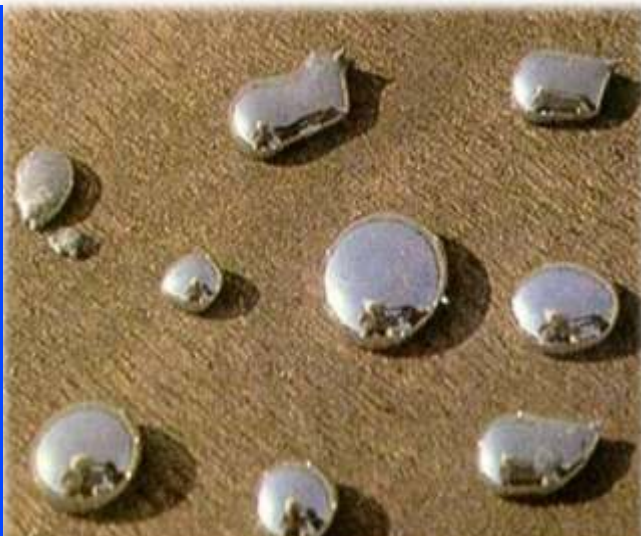


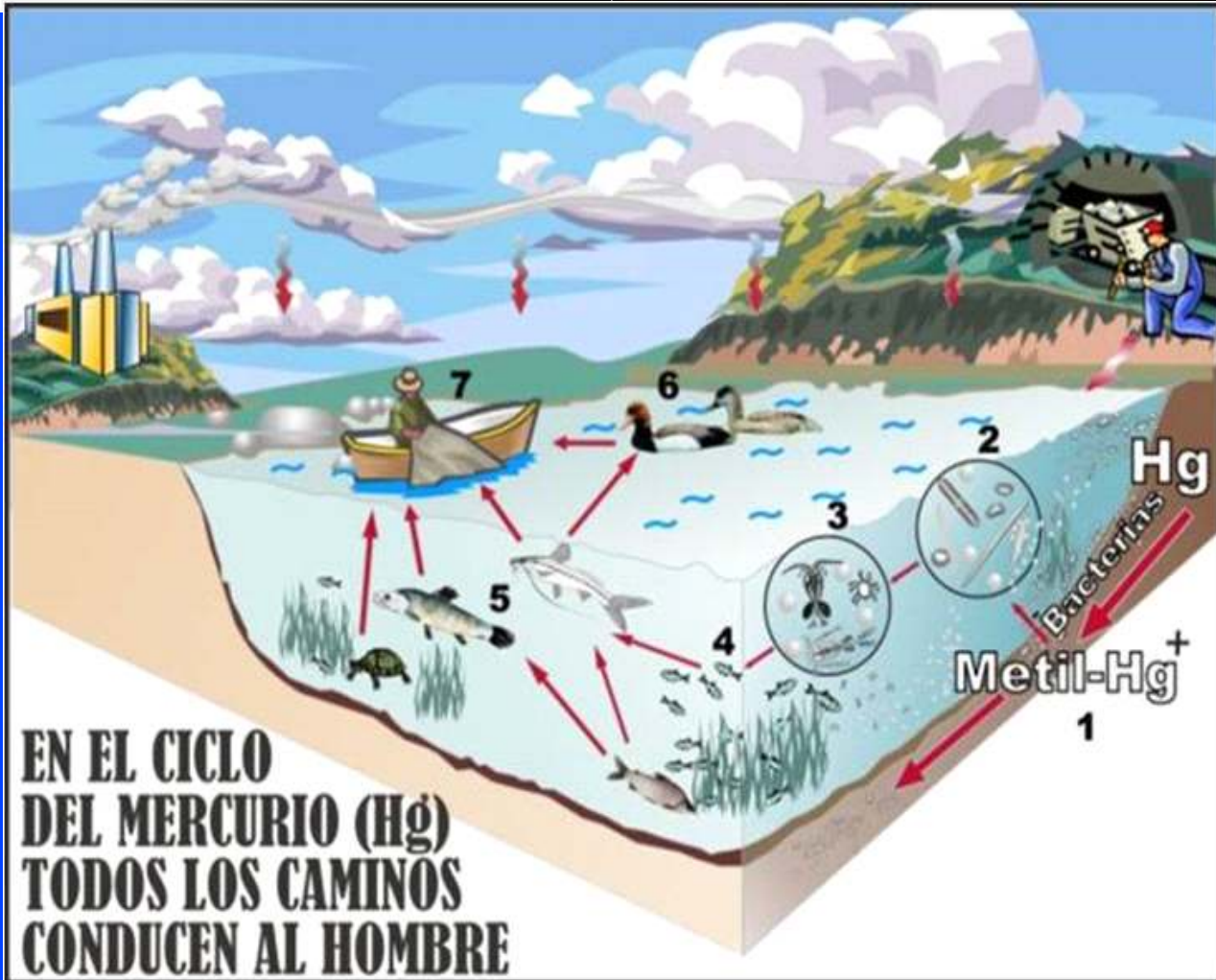


Abriendo Camin

Periódico del Primer Semestre del Programa de
AÑO 6 No.14 Enfermería de la Universidad de Cundinamarca - Girardot



EL MERCURIO Y SUS
REPERCUSIONES
EN LA SALUD HUMANA
Y AMBIENTAL



EDITORIAL



NOTAS DE ENFERMERÍA CLARAS, ENFERMERO SEGURO

Hoy en día podemos decir que lo que representa nuestro trabajo en el ámbito hospitalario es el registro de nuestras actividades en la historia clínica, lo que no está escrito no existe; para ello tenemos que ser claros, concretos y objetivos con lo que redactamos. Pero también dentro de todo esto tenemos que tener una perfecta gramática y ortografía ya que estas son la etiqueta que nos perfila ante los demás grupos interdisciplinarios en nuestro entorno laboral utilizando la común frase: "Si así escribe, así hará las demás cosas". Es importante tener en cuenta estos detalles para nuestro buen desempeño laboral.

Desde nuestra formación académica nos brindan bases importantes donde desarrollamos la destreza para escribir, hablar y redactar y ya después en nuestra formación universitaria suponemos que es donde todas estas destrezas se irán perfeccionando para, así, salir a enfrentarnos a este competitivo mundo laboral. Empezando por una entrevista de trabajo que tiene varias etapas; una de ellas es el llamado proceso de selección que evalúa todas nuestras capacidades, como por ejemplo la capacidad para expresarnos, de interpretar y nuestra intelectualidad. ¿Pero es suficiente tener destreza para realizar las cosas y no tener la capacidad para que lo que hicimos lo podamos plasmar en un papel de manera clara? Pues no es suficiente, siempre una cosa va de la mano con la otra y ambas hay que hacerlas bien.

ABRIENDO CAMINO

AÑO 6 No. 14 MAYO DE 2011

RECTOR

Dr. Adolfo Miguel Polo Solano
VICERRECTOR ACADÉMICO

Dr. Rogelio Rigual Collado
DIRECTOR SECCIONAL GIRARDOT

Adm. Fabio Gil
DIRECTORA PROGRAMA ENFERMERÍA

Enf. Floralba Martínez Pinzón
DOCENTES NÚCLEOS TEMÁTICOS

Biología y Bioquímica

Luis Alberto Martínez

amartinez.2@hotmail.com

Biología y Microbiología

Lizzeth Trujillo

liztrujillo@hotmail.com

Cátedra Udecina

Elsa Judith Ortiz

elsajortiz@hotmail.com

Comunicación I

Diana Molina

dimamoa@topmail.com

Constitución y Democracia

Dr. Germán Alfonso Mantilla

gamp_pico@hotmail.com

Inglés

William Delgado

billdax@gmail.com

Salud Mental de la Persona

Edgar Cartagena

edgar402003@yahoo.es

Salud y Medio Ambiente

Éver Ramírez

ramical134@yahoo.es

Sociedad y Salud

Doris Leal

doleza123@hotmail.com

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Luis Jairo Avella Verástegui

lujave01@gmail.com

SIGUE PÁG. 3

VIENE PÁG.2



Para llevar a cabo todo este proceso tenemos que plantearnos diferentes herramientas como, por ejemplo, tener buena capacidad para almacenar información, tener un orden de ideas y el conocimiento pleno de lo que se hizo, para que de esta forma al momento de escribir lo que hicimos otra persona lo comprenda perfectamente.

Dentro de este proceso donde escribimos lo que hicimos juegan un papel importante la ortografía, los signos de puntuación, los conectores, el utilizar los términos científicos de cada procedimiento que se realiza; éste último es sumamente importante ya que en muchas ocasiones distintas personas dedicadas a la enfermería, tanto técnicos como profesionales, erramos en emplear un conjunto de palabras para referirnos a algo que tiene nombre propio.

Mirando desde otro punto de vista la importancia de los registros en una historia clínica es la parte legal, esta es la que nos exime o nos hace ver responsables de un problema que nos implique legalmente en caso de una demanda por negligencia en nuestras labores; desde que se saluda hasta el procedimiento más extenso lo debemos registrar y es aquí donde la caligrafía juega un papel a nuestro favor, para que sea más fácil de leer y entender el proceso y así concluir lo que a usted compete.

Recordemos que este es un documento que tiene continuidad donde muchas personas se basan en hacer cosas dependiendo de lo que la anterior persona ha realizado, o sea, escribamos de la manera como nos gustaría a nosotros encontrar los registros de los demás para que así el trabajo sea más llevadero, fácil y completo.

En conclusión, es importante que desde ahora hagamos todo lo posible por educarnos en este aspecto, ya que jugará un papel fundamental en el desarrollo de todas nuestras actividades pensando que todo lo que escribamos es el relato de las acciones realizadas en pro de la salud de una persona que ha puesto su vida en nuestras manos.

JHONATTAN A. CALVO MEDINA
Estudiante

DIABETES MELLITUS

Primero que todo, debemos saber que la glucosa es un azúcar que proviene de los alimentos que comemos, y es utilizada por el organismo para obtener la energía necesaria para desarrollar cualquier tipo de trabajo. Y en segundo lugar, debemos aclarar que la insulina es una hormona que fabrica el páncreas, que tiene como misión facilitar el paso de los azúcares de la sangre a las células.

