

Contaminación Atmosférica y Calentamiento Global.



¿Qué es contaminar?

- Se denomina **contaminación ambiental** a la presencia de componentes nocivos (ya sean químicos, físicos o biológicos) en el medio ambiente (entorno natural y artificial), que supongan un perjuicio para los seres vivos que lo habitan, incluyendo a los seres humanos. La contaminación ambiental está originada principalmente por causas derivadas de la actividad humana, como la emisión a la atmósfera de gases de efecto invernadero o la explotación desmedida de los recursos naturales.



Causas de la contaminación.

- 1.- Combustibles fósiles.
- 2.- Deforestación.
- 3- Fertilizantes.
- 4.- Descomposición de sólidos.
- 5.- Incendios forestales.



Consecuencias de la contaminación ambiental.



- 1.- Incremento del nivel del mar.
- 2.- Desaparición de especies.
- 3.- Cambios en el ciclo hidrológico.
- 4.- Aumento de la concentración de CO₂ en el ambiente.
- 5.- Repercusión en los ecosistemas.
- 6.- Fenómenos climáticos frecuentes.
- 7.- Sequias.

¿Qué podemos hacer ante la contaminación ambiental?

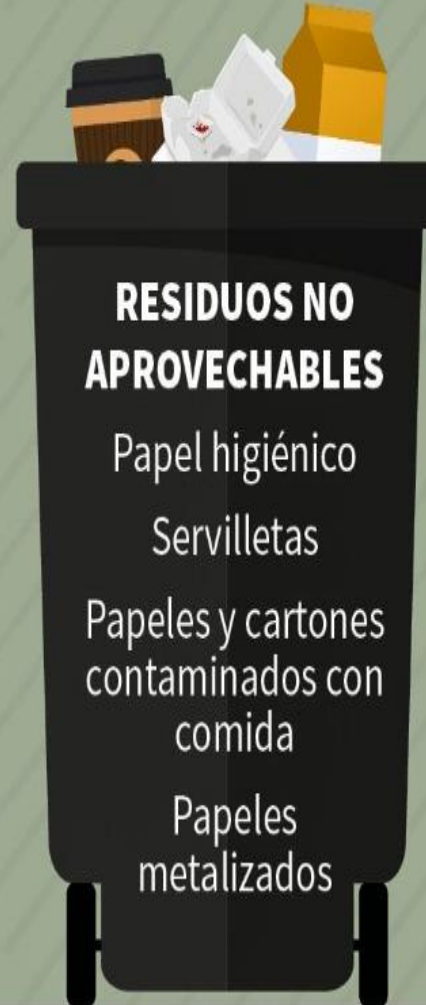




El ambiente
es de todos

Minambiente

Código de colores para la SEPARACIÓN DE RESIDUOS A NIVEL NACIONAL



Alternativas.

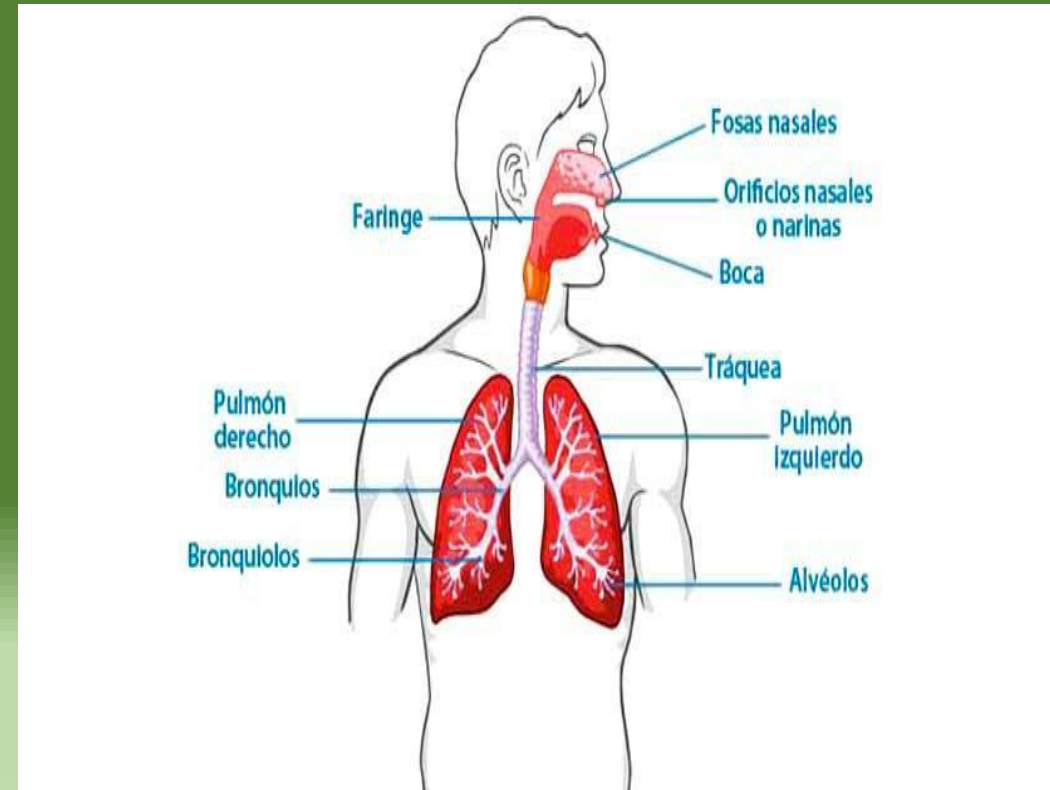
- 1.- Reciclado de materiales.
- 2.- Autos eléctricos.
- 3.- Separar la basura.
- 4.- manejo adecuado de aparatos electrodomésticos.
- 5.- Utilizar lámparas y focos ecológicos.

