



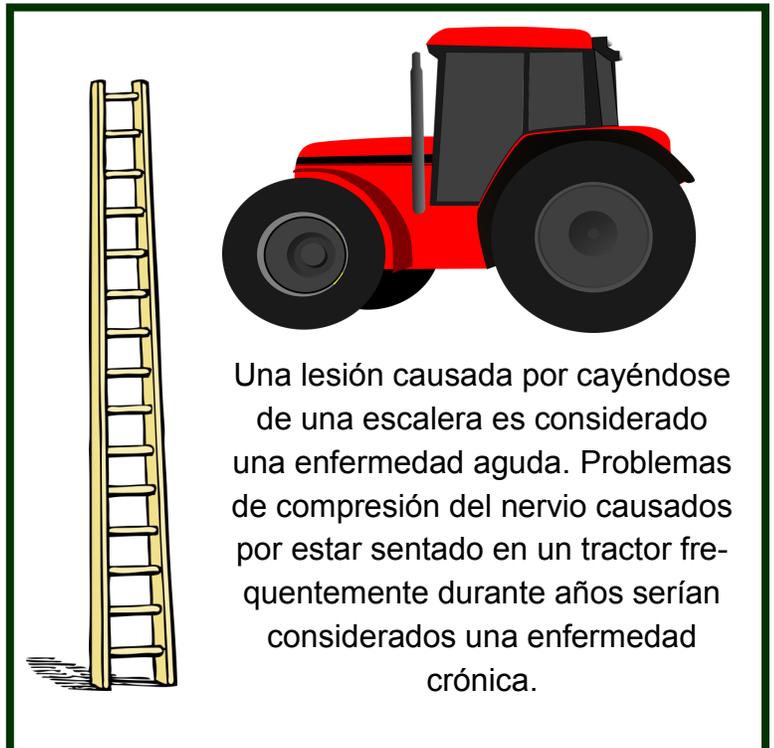
Manejando Enfermedades Agudas y Crónicas

Una enfermedad aguda generalmente comienza de repente, puede ser mal diagnosticada, dura poco tiempo, y se mejora con medicamento, cirugía, descanso, y tiempo. Todo esto depende en la capacidad del cuerpo para recuperarse y el conocimiento y la experiencia de los profesionales para escoger el tratamiento apropiado.

Las condiciones agudas son severas. Un ejemplo de una condición aguda es la apendicitis; empieza rápidamente, con síntomas de náusea y dolor en la abdomen. El diagnóstico, una vez establecido por exámenes, conduce a una cirugía para remover el apéndice inflamado. Tratando los síntomas cuidadosamente ayuda a aliviar las condiciones.

Una condición crónica normalmente comienza y avanza lentamente. Por ejemplo, la diabetes se desarrolla despacio si no se detecta y trata. Las enfermedades crónicas suelen tener causas múltiples, que varían con el tiempo. Algunas de las causas pueden ser: la genética, el estilo de vida y la exposición a factores ambientales tales como humo de segunda mano o de la contaminación del aire y los factores fisiológicos como niveles bajos de la hormona tiroidea.

Las enfermedades crónicas, por lo general causan más síntomas y la pérdida de la función física o mental. Los síntomas asociados con una enfermedad crónica pueden contribuir a otros síntomas y pueden empeorar el uno al otro. Esto puede causar un ciclo que empeora si no recibe tratamiento.



Una lesión causada por cayéndose de una escalera es considerado una enfermedad aguda. Problemas de compresión del nervio causados por estar sentado en un tractor frecuentemente durante años serían considerados una enfermedad crónica.

También hay una variedad de enfermedades crónicas, tales como enfermedades del corazón, artritis, diabetes, asma, y enfermedad renal, para nombrar algunas. Para que las células funcionen correctamente, deben ser alimentadas, recibir oxígeno y deshacerse de los residuos. Si algo va mal con cualquiera de estas funciones, las células se enferman. Las diferencias en las enfermedades crónicas dependen en cuales células y órganos están afectados y cuales procesos producen la interrupción. La mayoría de las enfermedades crónicas causan fatiga y falta de aire. También pueden causar dolor, funciones físicas y emociones difíciles.

Las condiciones crónicas también pueden causar condiciones agudas y vice versa. Por ejemplo, el ataque al corazón, que es una condición aguda, es causado por el bloque de las arterias desarrollado por décadas, una condición crónica. Cuando las arterias están bloqueados, el oxígeno se corta y el musculo del corazón se lastima, resultando en dolor. Al contrario, una caída dolorosa en la rodilla puede causar artritis años después.

