VOCABULARIO

Esta es una lista de palabras nuevas o difíciles de entender, o que son muy importantes para la promoción de la salud ambiental. El conocer estas palabras le ayudará a comprender mejor este libro.

El significado de la mayoría de estas palabras está descrito en los Capítulos del libro. La primera vez que se utiliza una palabra en el libro, es impresa en negrilla.

Estas palabras están apuntadas en este orden:

A B C D E F G H I J K L M N Ñ O P Q R S T U V W X Y Z

A

Abono orgánico Ver *composta.*

Absorber Succionar una sustancia. La tierra absorbe el agua de la lluvia.

Acetaminofén Medicamento para calmar el dolor. También se conoce como paracetamol.

Acetona Producto disolvente tóxico.

Administración de cuencas hidrográficas Aprovechamiento y protección saludable y sostenible de las tierras y recursos de agua contenidos dentro de una cuenca hidrográfica.

Agricultura orgánica Agricultura para la cual no se emplean fertilizantes químicos o plaguicidas. Antes de la invención de los plaguicidas, todos los cultivos eran orgánicos. Orgánico también refiere a los cultivos producidos sin emplear productos químicos.

Agroforestería Aprovechar los beneficios interactivos de combinar la siembra de árboles y cultivos para producir alimentos, leña y conservar los suelos.

Agua oxigenada Producto químico. Se emplea para limpiar y desinfectar.

Agua potable Aquella que no contiene parásitos, microbios ni productos tóxicos. El agua potable es adecuada para beber, bañarse y lavar ropa.

Agua segura Acceso habitual y suficiente al agua potable.

Agua subterránea Aquella que fluye por debajo de la tierra. El agua subterránea alimenta los arroyos y los pozos del agua. El nivel del agua subterránea cambia según las lluvias y el uso que se dé al agua y la tierra. También se conoce como capa de agua o nivel freático.

Agua superficial Aquella que se acumula o fluye sobre la superficie de la tierra, por ejemplo en ríos, lagos y arroyos.

Aguarrás Ver *trementina.*

Aguas estancadas Aguas que no circulan, produciendo mal olor. Los zancudos se incuban en aguas estancadas.

Aguas grises Aquellas que se han utilizado para lavar o cocinar. Estas aguas pueden volverse a utilizar para regar jardines u otros lugares.

Aguas negras Aguas sucias provenientes de los desechos humanos.

Aguas residuales Aguas usadas, sucias, contaminadas, provenientes de las viviendas, granjas, o fábricas.

Aguda (enfermedad) Se dice de una situación grave o peligrosa que ocurre inesperadamente. Una enfermedad aguda empeora rápidamente, pero quizás no dure mucho tiempo. Comparar con *condición crónica.*

Aislante Material que impide que el calor, el frío, el ruido o la electricidad ingresen o salgan de un lugar.

Alcantarilla El sumidero del sistema de tratamiento de aguas negras.

Alergia, reacción alérgica Condiciones como escozor, estornudos, ronchas y a veces dificultad para respirar o estado de choque, que afectan a las personas que han entrado en contacto con alguna sustancia a través de la respiración, la ingestión o por vía intravenosa. Las sustancias causantes de las alergias se conocen como alérgenos.

Alga Planta pequeña sin raíces, tallos, ni hojas, que crece en el agua y en los lugares húmedos.

Alimentos seguros Alimentos nutritivos, sin tóxicos ni otras sustancias dañinas.

Anemia Enfermedad en la que la sangre se debilita y diluye por falta de glóbulos rojos. Sus causas son una dieta sin hierro, la destrucción (a causa de sustancias tóxicas) de la capacidad del organismo para producir sangre o glóbulos rojos, o la pérdida o destrucción de la sangre más rápidamente de lo que el cuerpo puede reponerla.

Antibiótico Medicamento que combate las infecciones causadas por bacterias.

Artemisinina Medicamento para tratar el paludismo.

Asbesto Material tóxico incombustible. Se utilizó anteriormente para producir material de construcción y ropa protectora. El asbesto se extrae de las minas y se muele en hilos diminutos que pueden entrar en los pulmones causando asbestosis, una enfermedad grave.

Asma Enfermedad pulmonar que dificulta la respiración y produce con frecuencia silbidos. Los ataques de asma son causados por alérgenos específicos y por la contaminación del aire.

Autoclave Aparato para desinfectar aplicando vapor caliente y presión. Su uso es común en hospitales y clínicas.

