

Alumnado:

Fecha:

Lectura: Más allá de la ausencia de enfermedad

Durante siglos, la sociedad ha considerado que una persona estaba sana simplemente cuando no presentaba dolores, fiebre u otros síntomas físicos evidentes. Sin embargo, en el siglo XX, la Organización Mundial de la Salud (OMS) revolucionó este enfoque al definir la **salud** como un estado completo de **bienestar físico, mental y social**, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Esta perspectiva holística implica que factores como la gestión del estrés, la autoestima y unas relaciones sociales estables y seguras son tan determinantes para nuestra calidad de vida como el correcto funcionamiento de nuestros órganos internos.

Cuando este equilibrio se rompe de forma prolongada, aparece la **enfermedad**, que se manifiesta a través de **síntomas** (alteraciones subjetivas que solo el paciente percibe, como el cansancio o el dolor de cabeza) y **signos** (alteraciones objetivas medibles por un profesional, como la fiebre, la tensión arterial o una inflamación).

Las patologías humanas se dividen fundamentalmente en dos grandes bloques según su origen: **infecciosas** (provocadas por la invasión de microorganismos patógenos y agentes acelulares que se transmiten entre individuos) y **no infecciosas** (derivadas de fallos genéticos, degenerativos, carenciales o ambientales, y que no se contagian).

Clasificación y aproximación a las patologías actuales

Para abordar el estudio de la salud en la adolescencia y la edad adulta, los científicos y médicos clasifican las principales enfermedades atendiendo a sus causas estructurales:

Tipo de Enfermedad	Mecanismo o Causa Principal	Ejemplos Comunes
Infecciosas	Invasión y multiplicación de patógenos (virus, bacterias, hongos o protozoos).	Gripe, gastroenteritis, COVID-19, candidiasis.
Nutricionales / Carenciales	Falta o exceso de nutrientes esenciales en la dieta, o hábitos alimentarios alterados.	Anemia ferropénica, escorbuto, obesidad, anorexia.
Degenerativas y Cáncer	Alteración gradual del tejido celular o multiplicación descontrolada de células anómalas.	Alzheimer, artrosis, leucemia, tumores sólidos.
Mentales / Neuropsiquiátricas	Trastornos en los procesos cognitivos, afectivos o del comportamiento neurológico.	Depresión mayor, trastornos de ansiedad, esquizofrenia.
Autoinmunes	El propio sistema inmunitario del organismo ataca por error a sus células sanas.	Lupus eritematoso, celiaquía, diabetes tipo I.

El concepto de Salud Pública: Hoy en día sabemos que la prevención es la herramienta más eficaz de la medicina. Los hábitos de vida saludables (ejercicio, descanso y dieta mediterránea) junto con las vacunas y el acceso al agua potable salvan anualmente más vidas en todo el mundo que los tratamientos antibióticos más avanzados.

Cuestionario sobre la lectura

Lee atentamente las siguientes preguntas y responde de forma clara y razonada basándote en el texto anterior.

1. Explica detalladamente por qué, según la definición de la OMS, un estudiante que no tiene ninguna lesión física o infección pero sufre acoso escolar crónico (bullying) no goza de una salud completa.

2. Justifica la diferencia conceptual entre un "signo" y un "síntoma" médico. A continuación, clasifica los siguientes ejemplos: *náuseas*, *erupción cutánea*, *vértigo* y *38,5 °C de temperatura*.

3. Según la tabla informativa, ¿cuál es la diferencia fundamental en el origen o etiología de una enfermedad infecciosa frente a una enfermedad autoinmune?

4. En base al texto y al cuadro destacado, argumenta razonadamente por qué las vacunas y las redes de agua potable se consideran medidas de prevención y salud pública más eficientes que los propios medicamentos.

5. Un paciente acude a consulta médica manifestando cansancio crónico, palidez extrema y falta de concentración. Tras realizarle una analítica de sangre, se confirma una falta severa de hierro. Identifica el tipo de enfermedad según la tabla y propone dos medidas básicas para su recuperación.