En bioquímica, la diabetes mellitus es un desorden metabólico que se manifiesta por unos niveles de glucosa en la sangre (glucemia) por encima de los límites normales.

En biología, la diabetes mellitus se debe a la falta total o parcial de la hormona llamada insulina. Su déficit produce complicaciones en la absorción por parte de las células, de la glucosa, produciendo una menor síntesis de depósitos energéticos en las células y la elevación de la glucosa en la sangre (hiperglucemia).

Los Principales Síntomas de la Diabetes



Tipos de diabetes

Diabetes Mellitus Tipo 1

En este tipo de Diabetes todo se centra en la falta de células ? que por error el sistema inmunológico destruye, estas células se encuentran en el páncreas y son las encargadas de producir insulina, si no hay células no hay insulina, por eso se suministra insulina a la persona y se hacen llamar insulino dependientes al igual que la enfermedad. Es más común en los jóvenes.

Diabetes Mellitus Tipo 2

En este tipo de Diabetes ya no es que el páncreas no produzca insulina, sino que las células del cuerpo no metabolizan ni reciben esta hormona, por eso se aumenta la concentración de glucosa en la sangre, razón por la que se toman medicamentos sensibilizadores a la insulina y es muy común en personas mayores de 45 años.

Diabetes Mellitus Gestacional

Este tipo de Diabetes solo se da en el embarazo, no se conoce una causa específica de esta enfermedad, pero se cree que las hormonas del embarazo reducen la capacidad del cuerpo para responder a la acción de la insulina, por eso se aumenta el nivel de glucosa en sangre y solo vuelve a la normalidad cuando termina la gestación.



SIGUE PÁG. 5

DIABETES MELLITUS

VIENE PÁG.4

¿Cuál es su causa?

Su causa es una anomalía en la producción o el funcionamiento de la insulina por el páncreas. Cuando no hay insulina como en los diabéticos jóvenes, o no funciona correctamente, como ocurre en los adultos, el azúcar no pasa de la sangre a los órganos y el funcionamiento es deficiente. Al tiempo, el azúcar se acumula en la sangre en cantidades superiores a las normales, apareciendo hÍper glucemia. Cuando la glucosa en sangre es superior a 180 mg, el organismo no puede retenerla, por lo que la elimina por la orina: Glucosuria

Complicaciones de la Diabetes

Complicaciones de la circulación:

De los grandes vasos: Puede provocar desde molestias en las piernas hasta gangrena y ataques al corazón.

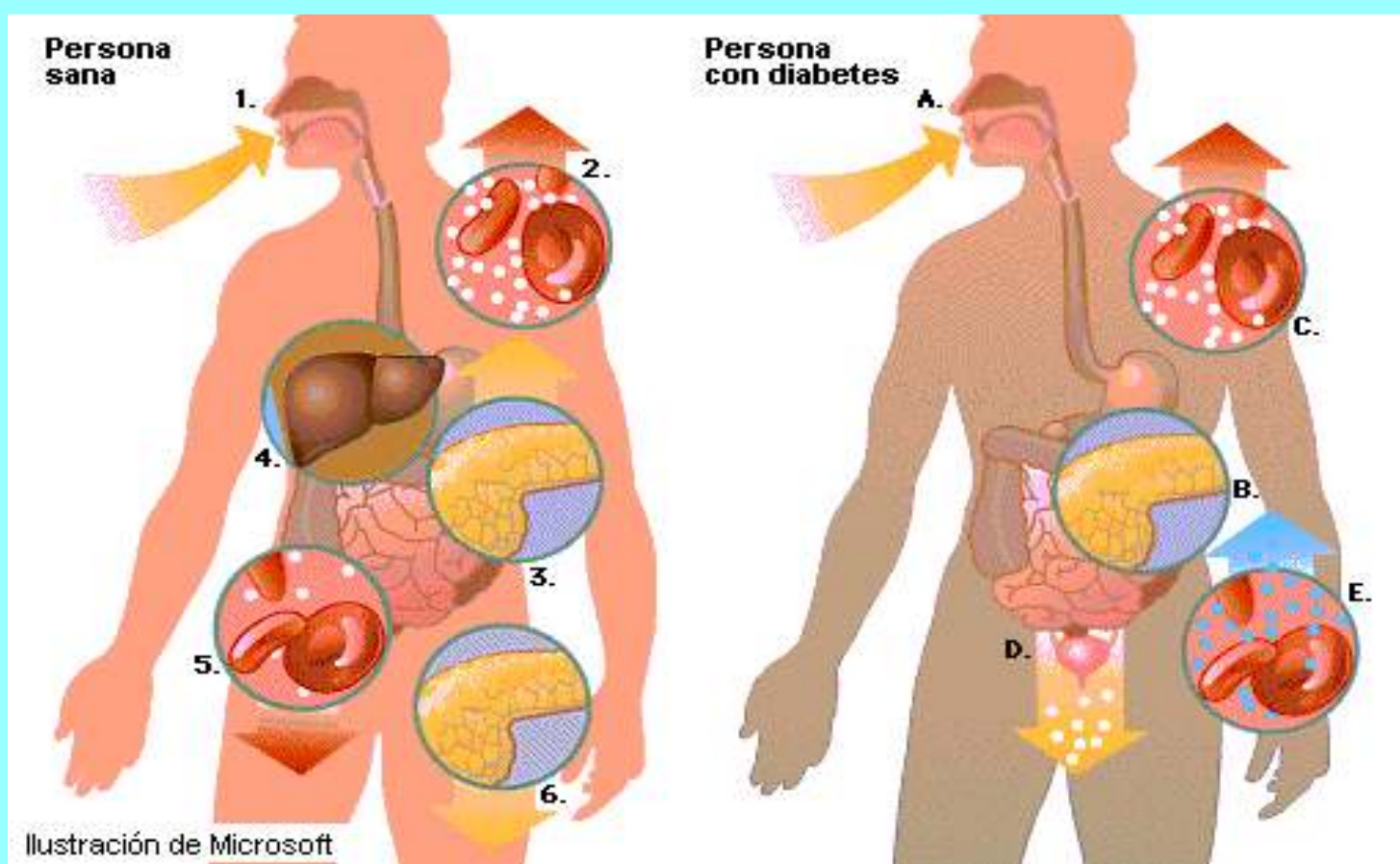
De los pequeños vasos: Se pueden producir alteraciones en la vista o en el riñón.

Complicaciones en el sistema nervioso:

Esto puede causar impotencia en los hombres, entumecimiento y hormigueo en los pies y parte inferior de las piernas, problemas en el funcionamiento de la vejiga y del intestino.

Cuidados de los pies

Muchas veces se pierde sensibilidad en los pies y el paciente no se percata de pinchazos, erosiones, roces, cortes... Deben cuidarse con especial esmero para evitar la aparición de erosiones, infecciones y en último término gangrena, que puede provocar una amputación.



SIGUE PÁG. 6

DIABETES MELLITUS

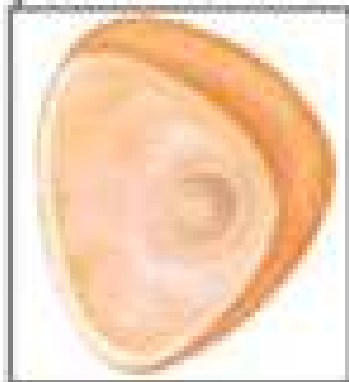
VIENE PÁG.5

TEJIDO PANCREATICO



Célula β (beta)

La célula β pancreática es la responsable de la producción de insulina, hormona encargada del transporte de la glucosa y su incorporación a los tejidos insulino dependientes para su posterior utilización.



INSULINA

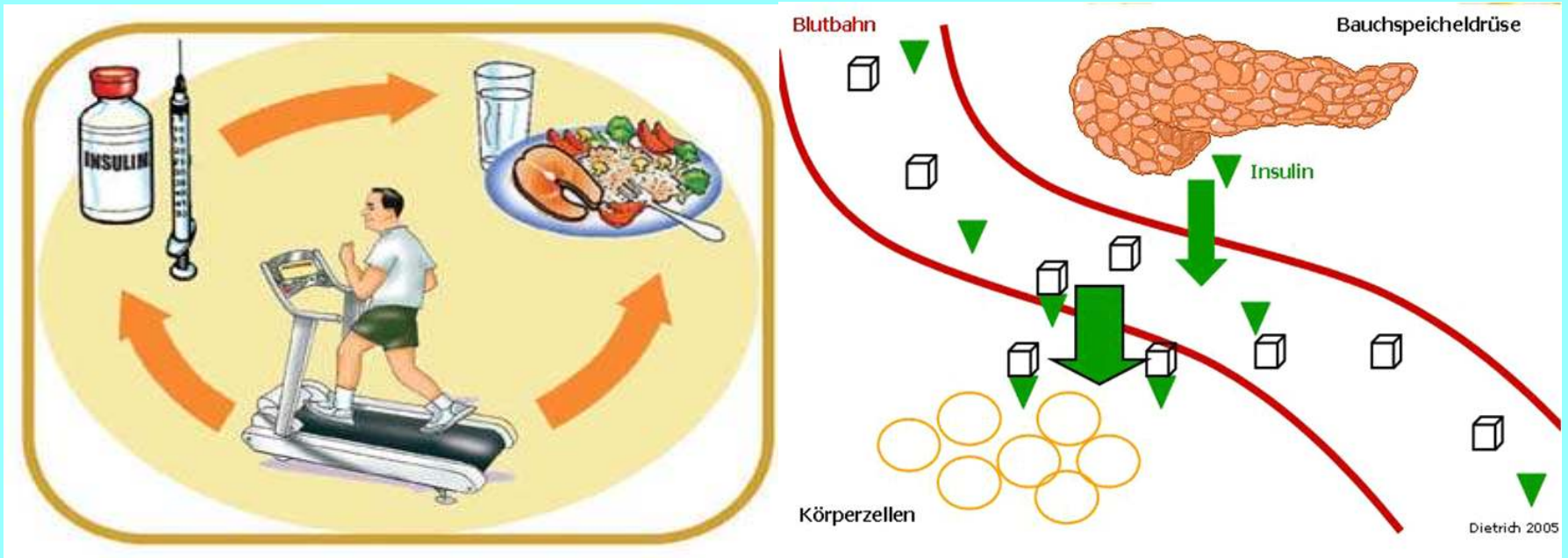
En el individuo normal disminuye la glucemia a partir de la incorporación de glucosa a las células. En la diabetes insulino dependiente debe ser incorporada como medicación para suplir el déficit del páncreas.