B

Bacteria Organismo vivo muy pequeño, invisible a simple vista. Ciertas bacterias causantes de enfermedades infecciosas se conocen generalmente como microbios. Otras contribuyen a la descomposición de la materia orgánica y mantienen sanos los suelos.

Barrera en la curva de nivel Una barrera, muro o zanja que se construye a lo largo de una curva de nivel para detener, esparcir o sumir el agua en el suelo y evitar la erosión de éste.

Basura cero Cuando se reduce al mínimo la cantidad de desechos producidos y se reciclan o reutilizan todos los desechos para proteger la salud y el medio ambiente.

Benceno Disolvente tóxico.

Bilharziasis Ver *parásitos trematodos.*

Biodiversidad La amplia variedad de animales, vegetales e insectos que viven en la tierra.

Biogás Gas compuesto principalmente de metano, producido mediante la descomposición de materia orgánica. El biogás arde sin producir desechos tóxicos y puede utilizarse como combustible.

Biomasa Desechos animales y vegetales que se utilizan para producir combustible.

Blanqueador Ver *cloro.*

Bocio (coto) Hinchazón de la parte inferior frontal del cuello, ocasionada por carencia de yodo en la dieta, o por envenenamiento por cianuro.

Bosque Terreno amplio poblado densamente de árboles y otras plantas. Los bosques también contienen animales, insectos, aves y personas que viven en su entorno y dependen de ellos.

Broncodilatador Medicamento que se suministra para dilatar las vías respiratorias, aliviar el dolor de pecho y los problemas respiratorios.

Bronquitis Enfermedad de los pulmones que causa tos, fiebre, y dolor de pecho.

C

Cadena alimentaria Sucesión de relaciones entre los organismos vivos que se nutren unos de otros en un orden determinado. También se conoce como red alimentaria.

Cadmio Metal pesado tóxico usado en equipos electrónicos y otros procesos de producción.

Cambio climático Variación del clima en muchos lugares, en comparación con el clima que solían tener. El cambio climático es causado por la quema de combustibles fósiles. También se conoce como calentamiento global.

Cáncer Enfermedad con transformación de las células, que proliferan de manera anormal e incontrolada haciendo daño al cuerpo. El cáncer puede afectar a muchas partes del cuerpo. Muchos tipos de cáncer se relacionan con la exposición a productos tóxicos y la contaminación industrial.

Carbón activado Carbón pulverizado que se utiliza para absorber el veneno y reducir el daño que éste causa.

Carga tóxica Cantidad de químicos tóxicos presentes en el cuerpo humano en un momento dado.

Célula La parte más pequeña de todos los organismos vivos. Las personas, animales y plantas se componen de células.

Certificación de comercio justo Certificación que informa al consumidor que el artículo se produjo aplicando prácticas de trabajo justas, la cual puede resultar en precios más altos y estables para los productores. Ver también *programa de certificación.*

Certificación orgánica Los agricultores o productores que aplican técnicas agrícolas orgánicas o sostenibles pueden obtener la certificación orgánica de sus productos, la que les permite venderlos a precios estables y más altos.

Cianuro Producto químico muy tóxico utilizado en la minería del oro.

Cisterna Tanque subterráneo para recolectar y conservar agua.

Clima El estado de tiempo que caracteriza una región.

Clima templado El de las regiones con 4 estaciones: primavera, verano, otoño e invierno. Es normal en las regiones más alejadas del ecuador. Comparar con *clima tropical.*

Clima tropical Clima caliente propio de las regiones próximas a la línea ecuatorial, con una estación húmeda y otra seca. Comparar con *clima templado.*

Clindamicina Antibiótico para tratar varias infecciones y a veces el paludismo.

Cloro Producto químico intenso que se utiliza para eliminar los microbios y desinfectar el agua. También se utiliza para blanquear papel y producir plásticos de PVC. Cuando se queman productos que contienen cloro, se producen gases tóxicos como dioxinas y furanos. También se conoce como blanqueador.

Cloroquina Medicamento para el tratamiento del paludismo.

Cobertura muerte (mantillo) Material que se esparce sobre la tierra para protegerla del sol, la lluvia y el viento, y para evitar el crecimiento de las yerbas. El estiércol verde se emplea como cobertura muerte.

