

# Módulo 3: Personal de mantenimiento de la paz

## Lección 3.8

---



Salud



# Pertinencia

- Si desea trabajar con eficacia para otros, usted debe tener buena salud
- Durante su labor podrá estar expuesto a distintas amenazas para la salud



# Resultados del aprendizaje

Los alumnos aprenderán a:

- Enumerar las amenazas generales para la salud
- Enumerar los principales factores que determinan el nivel de riesgo para la salud
- Describir las precauciones que deben adoptarse antes del viaje y durante la misión
- Describir las **amenazas ambientales** para la salud y las precauciones que deben adoptarse



# Reseña de la lección

1. Amenazas para la salud
2. Determinación de los riesgos
3. Realización de búsquedas de información
4. Precauciones que deben tomarse
5. Amenazas ambientales para la salud y precauciones que deben adoptarse



### Detección de amenazas para la salud

#### **Instrucciones:**

- Piense en su despliegue a la misión
- Estudie el destino, la duración de su asignación, el tipo de trabajo que llevará a cabo y su historial médico
- ¿Cómo podrían estos factores afectar a su salud?
- ¿Qué precauciones debería tomar?

#### **Duración:** 10 minutos

- Trabajo en grupo: 5 a 7 minutos
- Debate: 3 minutos



# 1. Amenazas para la salud

- Enfermedades y entornos desconocidos
- Exposición a insectos, roedores y otros animales
- Agentes infecciosos
- Agua y alimentos contaminados
- Falta de higiene
- Situaciones de estrés, con carga emotiva o mentalmente intensas
- Fatiga
- Enfermedades transmisibles





## Enfermedades transmisibles

- Enfermedades de transmisión por contacto
- Enfermedades transmitidas por el agua y los alimentos
- Enfermedades transmitidas por vectores
- Enfermedades de transmisión sexual
- Enfermedades de transmisión sanguínea
- Enfermedades transmitidas por el aire
- Enfermedades transmitidas por el contacto con el suelo



## 2. Determinación de los riesgos

- Destino
- Duración de la asignación
- Objetivo de la asignación
- Condiciones del alojamiento e higiene de los alimentos
- Su conducta personal y profesional
- Sus antecedentes médicos







### 3. Realización de búsquedas de información

- En su organización (en particular su servicio médico) y a través de sus compañeros
- Sobre su lugar de destino previsto
- Antes de viajar
- Para evitar problemas de salud mientras se encuentre en el extranjero





## 4. Precauciones que deben tomarse

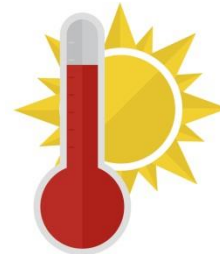
- Recabar asesoramiento sanitario y solicitar la certificación médica entre 4 y 6 semanas antes de viajar
- Ponerse las vacunas recomendadas, tomarse los medicamentos prescritos y adoptar las medidas sanitarias pertinentes
- Llevar un botiquín y saber utilizarlo
- Conocer las vías de transmisión de las enfermedades infecciosas
- Controlar su bienestar psicosocial y mantenerse en buena forma física





## 5. Amenazas ambientales para la salud y precauciones que deben adoptarse

- Climas cálidos y fríos
- Alimentos y bebidas
- Mordeduras y picaduras de insectos
- Malaria



Alimentos y bebida





## Malaria

- Enfermedad común y potencialmente mortal prevalente en muchas zonas tropicales y subtropicales
- **Síntomas:** similares a los de la gripe, es decir, fiebre, escalofríos, dolor de cabeza, dolor y debilidad muscular, vómitos, tos, diarrea y dolor abdominal





## Malaria

- **Tratamiento profiláctico de la malaria:** tómelo regularmente durante su estancia en la zona de prevalencia de la enfermedad
- Aunque esté tomando el tratamiento profiláctico contra la malaria, solicite atención médica de inmediato si tiene fiebre
- La protección personal contra las picaduras de mosquito es su primera línea de defensa contra la malaria: si no hay picaduras, no hay malaria
- **Protección física:** utilice mosquiteros y repelentes de insectos





# Resumen de las ideas centrales

- Las enfermedades y los entornos desconocidos en las operaciones de mantenimiento de la paz pueden exponerlo a amenazas para la salud
- Determine los riesgos para su salud
- Tome precauciones antes de viajar y durante la misión: solicite asesoramiento médico, obtenga la certificación médica y póngase las vacunas
- Amenazas ambientales para la salud: climas cálidos y fríos, alimentos y bebidas, mordeduras y picaduras de insectos, malaria



# Preguntas



# **Actividad de aprendizaje**

## **Evaluación del aprendizaje**