Célula α (alfa)
Encargada de la producción de glucagón, hormona que interviene en la regulación de la glucemia.

SIGUE PÁG. 7

DIABETES MELLITUS

VIENE PÁG.6



Higiene de los pies:

Lavarse todos los días los pies con agua tibia y secarlos bien, observando si hay cambio alguno... Las uñas de los pies se deben cortar en línea recta y limar.

Calzado: Es mejor calzar zapatos que zapatillas.

Evitar los zapatos estrechos.

Procure no caminar con los pies descalzos.

No se siente cerca del fuego.

Evite llevar ligas o calcetines ajustados, pues dificultan la circulación.

No utilice callicidas, en caso de tener callos.

Tratamiento

Tanto en la diabetes tipo 1, en la tipo 2, como en la gestacional, se propone tener los niveles de glucosa normales, entre 70 y 105 mg/dl. En la diabetes tipo 1 y en la diabetes gestacional se aplica un tratamiento sustitutivo de insulina. En la diabetes tipo 2 puede aplicar el

mismo tratamiento, o bien, uno con antidiabéticos orales.

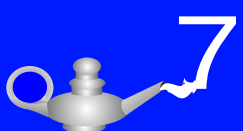
¡Para recordar!

Todos los pacientes diabéticos tienen que estar vacunados correctamente frente al tétano (provocado por un tipo de bacteria denominada Clostridium tetanis)

Núcleos temáticos: *Bioquímica
*Microbiología
*Biología

Docentes: *Luís Alberto Martínez Mora
*Lizette Trujillo Hernández

Integrantes: *Jhonattan Calvo
*Neyddu Daza
*Luisa Fernanda Diaz
*Karen Lizeth Ortegón
*Nigssi de la Paz Portela
*Paola Andrea Vásquez



Abriendo Camin

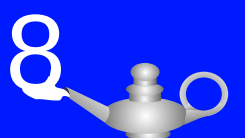


CEREMONIA DE LA LUZ

Donde se impusieron las tocas y las placas a los estudiantes de IV semestre de Enfermería.
El día viernes 18 de marzo del 2011, a las 2 p.m. en el auditorio de la Seccional Girardot.



Abriendo Camin



DEBERES Y DERECHOS DE LA COMUNIDAD UDECINA FRENTE A LA NORMATIVIDAD NACIONAL

La Constitución Política de Colombia en su artículo 69 establece: "Se garantiza la autonomía universitaria. Las universidades podrán darse sus directivas y regirse por sus propios estatutos, de acuerdo con la ley", en concordancia con la ley 30 de 1992, artículos 3, 28 y 57.

La Universidad de Cundinamarca, UDEC, cuenta con un selecto grupo de profesionales que se encarga de guiar la comunidad estudiantil, para lo cual ha desarrollado técnicamente y acorde a las normas de nuestro país el REGLAMENTO ESTUDIANTIL DE PROGRAMAS DE PREGRADO, garantizando un excelente nivel de convivencia que asegura un medio propicio para la formación profesional.

La Universidad tiene definido un proceso de selección que permite clasificar a los estudiantes que van a ser admitidos en cada uno de los programas, esto acorde con la normatividad antes mencionada, la cual le da autonomía administrativa a nuestra Institución de Educación Superior.

La UDEC, como complemento a la formación profesional, cuenta con cátedra en Ética, Valores y otras áreas de libre elección, que hacen del egresado una persona idónea y comprometida con nuestro país, con principios basados en valores que son reforzados durante toda la formación, los cuales le generan al egresado bases fundamentales para su desempeño en la sociedad. Lo anterior lo realiza gracias a la autonomía institucional que es ratificada en la siguiente sentencia:

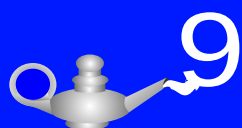
"En ejercicio de su autonomía las universidades gozan de libertad para determinar cuáles habrán de ser sus estatutos; definir su régimen interno; estatuir los mecanismos referentes a la elección, designación y periodos de sus directivos y administradores; señalar las reglas sobre selección y nominación de profesores; establecer los programas de su propio desarrollo; aprobar y manejar su presupuesto; fijar, sobre la base de las exigencias mínimas previstas en la ley, los planes de estudio que regirán su actividad académica, pudiendo incluir asignaturas básicas y materias afines con cada plan para que las mismas sean elegidas por el alumno, a efectos de moldear el perfil pretendido por cada institución universitaria para sus egresados".

(JURISPRUDENCIA CONSTITUCIONAL CONCORDANTE, Corte Constitucional. Sentencia T-492/92, M.P. José Gregorio Hernández.)

Núcleos Temáticos: Constitución y Democracia, Cátedra Udecina.

Docentes: Germán Alfonso Mantilla y Elsa Judith Ortiz Ortiz

Estudiantes: Carolina Medina, Lorena Melo, Lorena Muñoz, Paola Guzmán, Yesica Pacheco.



Abriendo Camin



El Estrés y la Salud

Los individuos muy negativos y pesimistas tienden a desarrollar más enfermedades; que los que no lo son o lo son en grado bajo

Según <http://es.wikipedia.org/wiki/Estr%C3%A9s> los factores psicológicos inciden en alguna medida, directa o indirectamente, positiva o negativamente, en todos los trastornos y enfermedades. El estrés puede producir efectos de manera directa como aumento de la vulnerabilidad del organismo y actuando, ya sea precipitando la aparición de una enfermedad o agravándola. De manera indirecta el estrés también puede alterar la salud al estimular comportamientos poco saludables como el fumar, el abuso de sustancias como el alcohol o drogas, el insomnio o la anorexia.

En las situaciones estresantes suelen predominar aquellas que implican alguna forma de estrés psicosocial, situaciones de pérdida, conflicto marital, el exceso de trabajo, las responsabilidades familiares. También los sucesos positivos, como una boda, comprar una casa, tener un hijo y hasta la espera de algún acontecimiento importante pueden resultar estresantes a muchas personas.

Tomando como base <http://www.tusalud.com.mx/site/viewa.asp?ida=74> actualmente existe una tendencia cada vez mayor entre los especialistas de la salud de considerar toda enfermedad como psicósomática, es decir, que todo trastorno orgánico está asociado en mayor o menor grado a factores psicológicos.

Cada día las investigaciones apoyan con más fuerza la afirmación de que el estrés puede alterar aspectos específicos del funcionamiento del sistema inmunológico humano.

Según <http://www.elestres.net/> algunos datos sobre el estrés:



SIGUE PÁG. 11

El Estrés y la Salud

VIENE PÁG.10



43 % de las personas adultas sufren efectos adversos en su salud ocasionados por el estrés.

" Del 75 al 90 % de las visitas al médico se deben a enfermedades relacionadas con el estrés.

" El estrés está relacionado con las principales causas de muerte: enfermedad cardíaca, cáncer, enfermedades del aparato respiratorio, accidentes, cirrosis hepática y suicidio.

" Un estudio realizado con hombres de mediana edad, mostró que aquellos que carecían de apoyo emocional de otras personas durante sucesos estresantes severos, tenían una probabilidad 5 veces mayor de morir en los 7 años siguientes que aquellos con apoyo emocional.

Así que a continuación, damos algunas recomendaciones para aquellas personas que se han sentido estresadas en algún momento de su vida:

- Hacer ejercicio y escuchar música
- Meditar o asistir a sesiones de relajación
- Conversar con su pareja, familiares y personas allegadas
- No escapar del problema a través del alcohol o drogas
- Comer sano
- Pregúntese cómo está confrontando los diversos problemas y dificultades.



SIGUE PÁG. 12

Do Vegetarians Need to Take Supplements?

VIENE PÁG.11



Whether you are a vegetarian or know someone who is (or maybe you are considering becoming one), you have probably heard various views on supplements. Some people maintain that you can't be healthy on a vegetarian diet without supplements; others say the vegetarian diet is perfectly adequate, and supplements aren't necessary. It's impossible to give this question a simple "yes or no" answer, but it is possible to explore the issue and discuss what supplements may or may not be necessary.

First, as with omnivores, what a vegetarian eats or doesn't eat is what determines his or her need for supplements. A vegetarian who is living on crackers and lettuce probably isn't getting adequate nutrients, but neither is an omnivore who is subsisting on bologna and bacon. So anyone, regardless of whether or not you are a vegetarian, will likely experience nutrient deficiencies if a poor diet is followed.

Assuming you're eating a balanced, varied, whole-food vegetarian diet, then you may not need supplements. Here are some you might want to consider.

1. Vitamin B12 is lacking in some vegetarian diets, particularly in vegan diets where no meat, dairy, or eggs are consumed. Vitamin B12 is found only in animal flesh, dairy products, and eggs, so a supplement may be necessary on a vegetarian diet. You can eat fortified foods such as store-bought bread instead of taking a supplement if you prefer. Brewer's yeast (not baking yeast) is also a natural source of vitamin B12.

SIGUE PÁG. 13

Do Vegetarians Need to Take Supplements?

VIENE PÁG.12

2. Iron is sometimes cited as a nutrient lacking in vegetarian diets, since most people get their iron from meat. But you probably don't need an iron supplement if your vegetarian diet includes lots of whole grains and leafy greens. And you will probably get enough iron if you eat eggs and dairy products in your vegetarian diet. Brewer's yeast also has iron.

3. Vitamin D may be necessary if your location and/or lifestyle involves little exposure to the sun, and if you do not eat Vitamin D-rich dairy products and eggs.

4. Essential fatty acids found in fish, Omega-3s, may need to be taken in supplement form if your vegetarian diet does not include fish. However, Omega-3s are also found in some nuts, seeds, and oils, so as long as nuts and seeds and healthy oils are a regular part of your diet, you may not need a supplement.

5. Calcium supplements will probably not be necessary. It has been shown that leafy green vegetables, sesame seeds, tofu, and other plant sources not only contain adequate calcium, but the body may actually absorb calcium better from these plant sources than from dairy products. Fish-eating vegetarians can get calcium from sardines, bone-in canned salmon, and other fish.