Cólera Enfermedad causada por el consumo de agua o alimentos contaminados con bacterias. Con frecuencia se propaga por el consumo de agua sucia. El cólera causa fuertes vómitos y diarrea.

Combustible fósil Combustibles formados a partir de los restos de plantas y animales extinguidos hace millones de años. Incluyen el petróleo, el carbón y el gas natural y no son renovables. Su combustión emite dióxido de carbono, causando el cambio climático.

Comercio Compra y venta de productos y servicios entre las personas, las entidades y los países. El comercio injusto entre los países es una de las principales causas de la pobreza.

Comercio justo Compra y venta de productos a precios justos, tanto para el comprador como para el vendedor.

Comida chatarra Bebidas o comidas de buen sabor pero perjudiciales a la salud debido a su carencia de nutrientes y su exceso de grasa, sal, azúcar, aceite o productos químicos.

Composta Fertilizante natural producido a partir del descomposición de los restos de comida, desechos de plantas y cultivos, estiércol y otros materiales orgánicos.

Comunidad Conjunto de residentes de cierta región que se relacionan entre sí. Puede tratarse de un barrio, un pueblo, o un grupo de personas, por ejemplo los agricultores, las madres o los feligreses de una parroquia, que comparten los mismos intereses, necesidades y problemas.

Conservación Cuidado de los recursos naturales para evitar su mal uso y destrucción.

Consumidor Persona que compra y utiliza artículos, productos o servicios.

Consumo Acción y efecto de consumir; comprar comestibles y otros productos y servicios para satisfacer necesidades.

Contaminación Residuos peligrosos que ingresan al aire, el agua, o el suelo.

Contaminación del aire Emanación de gases tóxicos y partículas diminutas de polvo en el aire. La combustión de combustibles fósiles como el petróleo produce mucha contaminación.

Contaminación del aire interior Contaminación del aire dentro del hogar o en edificios, causada por el humo de cigarrillos, fuego, productos químicos u otras fuentes.

Contaminación industrial Todos los tipos de contaminación producidos por la utilización de productos químicos, la basura y los desechos de las fábricas.

Control natural de plagas Técnica para controlar sin productos químicos las plagas y enfermedades que se producen durante el cultivo y producción agrícola.

COP Contaminante orgánico persistente; grupo de productos químicos tóxicos que tardan mucho en desaparecer tras su ingreso al medio ambiente. Las dioxinas y los PCB (bifenilos policlorados) son ambos COP. También se conocen por sus siglas en inglés, POP.

Corporación multinacional Empresa influyente con presencia simultánea en varios países. Su tamaño es tal que puede llegar a influenciar los gobiernos y las normas internaciones de comercio. También se conocen como corporaciones o empresas transnacionales.

Cortopunzante Ver *punzocortante.*

Cromo Metal pesado y tóxico que se utiliza para teñir cueros y en otras industrias.

Crónico Se dice de algo que dura largo tiempo y ocurre con frecuencia. Una enfermedad crónica puede durar muchos años y es difícil de curar. Comparar con *aguda.*

Cuenca hidrográfica Territorio cuyas aguas de lluvia, de la nieve o subterráneas, fluyen todas a un mismo río, lago, humedal o mar.

Curva de nivel Línea formada por los puntos del terreno que se encuentran a la misma altura en el contorno de una ladera.

D

DDT Insecticida utilizado para eliminar los zancudos portadores del paludismo. El DDT es un contaminante orgánico persistente (COP) y su uso excesivo ha dañado la salud reproductiva de muchos organismos.

www.hesperian.org/home-espanol

Defecto de nacimiento Problema mental o físico (por ejemplo labio leporino o crecimiento lento) con que nace un bebé. Los productos tóxicos causan a veces defectos de nacimiento.

Defecto genético Cambio en el código DNA que resulta en problemas de salud de una persona, planta o animal. Algunos productos tóxicos pueden causar daños genéticos; ciertos defectos genéticos pueden ser transmitidos a los hijos.

Deforestación Despojar a un terreno de sus plantas y árboles.

Degradación Reducir o desgastar las cualidades o la belleza de algo. La explotación abusiva de los suelos y los bosques, aunque sin destruirlos del todo, constituye una degradación de éstos.

Delirio Confusión mental caracterizada por alucinaciones, reiteración de pensamientos absurdos e incoherencia. Puede ocurrir por causa de fiebre o por ciertas enfermedades.

Demandante Persona que entabla una denuncia en un juzgado por algún daño que le ha sido causado.