	Enfermedad aguda	Enfermedad crónica (duradera)
Comienzo	Normalmente rápido	Lento
Causas	Generalmente una identificable	A menudo incierto, sobre todo al principio
Duración	Corta	Por lo general, para toda la vida
Diagnosic	Comúnmente exacta	A veces difícil
Examen	Dan respuestas buenas	A menudo de valor limitado
Papel del profesional	Seleccionar y realizar el tratamiento	Maestro y colaborador
Papel del paciente	Seguir ordenes	Colaborar con los profesionales de la salud, responsables de la gestión diaria

Las Condiciones de Salud Agudas y Crónicas en la Agricultura

Terrenos ásperos, las vibraciones del vehículo y estar sentado por mucho tiempo puede causar daño progresivo a los músculos y las articulaciones, especialmente en la espalda. Por ejemplo, sentarse en un tractor durante horas prolongadas por muchos años puede causar lesiones en la espalda baja. Un ejemplo común es la ciática, que es una enfermedad crónica debido a la compresión del nervio.

Por el otro lado, las condiciones y prácticas de trabajo inseguras pueden causar caídas, tropezones o resbalones que pueden conducir a lesiones agudas. Por ejemplo, caerse de una escalera, deslizándose en un piso mojado, o cayéndose sobre terrenos irregulares provoca lesiones instantáneos. Estas lesiones que no progresan al instante son considerados como una lesión aguda en comparación con las lesiones crónicas, que son progresivas.

¿Cómo me Hago una Persona Activa en el Manejo de Mi Salud?

La mayoría de las enfermedades crónicas se pueden controlar con cambios de los hábitos diarios, como comer saludable, aumentar la actividad física y tomar los medicamentos según las indicaciones de su médico. Es muy importante que usted como la persona activa en su manejo de la enfermedad entienda esto. Esto significa observar cómo la enfermedad y sus tratamientos le afectan. Conozca y comprende los ritmos naturales de la enfermedad crónica. Siempre hable con su médico sobre los nuevos síntomas que siente. Tenga en cuenta que cada enfermedad crónica tiene necesidades especiales y que la capacidad de manejo varía. Por ejemplo, una persona con diabetes necesita controlar su glucosa en la sangre diariamente. Una persona con la presión arterial alta debe controlar su presión arterial todos los días. Si alguien tiene solamente la hipertensión arterial y no la diabetes, su preocupación principal sería controlar su presión arterial con mayor frecuencia que sus niveles de glucosa en la sangre.

Ser una persona cuidadosa de su salud requiere:

Tomar las medidas necesarias para lidiar con la enfermedad.

Esto incluye tomar medicamentos, visitar al médico cuando sea necesario, y puede hacer más actividad física o una dieta especial.

Continuar su vida normal.

Recuerde que usted está tomando el control de la enfermedad, la enfermedad no está tomando control de usted. Tiene que vivir su vida de cada día y continuar las relaciones con amigos y familiares. Todos los ajustes saludables a su vida se convertirán parte de su nueva normalidad.

Establecer el apoyo para lidiar con las emociones.

Es posible que usted tenga varias emociones al respecto de su enfermedad crónica, y algunas pueden ser negativas como el miedo, la ira y la depresión. Ayuda a su familiares entender las maneras de ayudar y busque grupos de apoyo y recursos locales.



Manténgase en control, infórmese. Hágalo por su salud y la de su familia.

Conocimiento + Acción
= Salud

University of California, Davis

Biological and
Ag Engineering

One Shields Ave
Davis, CA 95616

Llame gratuitamente
1-800-477-6129

Telefono (530) 752-1613

Email: calagra@ucdavis.edu

Director del Programa:
Fadi Fathallah, Ph.D.



Ability Tools

Ability Tools conecta a los
Californianos que estan des-
capacidos con tecnologia asis-
tiva y servicios para hacer la
vida mas facil.

abilitytools.org/

Email: info@abilitytools.org

Llame gratuitamente
(800) 390-2699

TTY: 800-900-0706



CalAgrAbility

CalAgrAbility sirve a familias que
trabajan en la agricultura y son
afectados por una discapacidad
o enfermedad, protegiendo la
calidad de vida y preservando su
sustento.

CalAgrAbility.UCDavis.edu

[nifa.usda.gov/program/
ability](http://nifa.usda.gov/program/ability)



United States
Department of
Agriculture

National Institute
of Food and
Agriculture