IF YOU WANT MORE INFORMATION YOU CAN CONTACT THE SUIGIENTE PAGE

<http://www.healtharticles.lk/articles/1566/1/Do-Vegetarians-Need-to-Take-Supplements/Page1.html>

Núcleos temáticos: Comunicación I e Inglés I

Docentes: Diana Maria Molina, William Delgado

Estudiantes: Guillermo Amaya, Laura Bonilla, Laura Molano, María Fernanda Parra, Yeraldin Rodríguez.



TECNOLOGÍAS SALÚBRICAS AGUSTINIANAS PRECOLOMBINAS APLICADAS A LOS PROCESOS VIDA-MUERTE, SALUD-ENFERMEDAD EVIDENTES A TRAVÉS DE SU ARTE LÍTICO”

Estudiantes de II semestre de Enfermería de los núcleos temáticos Psicología General, Social y Comunitaria, Sociedad y Salud y Electiva I Manejo del Tiempo Libre de la docente Doris Leal; Sociedad y Medio Ambiente del docente Éver Ramirez y Comunicación II de la docente Diana Molina.



TECNOLOGÍAS SALÚBRICAS AGUSTINIANAS PRECOLOMBINAS APLICADAS A LOS PROCESOS VIDA-MUERTE, SALUD-ENFERMEDAD EVIDENTES A TRAVÉS DE SU ARTE LÍTICO"



¿ES FALTA DE INFORMACIÓN O AUTONOMÍA PARA TOMAR LA DECISIÓN DE PLANIFICAR?

En nuestra comunidad udecina es notorio el incremento de mujeres jóvenes gestantes durante el transcurso de la carrera. Esto nos preocupa, ya que mediante el programa de enfermería mantenemos informándonos constantemente de estos temas, incluso la Unidad Amigable de la seccional Girardot portadora de métodos de planificación familiar aborda la información necesaria y el total conocimiento sobre ventajas y desventajas de los tratamientos de planificación que ofrece.

Según la estadística tomada de los registros de control de la Unidad Amigable, podemos inferir que las estudiantes entre los 15 y los 30 años de edad acuden a consumir anticonceptivos orales como: yaxibelle, synovular suave, minipil suave, bellaface, e inyectables como: nofertyl, mesigyma, femexin, también se pueden adquirir condones; este beneficio lo brinda la universidad junto con el laboratorio Lafrancol que nos surte el dispensador, pero a pesar de tantos medios, la incidencia de este control es muy bajo según la base de datos debido a que no existe una disciplina en el manejo del condón.

No podemos generalizar, pero muchos de estos embarazos no son deseados, puesto que afectan su carrera incluso la abandonan, es válido apuntar que el núcleo familiar las desmoraliza y no les presta el suficiente apoyo y trae como consecuencia el aborto inducido, hay otro caso poco común que va ligado con la necesidad, pues no es extraño encontrar estudiantes con un compromiso civil ya adquirido y muy seguramente con la edad suficiente para asumir esta responsabilidad.



SIGUE PÁG. 17

¿ES FALTA DE INFORMACIÓN O AUTONOMÍA PARA TOMAR LA DECISIÓN DE PLANIFICAR?

VIENE PAG.16

Confrontando con lo que nos consagra la constitución política de Colombia en el Artículo 42 y destacando una cita de él: "La pareja tiene derecho a decidir libre y responsablemente el número de sus hijos, y deberá sostenerlos y educarlos mientras sean menores o impedidos. Las formas del matrimonio, la edad y capacidad para contraerlo, los deberes y derechos de los cónyuges, su separación y la disolución del vínculo, se rigen por la ley civil", esto conlleva a que las personas tengan la plena libertad de tener hijos sin importar las consecuencias y obviando la interpretación correcta de lo que nos quiere dar a conocer la posición de la ley: "libertad con responsabilidad".

LA SOLUCIÓN ESTA EN SUS MANOS, LA UNIVERSIDAD LE APOYA

Por el bienestar de todos y compromiso que adquirimos como estudiantes de la Universidad de Cundinamarca, lo invitamos cordialmente a que se acerque a una capacitación personalizada en la Unidad Amigable que está en permanente disposición sobre la problemática que estamos tratando. Existen fuentes de información encargadas de contribuir con el buen uso de métodos anticonceptivos y prevenir en su vida factores de riesgo.



SIGUE PÁG. 18

¿ES FALTA DE INFORMACIÓN O AUTONOMÍA PARA TOMAR LA DECISIÓN DE PLANIFICAR?

VIENE PÁG.18

Anteriormente se nombraron algunos medicamentos que puede suministrar la universidad, a continuación le informaremos de su correcta utilización.

USO APROPIADO DEL CONDÓN

El uso apropiado del preservativo mejora considerablemente su eficacia. Los preservativos masculinos más comunes se presentan enrollados sobre sí mismos y diseñados para aplicarse desde la punta del glande y desenrollarse a lo largo del cuerpo hasta la raíz del pene erecto.

" El preservativo debe ser puesto sobre el pene erecto inmediatamente después de alcanzar la erección y antes de cualquier contacto con la vagina o el ano de la pareja, dejando en el extremo superior una cavidad vacía y libre de aire, para almacenar el semen luego de la eyaculación. Si el pene no es circunciso, se recomienda bajar el prepucio.

" Si la vagina de la pareja no produce una buena cantidad de lubricación natural, se debe usar lubricante para reducir la abrasión del preservativo.

" El uso de lubricante es prácticamente necesario en el sexo anal, ya que la mucosa anal no genera su propio lubricante.

" Se debe usar un lubricante apropiado dependiendo del material del preservativo. Con los condones de látex hay que usar un lubricante con base de agua y glicerina o de silicona médica, ya que el hule es soluble en petrolatos y otras sustancias presentes en la vaselina, los aceites para bebés y aceites para masaje. Los preservativos fabricados en poliuretano sí pueden usarse con cualquier tipo de lubricante, sin que se deterioren.

" Para realizar sexo anal, se pueden conseguir preservativos especialmente diseñados para ello (más gruesos, por lo tanto más difícil de rasgarse).

" No se recomienda el uso de preservativos de poliuretano para coito anal, porque no se ha comprobado la efectividad del poliuretano para brindar protección en estas situaciones, y hay, en cambio, evidencia de inflamación y desgarramiento del recto cuando éstos se emplean con este modo.

" También es peligroso el uso de espermicida en prácticas anales, ya que existen estudios que demuestran que afecta a las defensas del epiteliorectal, debilitándolas, y por tanto, haciendo vulnerable al usuario a una infección transmitida sexualmente.

" No se deben guardar los preservativos directamente en el bolsillo del pantalón, ya que la fricción y el calor corporal durante periodos prolongados tiende a debilitar el látex. Lo mismo sucede si los preservativos se guardan en la guantera del automóvil.

" El pene se debe retirar inmediatamente después de la eyaculación, cuando todavía está erecto, ya que no hacerlo implica un riesgo innecesario.

" Al retirar el pene de la vagina o el ano, se debe tomar con los dedos la base del preservativo para evitar que se resbale y quede dentro, con riesgo de contagio o concepción.

" Deben lavarse las manos y el pene antes de continuar el contacto sexual con la pareja.

" Para quien nunca antes ha usado un preservativo, es recomendable provocarse una erección y colocárselo a solas. Las mujeres también pueden practicar utilizando una verdura elongada.

" Los preservativos son desechables, no se deben volver a usar.

SIGUE PÁG. 20

¿ES FALTA DE INFORMACIÓN O AUTONOMÍA PARA TOMAR LA DECISIÓN DE PLANIFICAR?

VIENE PÁG.18

¿CÓMO SE TOMAN LAS PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS?

El método más fácil de usar, es probablemente, la píldora anticonceptiva combinada. Existen dos clases de paquetes: el de 28 días y el de 21 días.

Con los paquetes de 28 días tomas 21 píldoras con hormonas y luego 7 placebos que no contienen hormonas. Las últimas 7 pastillas son pastillas recordatorio y son tomadas durante las 4 semanas incluyendo el período menstrual. Existe una clase de pastilla en la que 26 de ellas son activas, por lo que debe tomar todas las que contenga la prescripción.

Con el paquete de 21 días toma una cada día, durante tres semanas y la cuarta semana, que es cuando la menstruación usualmente ocurre, no toma ninguna pastilla por 7 días. El ciclo luego, se repite.

Las pastillas con progesterona se comercializan sólo en paquetes de 28 días. Todas las pastillas con progesterona son activas, es decir que ellas contienen hormonas y debes tomarlas todas, sin excepción.

Debe seguir las instrucciones indicadas en el prospecto. Quién cuide de su salud le explicará como debe usar el paquete de pastillas. Le dirán cuándo debe empezar las mismas: podrá ser un domingo, el primer día del período menstrual. O usted el día que esté en la clínica.



SIGUE PÁG. 20

¿ES FALTA DE INFORMACIÓN O AUTONOMÍA PARA TOMAR LA DECISIÓN DE PLANIFICAR?

VIENE PÁG.19

" Si empieza a tomar las pastillas el día domingo: debe tomar la primera pastilla activa del paquete el domingo posterior al inicio de su menstruación, aún cuando su período continúe. Si su período menstrual comienza un domingo, debe comenzar a tomar la pastilla ese mismo día. Continúe tomando la pastilla diariamente hasta terminar el paquete (de 28 pastillas) y luego inicie un nuevo paquete al día siguiente. Si esta usando un paquete de 21 pastillas tome una todos los días hasta acabar el paquete y luego descanse 7 días antes de comenzar el nuevo paquete (usa otro método anticonceptivo complementario durante la primera semana que toma las pastillas, del domingo en que inicia el paquete al domingo siguiente).

" Si empieza a tomar las pastillas el primer día de su período menstrual: debe hacerlo todos los días a la misma hora. Al empezar a tomar las pastillas el primer día de su período, su primer paquete abarcará dos períodos menstruales (la primera y la cuarta semana) y en los siguientes paquetes, sólo presentará un período menstrual (durante la cuarta semana). (No es necesario otro método anticonceptivo dado que la protección se mantiene desde el inicio). Es recomendable siempre el uso del preservativo.