Prevención de enfermedades respiratorias.



¿qué son las enfermedades respiratorias?

- Tipo de enfermedad que afecta los pulmones y otras partes del aparato respiratorio. Las enfermedades respiratorias pueden ser productos de infecciones, consumo de tabaco o inhalación de humo de tabaco en el ambiente, radón, amianto u otras formas de contaminación del aire. Las enfermedades respiratorias incluyen el asma, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), la fibrosis pulmonar, la neumonía y el cáncer de pulmón. También se llama enfermedad pulmonar y trastorno pulmonar.



Prevención de enfermedades respiratorias.

- 1.- Laváte las manos frecuentemente: Ayuda a protegerse contra los gérmenes. El uso de alcohol gel es una alternativa al lavado con agua y jabón en caso que éste último no sea posible.
- 2.- Evitá el contacto directo con personas enfermas: Mantené la distancia con otras personas para evitar que ellos también se enfermen.
- 3.- Guardá reposo: El reposo domiciliario es lo indicado si estás enfermo. Esto ayudará a evitar contagiar a otros.
- 4.- Cubríte la boca y la nariz con un pañuelo al toser o estornudar: Esto evitará que los gérmenes expulsados puedan afectar a otras personas.
- 5.- Evitá tocarte los ojos, la boca, la nariz: Los gérmenes pueden diseminarse cuando una persona toca algo que está contaminado con ellos y luego se toca los ojos, la nariz o la boca.
- 6.- Mantené hábitos saludables: Mantener un buen estado de higiene bucal y personal, dormir bien, mantenerse activo físicamente, en lo posible controlar el estrés, beber mucho líquido (agua, jugos naturales, en lo posible cítricos) y comer alimentos nutritivos son hábitos que mejoran el estado de salud. Evitá, además, cambios bruscos de temperatura y corregí factores ambientales como la contaminación del aire interior (por ejemplo, no fumando al interior de la casa).
- 7. Evitá el intercambio de saliva: Utilizá utensilios personales para evitar el intercambio de saliva a través de vasos, bombillas de tereré, chupetes, mamaderas, juguetes u otros que se lleven a la boca.

Prevención de enfermedades respiratorias.

- 8.- Desinfección de sitios comunes: Es importante prestar atención a la desinfección frecuente con hipoclorito de sodio (Lavandina) de superficies de “alto nivel de contacto”, como picaportes y equipos comunes: auriculares de teléfono, mouse de computadoras.
- 9.- Vacunáte: Si formas parte del grupo de riesgo, es necesario que te vacunes. La vacuna contra la influenza hace que el sistema inmune desarrolle anticuerpos aproximadamente dos semanas después de la vacunación. Controlá el carnet de vacunación de tu hijo para verificar que se encuentre con los esquemas completos.
- 10- Consultá: Si presentás síntomas como fiebre, dolor de cabeza intenso, dificultad para respirar, consultá inmediatamente al servicio de salud más cercano a tu casa y no te automediques.