alguna de estas dos vías, así que indagar sobre este asunto permite que los profesionales de la salud controlen y prevengan los brotes y contagios. La transmisión directa es la forma más común de propagación y sucede cuando una persona entra en contacto directo con un organismo infectado, ya sea con la piel, secreciones respiratorias, sangre o fluidos corporales; por otro lado, la transmisión indirecta acontece cuando una persona interactúa con alguna superficie u objeto contaminados, al inhalar el mismo aire de una persona enferma o al comer alimentos mal cocinados o elaborados sin las precauciones necesarias.

La transmisión indirecta también ocurre a través de los insectos, por ejemplo, las moscas pueden transmitir enfermedades a los humanos, ya que transportan patógenos de los lugares donde se posan y los depositan en los espacios habitados. Las enfermedades también se propagan mediante vectores; en este caso, la zoonosis sucede cuando un animal porta una enfermedad y la contagia al ser humano. Asimismo, los microorganismos dañinos prosperan en el excremento de varias especies que conviven con las personas, lo cual debe tomarse en cuenta en zonas con gran presencia animal.



Por último, algunos padecimientos se propagan por transmisión vertical, es decir, cuando una madre lo transmite a su hijo durante el embarazo, el parto o la lactancia. Esto es común en determinadas circunstancias, como en la del virus de inmunodeficiencia humana (VIH).

Comprender cómo se expanden las enfermedades ayuda a los profesionales de la salud a controlar y evitar brotes y pandemias; por ejemplo, permite establecer medidas de prevención, como el lavado de manos, el uso de equipos de protección personal (como mascarillas y guantes) y, de ser posible, la vacunación. No obstante, en estos casos, lo más urgente es educar a la población sobre los peligros de que una enfermedad se esparza sin control, así como enseñarle a llevar a cabo las medidas preventivas adecuadas; esto evita que los agentes infecciosos se transmitan, ya sea de forma directa, indirecta, vehicular o vertical.

Prevención de las enfermedades

La prevención de enfermedades es un tema fundamental para la salud y el bienestar de todos, ya que representa una forma de cuidar el organismo, así como de evitar la propagación de agentes nocivos y otras complicaciones. Esto incluye fomentar estilos de vida saludables, una buena nutrición, actividad física, vacunación, y detección temprana de afecciones. La dieta debe estar compuesta principalmente de frutas, verduras, granos integrales y proteínas magras; asimismo, se necesita beber suficiente agua para estar hidratado. El ejercicio regular es fundamental para mantenerse saludable y, además, ofrece muchas alternativas, como caminar, correr, andar en bicicleta o cualquier otra actividad física que se disfrute.



La vacunación también resulta imprescindible, ya que genera inmunidad contra determinadas enfermedades infecciosas, o bien, evita que causen mayores estragos en la salud; esto significa que, si alguien está vacunado, hay menos probabilidades de que contraiga el padecimiento o desarrolle un cuadro grave. La vacunación es especialmente relevante en niños, pues algunas afecciones son más delicadas si se adquieren durante la infancia.

De igual manera, la detección temprana supone otra estrategia importante para prevenir complicaciones de salud; si alguien se somete a exámenes médicos y pruebas regulares, los profesionales de la salud podrán detectar enfermedades en estadios tempranos, lo que aumenta las probabilidades de que el tratamiento resulte exitoso. Esto es crucial en padecimientos como el cáncer, cuyo pronóstico mejora si se detecta a tiempo.

Cierre

La prevención de enfermedades es un tema de gran importancia para la salud y el bienestar colectivos; entre sus bases principales, se encuentran un estilo de vida saludable, buena nutrición, ejercicios adecuados, vacunación y detección temprana de enfermedades. Estas medidas son esenciales para prevenir enfermedades y preservar la salud.

Checkpoint

Asegúrate de:

- Comprender los factores involucrados en la propagación de enfermedades para identificar sus mecanismos de acción.

Bibliografía

- Rosales, J. (s.f.). *Historia natural de enfermedad, niveles de prevención y cadena epidemiológica*. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/755000/7725_-_Tema_3_Subtema_1_Historia_Natural_de_Enfermedad_-_Jos_Carlos_Rosales_Ortega.pdf

La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.

El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educativo y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.