Deberá tomar una pastilla cada día a la misma hora hasta finalizar el paquete. La mejor hora es media hora después de una comida sustanciosa o ligera, o, antes de dormir. Puede presentar cuadros de náuseas el primer mes, pero generalmente desaparecen al poco tiempo. Algunas mujeres prefieren tomar la pastilla a primera hora de la mañana, pero en ellas es más frecuente el cuadro de náuseas, especialmente si omiten el desayuno. Fije un horario en el que te sea cómodo tomar la pastilla y marca un recordatorio en su calendario, o deje sonar el despertador o algo que le permita recordar que debe tomar la pastilla. La puede poner cerca del cepillo de dientes, de forma tal, que la pueda ver todos los días y así recordar que la debe tomar. También puede colocar una calcomanía en el espejo del baño o guardarla en el cajón de su ropa interior.

Después de haber completado el paquete de 28 píldoras, usted debería empezar inmediatamente un nuevo paquete de píldoras el próximo día. No se saltee ningún día entre cada paquete de píldoras. La mayoría de mujeres prefieren tomar las píldoras de 28 días porque encuentran que es más fácil acordarse de tomar la píldora cada día. Durante su cuarta semana en el ciclo de la píldora, usted debería tener su menstruación. Su periodo menstrual debería parar cuando empiece el nuevo paquete de píldoras.

SIGUE PÁG. 21

¿ES FALTA DE INFORMACIÓN O AUTONOMÍA PARA TOMAR LA DECISIÓN DE PLANIFICAR?

VIENE PÁG.20

¿Qué efectivas son las pastillas anticonceptivas en la prevención de las ETS?

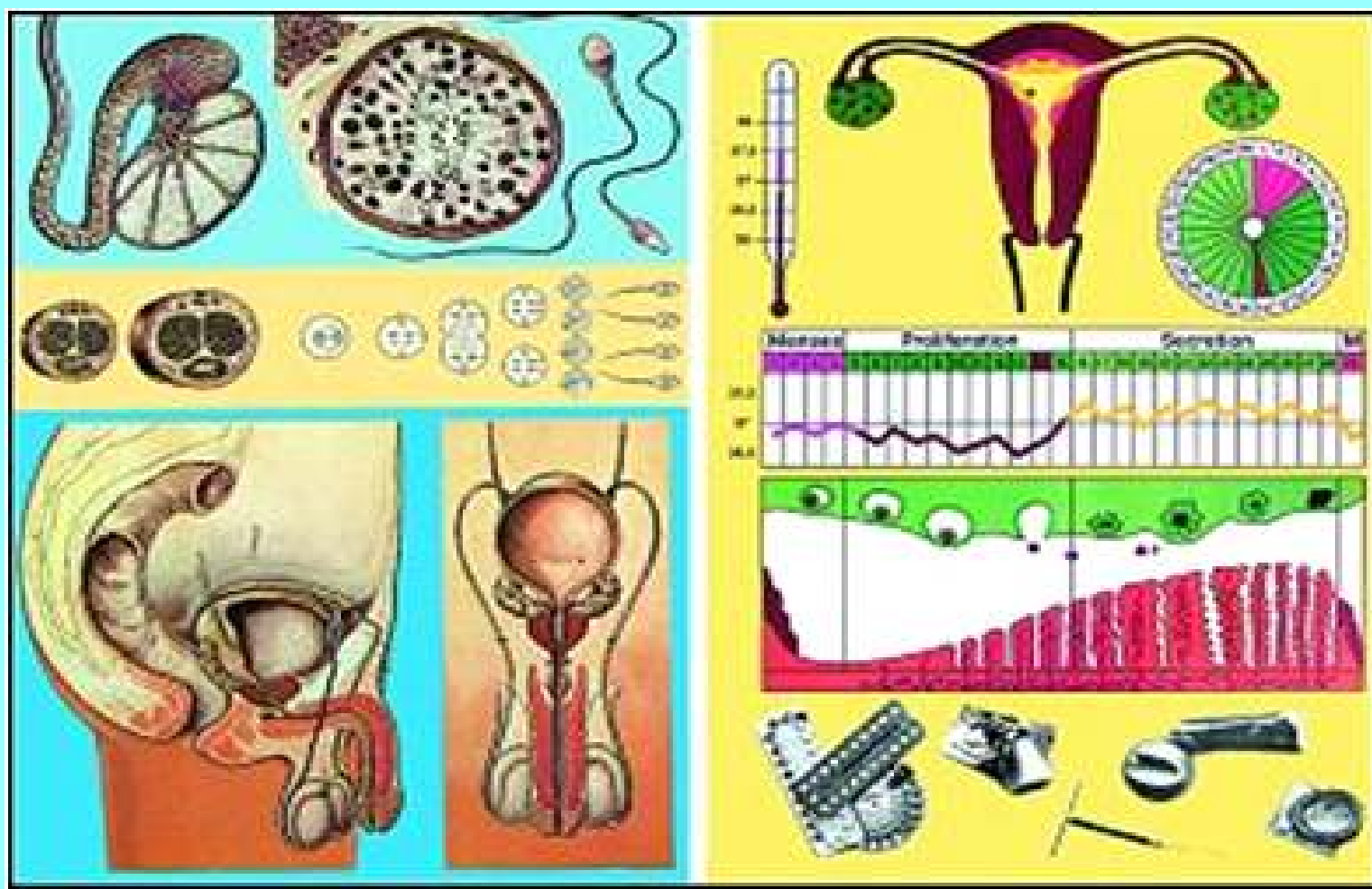
Las pastillas anticonceptivas no previenen las enfermedades de transmisión sexual (ETS). Los preservativos deben usarse siempre.

¿Tienen las pastillas anticonceptivas beneficios médicos?

La pastilla anticonceptiva no sólo previene el embarazo, sino tiene algunos otros beneficios médicos colaterales. Hay adolescentes que toman pastillas sólo por los beneficios médicos y no como anticonceptivo.

Algomenorrea o Dismenorrea

Las pastillas anticonceptivas pueden ser la solución para las niñas que presentan severas algomenorreas (dolores menstruales) y que no responden a las mediaciones analgésicas que encontramos en el mercado. Esto ocurre porque las pastillas anticonceptivas combinadas inhiben la ovulación, a la vez que quitan el dolor que se experimenta durante la misma, en mitad del ciclo menstrual.



SIGUE PÁG. 22

¿ES FALTA DE INFORMACIÓN O AUTONOMÍA PARA TOMAR LA DECISIÓN DE PLANIFICAR?

VIENE PÁG.21

ANTICONCEPTIVOS INYECTABLES

¿Cómo se colocan?

Cada mes o cada tres meses, dependiendo del caso, necesita acudir al ginecólogo para que le inyecte. La primera inyección se aplica dentro de los primeros cinco días de su periodo.

Es importante que lleve un calendario para saber cuándo le toca la siguiente inyección y esté protegida. Si olvida una dosis, necesitará protegerse con otro método anticonceptivo hasta que vuelvan a aplicársela.

Ventajas

- o Tienen 99.7% de efectividad (en un uso de mil mujeres durante un año).
- o 24 horas después de aplicarse estás protegida contra el embarazo por uno o tres meses.
- o Le permiten tener espontaneidad en el acto sexual.
- o Pueden disminuir el sangrado y los cólicos menstruales.
- o Reducen el riesgo de sufrir anemia.

Desventajas

- o No protegen contra las ETS, incluyendo el SIDA.
- o Necesita acudir periódicamente con su ginecólogo a aplicárselos.

Núcleo: Cátedra Udecina y Constitución y Democracia

Docente: Elsa Judith Ortiz, Germán Alfonso Mantilla

Estudiantes: Alejandra Vargas y Eliana Polanco



EL MERCURIO Y SUS REPERCUSIONES EN LA SALUD HUMANA Y AMBIENTAL

El mercurio

El mercurio es un elemento químico, cuyo símbolo es Hg, número atómico 80 y peso atómico 200.59. Es un líquido blanco plateado a temperatura ambiente. Es un metal noble, soluble únicamente en soluciones oxidantes. El mercurio sólido es tan suave como el plomo. El metal y sus compuestos son muy tóxicos.



Este metal se utiliza en interruptores eléctricos, termómetros, barómetros, tacómetros y termostatos y en la manufactura de lámparas de vapor de mercurio. Se utiliza en amalgamas de plata para empastes de dientes.



Efectos del Mercurio sobre la salud humana

El Mercurio metálico es usado en una variedad de productos de las casas, como barómetros, termómetros, y bombillas fluorescentes; en estos mecanismos está atrapado y usualmente no causa ningún problema de salud. De cualquier manera, cuando un termómetro se rompe una exposición significativamente alta al Mercurio ocurre a través de la respiración, esto ocurrirá por un periodo de tiempo corto mientras este se evapora.

Este elemento químico, tiene un número de efectos significativos sobre la salud humana, que pueden ser clasificados en los siguientes:

- ? Daño al sistema nervioso
- ? Daño a las funciones del cerebro
- ? Daño al ADN y cromosomas
- ? Reacciones alérgicas, irritación de la piel, cansancio, y dolor de cabeza
- ? Efectos negativos en la reproducción, daño en el esperma, defectos de nacimientos y abortos
- ? Vómito y diarrea.



El daño a las funciones del cerebro puede causar la degradación de la habilidad para aprender, cambios en la personalidad,

temblores, cambios en la visión, sordera, incoordinación de músculos y pérdida de la memoria. Daño en el cromosoma y es conocido que causa mongolismo.

SIGUE PÁG. 24

EL MERCURIO Y SUS REPERCUSIONES EN LA SALUD HUMANA Y AMBIENTAL

VIENE PÁG.23

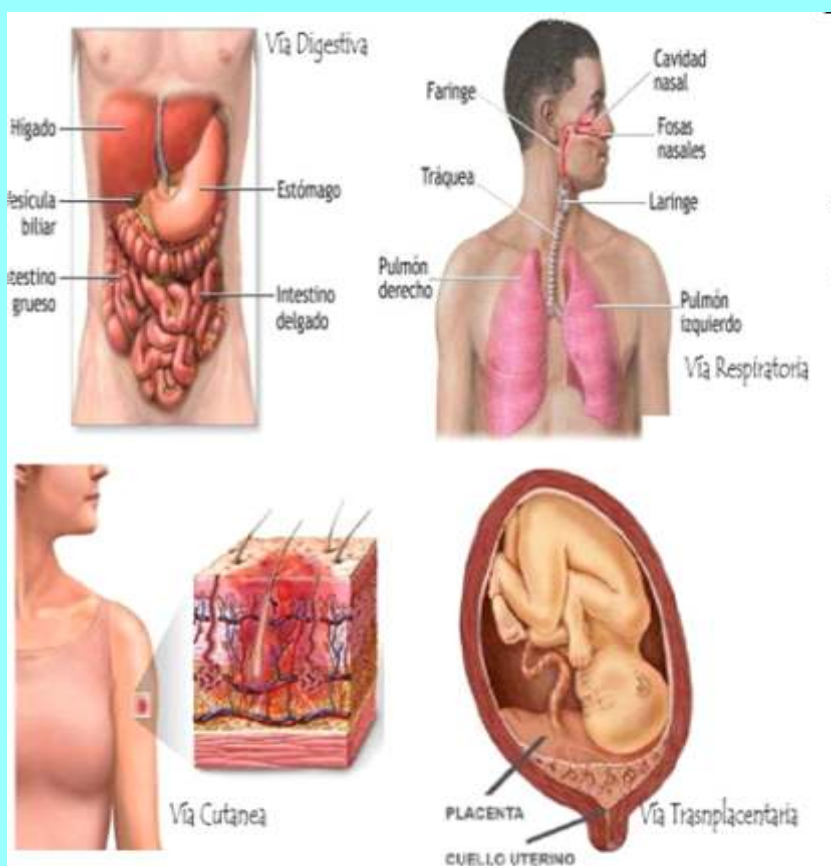
Movimiento del mercurio en el organismo.

Las principales vías de absorción de los compuestos mercuriales son la respiratoria, digestiva, cutánea y transplacentaria.

Los vapores de mercurio atraviesan fácilmente las membranas celulares, alcanzando con rapidez el torrente circulatorio.

El mercurio metálico prácticamente no se absorbe por vía digestiva mientras que otros compuestos mercuriales se absorben por vía oral.

Diferentes compuestos mercuriales atraviesan la barrera placentaria, encontrándose concentraciones similares de mercurio en sangre materna y en el cordón umbilical.



Manifestaciones clínicas agudas.



La ingesta de mercurio, puede ocasionar un cuadro clínico que se caracteriza por una gastroenteritis aguda, estomatitis

y colitis ulcerosa hemorrágica, también puede presentarse una insuficiencia renal aguda, como consecuencia de una necrosis tubular aguda que afecta esencialmente a los túbulos proximales, en los casos graves se presenta shock e incluso puede conllevar la muerte.

Manifestaciones clínicas crónicas.



Las manifestaciones clínicas debidas a la exposición crónica al mercurio suelen cursar en forma de gingivitis y estomatitis, con salivación excesiva y dolor gingival,

algunas veces se observa un rodete mercurial (pigmentación de las encías) y con frecuencia hay pérdida de piezas dentarias.

Las alteraciones del sistema nervioso central se manifiesta por cambios de carácter y de personalidad (eretismo mercurial); el paciente puede presentar una timidez excesiva, insomnio, irritabilidad, pérdida de memoria, alucinaciones y estados maniaco-depresivos. También puede aparecer un temblor de tipo intencional (temblor mercurial).

SIGUE PÁG. 25

EL MERCURIO Y SUS REPERCUSIONES EN LA SALUD HUMANA Y AMBIENTAL

VIENE PÁG.25

Efectos ambientales del Mercurio

El Mercurio no es encontrado de forma natural en los alimentos, pero este puede aparecer en la comida así como ser expandido en las cadenas alimentarias por pequeños organismos que son consumidos por los humanos, por ejemplo a través de los peces.



Las concentraciones de Mercurio en los peces usualmente exceden en gran medida las concentraciones en el agua donde viven. Los productos de la cría de ganado pueden también contener eminentes cantidades de Mercurio. El Mercurio no es comúnmente encontrado en plantas, pero este puede entrar en los



cuerpos humanos a través de vegetales y otros cultivos. Cuando sprays que contienen Mercurio son aplicados en la agricultura.



La mayoría del Mercurio liberado por las actividades humanas es liberado al aire, a través de la quema de productos fósiles, minería, fundiciones y combustión de residuos sólidos.



Algunas formas de actividades humanas como la minería a campo abierto, liberan Mercurio directamente al suelo o al agua, por ejemplo la aplicación de fertilizantes en la agricultura y los vertidos de aguas residuales industriales. Todo el Mercurio que es liberado al ambiente eventualmente terminará en suelos o aguas superficiales. Los efectos del Mercurio en los animales son daño en los riñones, trastornos en el estómago, daño en los intestinos, fallos en la reproducción y alteración del ADN.

Peligro para la salud de los trabajadores.



La exposición más común al mercurio en el trabajo es por inhalación de vapores de mercurio líquido. Si no se maneja de

manera adecuada, los derrames de mercurio, por más mínimos que sean, líquidos, por ejemplo por rotura de termómetros, pueden contaminar el aire de espacios cerrados por encima de los límites recomendados y tener consecuencias graves para la salud. Dado que el vapor de mercurio es inodoro e incoloro, las personas lo pueden respirar sin darse cuenta. Para el mercurio líquido, la inhalación es la vía de exposición que plantea el mayor riesgo para la salud.

SIGUE PÁG. 26

EL MERCURIO Y SUS REPERCUSIONES EN LA SALUD HUMANA Y AMBIENTAL

VIENE PÁG.26

Estrategias.

Para comprender mejor el problema del mercurio en el sector de la salud, se recomienda que los países realicen evaluaciones sobre la utilización actual de mercurio y sobre los programas de manejo de desechos.

La OMS propone el siguiente esquema de trabajo en colaboración con los países mediante estos pasos estratégicos.

- ? A corto plazo: Elaborar procedimientos para la limpieza y el manejo de desechos de mercurio en centros de salud.
- ? A medio plazo: Aumentar los esfuerzos para reducir la utilización innecesaria de equipo con mercurio. Los hospitales deben hacer un inventario de su utilización de mercurio. En este inventario se deben clasificar los equipos como inmediatamente sustituibles y gradualmente sustituibles.
- ? A largo plazo: Respaldar la prohibición de utilizar dispositivos que contengan mercurio y promover con eficacia la utilización de alternativas sin mercurio.

Webgrafia imágenes

<http://moralypolitica.blogspot.com/2010/09/sobre-una-controversia-el-papel-de-los.html>

http://tareaz.com/index.php?id_txt=1UA2LZEAG

http://www.medicinalibre.com/nova/NNws_ShwNewDup?codigo=2036&cod_primaria=1333&cod_secundaria=100448

<http://blogbis.blogspot.com/2008/11/sindrome-de-down.html>

http://www.umm.edu/esp_imagepages/8710.htm

http://www.umm.edu/esp_imagepages/9248.htm

<http://www.webdelbebe.com/pre-natal/2trimestre/que-es-la-placenta-previa.html>

www.umm.edu/graphics/images/es/19690.jpg

www.raw-food-health.net/images/Crohnssshot.jpg

<http://www.estrucplan.com.ar/producciones/entrega.asp?identrega=780>

<http://duvandrey2008.blogspot.com/2008/11/explotacin-piscicola.html>

<http://www.gastronomiaycia.com/2009/01/28/vacas-con-nombre-propio/>

<http://www.monografias.com/trabajos12/contagua/contagua.shtml>

SIGUE PÁG. 28

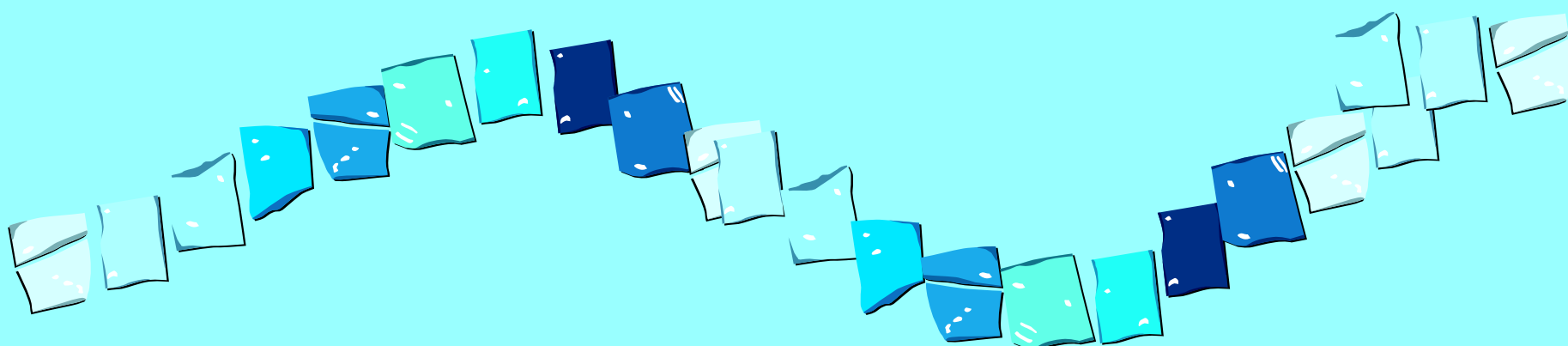
EL MERCURIO Y SUS REPERCUSIONES EN LA SALUD HUMANA Y AMBIENTAL

VIENE PÁG.25

Núcleos temáticos: Sociedad y Salud, Salud Mental, Salud y Medio Ambiente

Docentes: Doris Leal, Edgar Cartagena, José Ever Ramirez.

Estudiantes: Sergio Iván Rodríguez, Dirik Jahaira Galindo, Jenniffer Viviana Ortiz, Tatiana Milena Bahamón, Jennifer Andrea Torrez.



LA COMUNICACIÓN NO VERBAL

En la comunicación cotidiana sólo una pequeña parte de la información que obtenemos de esa persona procede de sus palabras. Los investigadores han estimado que entre un 60 y un 70% de lo que comunicamos lo hacemos mediante el lenguaje no verbal; es decir, gestos, apariencia, postura, mirada y expresión.

El efecto de este lenguaje corporal tiene lugar a nivel inconsciente, de manera que, después de estar sólo un par de minutos conversando con alguien a quien acabamos de conocer, podemos llegar a la conclusión de que esa persona no es de fiar o no nos gusta sin que podamos explicar el motivo exacto. Puede bastar una postura, mirada y gesticulación para hacernos sentir incómodos, nerviosos o enfadados, o bien alegres, joviales y optimistas. El lenguaje no verbal es en parte innato, imitativo y aprendido. Generalmente, distintas áreas del cuerpo tienden a trabajar unidas para enviar el mismo mensaje, aunque a veces es posible enviar mensajes contradictorios, como cuando alguien está contando una anécdota divertida pero la expresión de su cara es triste. Esto puede ser debido, por ejemplo, a que mientras habla está pensando en otra cosa, tal vez en lo siguiente que va a decir, y la expresión de su cara se corresponde con lo que está pensando y no con lo que está diciendo, de manera que deja perplejo a su interlocutor. Por ello en esta comunicación se estudia la comunicación no verbal del español, estructurándola en las siguientes dimensiones:

- " Kinésica: incluye el movimiento corporal, las expresiones faciales, miradas y posturas.
- " Tactésica: es el estudio sistemático del contacto corporal.
- " Prosémica: analiza y estudia las distancias sociales durante la interacción enfermero paciente.
- " Paralingüística: es considerada como comunicación verbal por que estudia el tono, el timbre y el volumen de la voz.
- " Características físicas del interlocutor: se refiere al color de piel, forma y olor corporal de la persona.
- " Artefactos: objetos o adornos corporales (ropa, joyas, cabello, barba, perfume, etc.)
- " Factores ambientales: describe las características del entorno en el que se da la comunicación.

Todas estas dimensiones hacen parte de la comunicación y en especial de la no verbal; es por ello que se debe ser muy cuidadoso al utilizarlas.



Núcleo temático: Comunicación I

Docente : Diana Molina

Estudiantes: Pedro de Castro, Alejandra Gonzáles, Denisse Portilla, Daniela Rojas, Karen Zabala.

LA VARICELA UNA ENFERMEDAD CON CICATRICES IRREPARABLES EN LA PIEL Y EN EL CORAZÓN TODO LO QUE DEBES SABER ACERCA DE ESTA ENFERMEDAD SI ESTA O DESEA ESTAR EN EMBARAZO

La varicela durante el embarazo

La varicela es una enfermedad de la infancia que puede conllevar riesgos para el feto si la madre la contrae durante el embarazo.

Más del 90 por ciento de las mujeres embarazadas son inmunes a la varicela porque han tenido la enfermedad antes del embarazo o porque recibieron la vacuna de niñas. Las mujeres inmunes a la varicela no pueden contraerla y, por lo tanto, no necesitan preocuparse durante el embarazo. No obstante, hay muchas mujeres que no saben si han tenido varicela alguna vez. Por esta razón, se recomienda a las mujeres embarazadas hablar sobre esta enfermedad con su médico durante su primera visita prenatal.

¿Qué es la varicela?

La varicela es una enfermedad viral generalmente leve, caracterizada por fiebre y una erupción en la piel en forma de vesículas que pican. Normalmente, los síntomas aparecen de 14 a 16 días después de la exposición a la enfermedad. Aunque las complicaciones serias son poco comunes en los niños, aproximadamente el 15 por ciento de los adultos infectados desarrolla una forma peligrosa de neumonía.

La varicela se contagia por vía respiratoria por la exposición a la tos o estornudos de una persona infectada y a través del contacto directo con la erupción de la persona enferma. Una persona infectada puede transmitir la varicela desde uno a dos días antes de la aparición de la erupción hasta que ésta deja de extenderse y se convierte en costras (generalmente cinco días después de la aparición de la erupción cutánea). Cuanto más cercano sea el contacto de una mujer embarazada no inmune con una persona infectada, mayores serán las probabilidades de que contraiga la varicela. Si el portador de la enfermedad es un miembro de la familia, existe un 90 por ciento de probabilidades de que contraiga la varicela. Si el portador es una persona infectada ajena a la casa, el riesgo es menor. Ante cualquier tipo de exposición a la varicela, la mujer debe consultar inmediatamente a su médico. Las mujeres embarazadas también pueden contraer varicela por el contacto con una persona con herpes, que es causado por el mismo virus.



LA VARICELA UNA ENFERMEDAD CON CICATRICES IRREPARABLES EN LA PIEL Y EN EL CORAZÓN TODO LO QUE DEBES SABER ACERCA DE ESTA ENFERMEDAD SI ESTAS O DESEAS ESTAR EN EMBARAZO

VIENE PÁG.29

¿Cómo se diagnostica la varicela?

Por lo general, la varicela se diagnostica mediante un examen físico, aunque en algunos casos puede ser necesario confirmarla con un análisis de laboratorio.

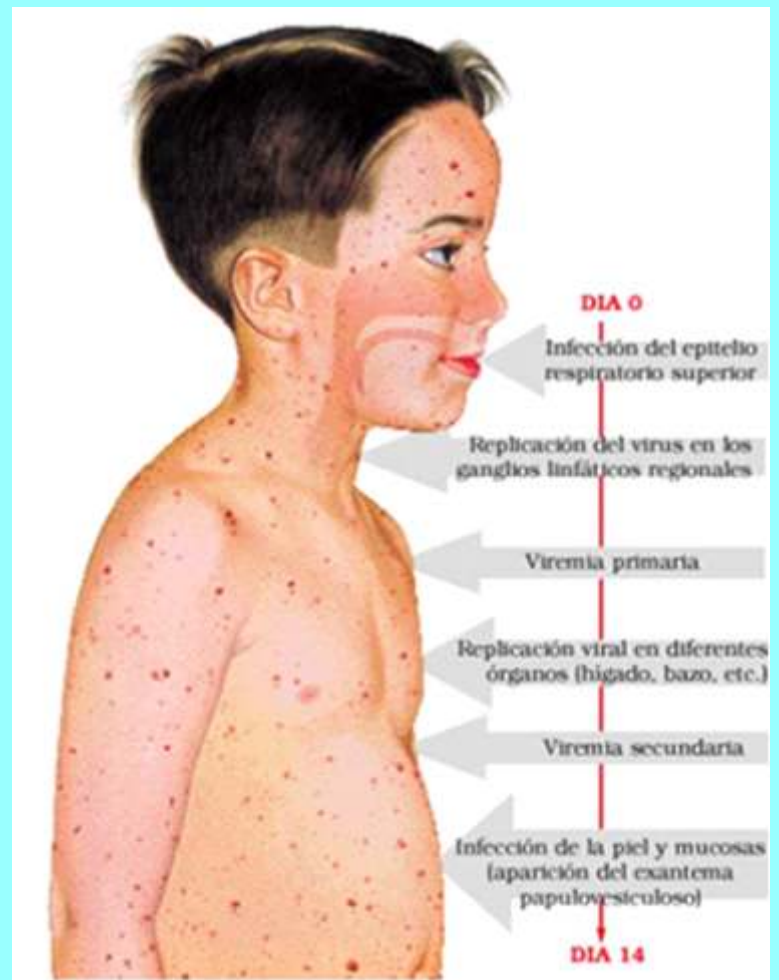
¿Con qué frecuencia se produce la varicela durante el embarazo?

En la actualidad, aproximadamente una de cada 2,000 mujeres embarazadas contrae la enfermedad en los Estados Unidos. Sin embargo, a medida que se difunda la vacuna contra la varicela, esta frecuencia seguramente se reducirá aun más.

¿Qué riesgos supone la varicela para el feto?

La varicela durante el embarazo puede causar síndrome de varicela congénita, un grupo de defectos congénitos que incluye lesiones, defectos de los músculos y huesos, malformaciones y parálisis de las extremidades, una cabeza demasiado pequeña, ceguera, convulsiones y retraso mental. Este síndrome sólo afecta a aproximadamente el uno al dos por ciento de los bebés cuyas madres contrajeron varicela durante las primeras 20 semanas (primera mitad) del embarazo. Los defectos congénitos son muy poco frecuentes cuando la infección se produce después de las 20 semanas, pero suelen producirse defectos que afectan el sistema nervioso central cuando la infección tiene lugar en el tercer trimestre de embarazo. Algunos defectos congénitos relacionados con la varicela pueden detectarse antes del nacimiento mediante un examen por ultrasonidos.

SIGUE PÁG. 31



Información general	
Definición Enfermedad contagiosa causada por la acción del virus varicela-zoster.	Edades afectadas Cualquier edad. Más frecuente en niños pequeños.
Síntomas Niños y adultos: - Fiebre. - Dolor abdominal, malestar general, al menos durante un par de días. - Erupción cutánea por todo el cuerpo de pequeñas manchas rojas. Evolucionan hasta convertirse en ampollas que reventan y forman una costra. Sólo adultos: - Desarrollan síntomas parecidos a los de la gripe.	Zona afectada Piel y membranas mucosas.
La erupción cutánea se extiende incluso por la cabeza, la nariz, la garganta, debajo de la lengua, en el pene y en el interior de la vagina.	
Más leves Más intensos	

LA VARICELA UNA ENFERMEDAD CON CICATRICES IRREPARABLES EN LA PIEL Y EN EL CORAZÓN TODO LO QUE DEBES SABER ACERCA DE ESTA ENFERMEDAD SI ESTAS O DESEAS ESTAR EN EMBARAZO

VIENE PÁG.30

¿Qué riesgos supone la varicela para el recién nacido?

Cuando la madre desarrolla una erupción entre cinco días antes del nacimiento y dos días después del nacimiento, del 25 al 50 por ciento de los recién nacidos se infectan. Los bebés desarrollan una erupción de cinco a 10 días después del nacimiento. Esta forma de la enfermedad es muy seria e incluso mortal. Requiere el tratamiento inmediato con una inyección de inmunoglobulina de varicela-zóster para neutralizar el virus y reducir la infección a una forma más leve.

La única versión de este producto actualmente disponible en los Estados Unidos es un nuevo medicamento de investigación fabricado en Canadá llamado VariZIG, aún no aprobado por la Administración de Alimentos y Medicamentos. En el caso de no poder obtenerlo a tiempo, los médicos pueden tratar a los bebés infectados con inmunoglobulina, que contiene diferentes anticuerpos, incluidos anticuerpos contra la varicela.

Si el bebé desarrolla síntomas serios a pesar del tratamiento, pueden resultar útiles los medicamentos antivirales (como Aciclovir).

Si la madre desarrolla una erupción entre 6 a 21 días antes del nacimiento, el bebé corre el riesgo de infección,

pero si la varicela se desarrolla tiende ser leve.

¿Cómo puede prevenirse la varicela en las mujeres embarazadas no inmunes y sus bebés?

Si una mujer embarazada no es inmune a la varicela o no sabe si lo es, puede realizarse un análisis de sangre para averiguarlo. Es conveniente que las mujeres que estén pensando en quedar embarazadas se realicen un análisis y, si no son inmunes, deben vacunarse. Aunque no se han informado casos de varicela congénita causados por la vacunación, se recomienda a las mujeres posponer el embarazo durante un mes después de recibir la vacuna. Las mujeres que ya están embarazadas no deben vacunarse.

Las mujeres embarazadas que están expuestas a una persona con varicela y cuyo análisis de sangre muestra que no son inmunes a la infección, deben tratarse con VariZIG dentro de las 96 horas de la exposición. De esta manera podrán prevenir la enfermedad y atenuar su gravedad. Si no es posible conseguir VariZIG, los médicos pueden utilizar inmunoglobulina. Aún no se ha determinado si la administración de inmunoglobulina de varicela-zóster a mujeres embarazadas ayuda a proteger al feto contra la infección.

SIGUE PÁG. 32

LA VARICELA UNA ENFERMEDAD CON CICATRICES IRREPARABLES EN LA PIEL Y EN EL CORAZÓN TODO LO QUE DEBES SABER ACERCA DE ESTA ENFERMEDAD SI ESTAS O DESEAS ESTAR EN EMBARAZO

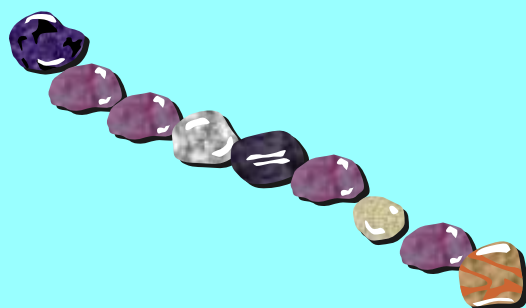
VIENE PÁG.31

¿Puede el herpes afectar al feto?

El herpes (herpes zóster) es causado por una reactivación limitada del virus de la varicela, por lo general años después de la infección. Produce la aparición de ampollas dolorosas en racimos localizados. El herpes es poco frecuente durante el embarazo y aparentemente no produce defectos congénitos.

Referencias

1. Koren, G. Congenital Varicella Syndrome in the Third Trimester. Lancet, volumen 366, 5 de noviembre de 2005, págs. 1591-1592.
2. American Academy of Pediatrics (AAP). Varicella-Zoster Infections, in Red Book: 2006 Report of the Committee on Infectious Diseases, 27ª edición. Elk Grove, IL: American Academy of Pediatrics, págs. 711-725.
3. Gershon, A.A. Chickenpox, Measles, and Mumps, en Remington, J.S., y otros (eds.): Infectious Diseases of the Fetus and Newborn Infant, 6a edición. Philadelphia, PA: Elsevier Saunders, 2006, págs. 694-737.
4. Hollier, L.M. y Grissom, H. Human Herpes Viruses in Pregnancy: Cytomegalovirus, Epstein-Barr Virus, and Varicella Zoster Virus. Clinics in Perinatology, 2005, págs. 671-696.
5. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). A New Product (VariZIG™) for Postexposure Prophylaxis of Varicella Available Under an Investigational New Drug Application Expanded Access Protocol. Morbidity and Mortality Weekly Report, volumen 55, número 8, 3 de marzo de 2006.



SIGUE PÁG. 33

LA VARICELA UNA ENFERMEDAD CON CICATRICES IRREPARABLES EN LA PIEL Y EN EL CORAZÓN TODO LO QUE DEBES SABER ACERCA DE ESTA ENFERMEDAD SI ESTAS O DESEAS ESTAR EN EMBARAZO

VIENE PÁG.32

¿Puede el herpes afectar al feto?

El herpes (herpes zóster) es causado por una reactivación limitada del virus de la varicela, por lo general años después de la infección. Produce la aparición de ampollas dolorosas en racimos localizados. El herpes es poco frecuente durante el embarazo y aparentemente no produce defectos congénitos.

Referencias

1. Koren, G. Congenital Varicella Syndrome in the Third Trimester. Lancet, volumen 366, 5 de noviembre de 2005, págs. 1591-1592.
2. American Academy of Pediatrics (AAP). Varicella-Zoster Infections, in Red Book: 2006 Report of the Committee on Infectious Diseases, 27ª edición. Elk Grove, IL: American Academy of Pediatrics, págs. 711-725.
3. Gershon, A.A. Chickenpox, Measles, and Mumps, en Remington, J.S., y otros (eds.): Infectious Diseases of the Fetus and Newborn Infant, 6a edición. Philadelphia, PA: Elsevier Saunders, 2006, págs. 694-737.
4. Hollier, L.M. y Grissom, H. Human Herpes Viruses in Pregnancy: Cytomegalovirus, Epstein-Barr Virus, and Varicella Zoster Virus. Clinics in Perinatology, 2005, págs. 671-696.
5. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). A New Product (VariZIG™) for Postexposure Prophylaxis of Varicella Available Under an Investigational New Drug Application Expanded Access Protocol. Morbidity and Mortality Weekly Report, volumen 55, número 8, 3 de marzo de 2006.

NÚCLEOS TEMÁTICOS Microbiología, Bioquímica y Biología.

Docentes: Lizzeth Trujillo y Luis Alberto Martínez.

Estudiantes: Johana Patricia Ruiz Padilla, Derly Emilse Luna Barrios, Jennifer Andrea Rodríguez Moreno, Ingrid Vannesa García Jiménez.



VELOCIDAD VS PRUDENCIA

El domingo 6 de marzo de 2011 en la vía Melgar-Girardot, "Un bus se volcó lateralmente al estrellarse contra el separador verde que divide la carretera, debido a posibles fallas humanas de un conductor de la empresa de transportes Auto fusa más situaciones climáticas; dos mujeres murieron . Entre ellas, una menor de edad; además diez heridos fueron remitidos al Centro Asistencial de Girardot, pero sólo algunos fueron atendidos de gravedad", afirmó el coronel Manuel Silva Niño, comandante de la Policía de Tránsito de Cundinamarca.

Cabe resaltar que dentro de los heridos de este aparatoso accidente se encuentran estudiantes del Programa de Enfermería de la Universidad de Cundinamarca, seccional Girardot; entre ellos está Karen Murcia estudiante de quinto semestre que fue la más afectada sufriendo un trauma craneo encefálico severo y afección en órganos vitales.

A causa de esto los estudiantes de la Universidad de Cundinamarca, seccional Girardot, realizaron una marcha pacífica contra la imprudencia y la insolidaridad que en algunos casos se presenta en los conductores de las empresas de transportes, queriendo concientizarlos de la importancia de tener prudencia a la hora de asumir con responsabilidad el volante. Además, el general Rodolfo Palomino, director de Tránsito y Transporte de la Policía, también recomendó a los transportadores tener mayor responsabilidad y solidaridad en la temporada de lluvias y advirtió que es importante disminuir por lo menos en un 40 por ciento la velocidad al transitar por las vías, para evitar accidentes similares.



SIGUE PÁG. 35

VELOCIDAD VS PRUDENCIA

VIENE PÁG.34

NÚCLEOS TEMÁTICOS:

Salud Mental, Salud y Medio Ambiente, Sociedad y Salud.

Docentes: Edgar Cartagena Torres, José Ever Ramírez Calderón, Doris Leal

Estudiantes: Ivonne Andrea Leal, Leonardo Antonio Rodríguez, Jenifer Guzmán García, Leidy Julieth Melo, Natalia Marín Escobar



Abriendo Camin



35



EL CAMPAMENTO DEL ADULTO 1

Desde el año 2003 se empezó a sentir la necesidad de realizar una actividad extramural sobre atención prehospitalaria del paciente politraumatizado unidad que se desarrolla en el núcleo temático del Cuidado de Enfermería del Paciente en Estado de Urgencias, Quirúrgico y Trabajador ubicado hoy en día en el V semestre de Enfermería de la Universidad de Cundinamarca. En la región y en el país los profesionales de la salud tienen que estar preparados para accidentes o desastres naturales en la atención y la organización. En el primer periodo del año 2011 se realizó la versión 17 titulada, o conocida por todos los estudiantes como, El Campamento de Adulto I.

La primera salida se realizó en el primer periodo académico de 2003 y el sitio escogido para tal fin fueron Las Cavernas, sitio turístico de la región, ubicadas en la vía que de Girardot conduce a Nariño; por ser la primera experiencia se efectuó de un solo día, los estudiantes y docentes caminaron desde la universidad punto de salida y de llegada de toda actividad hasta Las Cavernas.

Los docentes que participan en la salida pedagógica son los que en ese semestre se encuentran orientando el núcleo, son docentes ocasionales de medio tiempo, tiempo completo y de planta, compartiendo todas las actividades pedagógicas y sociales que se desarrollan durante la salida (campamento).

En la versión 17 son aproximadamente unos 765 estudiantes que han participado del campamento; como se puede dar cuenta es un número considerable de estudiantes que han tenido la experiencia y el conocimiento para en algún día de su vida ponerlo en práctica, como algunos egresados nos lo han manifestado.

Para tener calidad, exigencia y cumplir con los objetivos, nos colaboran instructores de la Cruz Roja Bogotá, quienes tienen una amplia experiencia en el campo y en coordinación con los docentes realizan la actividad.

En los últimos tres años hemos tenido la colaboración de los bomberos voluntarios del Carmen de Apicalá, en el sentido del apoyo logístico y seguridad de la región.



SIGUE PAG. 37

EL CAMPAMENTO DEL ADULTO 1

VIENE PAG.36



Abriendo Camin