Dengue Enfermedad grave transmitida por zancudos.

Depredador Animal que caza a otros de distinta especie para su subsistencia.

Descartable o desechable Producto que se usa una sola vez y luego se tira.

Descomposición Dicho de un organismo vivo, corrupción de éste por la acción del calor, los insectos y las bacterias. Cuando la materia vegetal se descompone, se produce composta.

Desechos orgánicos Restos de alimentos, desechos de cosechas, estiércol y otros residuos de organismo vivos que se descomponen y vuelven a la tierra.

Desechos sólidos Cualquier elemento que se ha utilizado y luego se desecha. También se conocen como residuos sólidos o basura.

Deshidratación Situación en la que el cuerpo pierde más agua de la que consume. La deshidratación es una seña de enfermedades diarréicas, frecuentemente relacionadas con condiciones de saneamiento inadecuado. La deshidratación puede ser muy peligrosa, especialmente para los niños.

Desinfectar, desinfección Limpiar algo (agua, heridas, herramientas, equipos, etcétera) de manera que se eliminen todos los microbios para evitar las infecciones.

Desintoxicar Tratamiento para eliminar los venenos del organismo.

Desnutrición Situación en la que el cuerpo no recibe alimentos suficientes para mantener la salud.

Diabetes Enfermedad en la que el cuerpo no puede procesar azúcares.

Diarrea Seña o fenómeno de enfermedad que consiste en defecaciones líquidas y frecuentes. Las enfermedades diarréicas son causadas por el consumo de agua contaminada y saneamiento inadecuado.

Diluir Mezclar un producto con agua para disminuir su efecto.

Dióxido de carbono Gas emitido por las personas y los animales, y también cuando se queman combustibles fósiles. El dióxido de carbono que producen los combustibles fósiles es la causa principal del cambio climático. También se conoce por su símbolo químico, CO2.

Dioxinas Grupo de productos químicos muy dañinos producidos y emitidos al quemar plásticos. Las dioxinas son contaminantes orgánicos persistentes (COP).

Disolvente Sustancia, generalmente líquida, que puede disolver a otra. El agua es un disolvente seguro. La gasolina, acetona, benzina y xileno son disolventes tóxicos.

Disruptores hormonales Productos tóxicos que ingresan al cuerpo y confunden a las hormonas enviando señales falsas.

Diversidad Abundancia y variedad de personas, animales, plantas y otras cosas. Ver *biodiversidad.*

Drenaje Acción y efecto de dar salida a las aguas usadas o sumergimiento del agua superficial hasta las aguas subterráneas.

E

Ecología, ecológico Relación de los seres y de las cosas con el medioambiente. Para que algo sea considerado ecológico, debe actuar de acuerdo con la naturaleza y no hacer daño al medio ambiente.

Ecoturismo Proyecto para obtener ingresos atrayendo turistas a disfrutar de la belleza natural de un lugar pero sin causar daño al medio ambiente.

Efedra Planta medicinal utilizada para aliviar los ataques de asma. En China se conoce como ma huang.

Efedrina Medicamento utilizado para aliviar los problemas respiratorios.

EIA (evaluación del impacto ambiental) Estudio que demuestra los cambios que ocurrirían si se lleva a cabo un proyecto, por ejemplo la construcción de una mina, represa o camino.

Embalse Depósito de agua que se forma artificialmente, por lo común mediante un dique o represa.

Endometriosis Enfermedad grave en la que el revestimiento del útero se desarrolla por fuera de éste.

Energía eólica La energía que se produce aprovechando la fuerza del viento.

Energía solar La energía que se produce aprovechando los rayos solares para generar calor o electricidad.

Enfermedad infecciosa Enfermedad que se puede transmitir fácilmente de una persona a otra.

Enfermedades respiratorias Enfermedades que interfieren con la respiración, por ejemplo asma, enfisema y neumonía.

Enfisema Enfermedad pulmonar grave causada por el cigarrillo o por la exposición a desechos de minería y al aire contaminado.

Envenenamiento por radiación Enfermedades ocasionadas por la exposición a la radiación. El envenenamiento por radiación causa cáncer, enfermedades de la piel y otros problemas de salud.

Enzima Proteína producida por los organismos vivos, que produce cambios químicos como la digestión de los alimentos.

Epidemia Propagación rápida de una enfermedad entre las personas, contagiando a muchas de ellas.

Epilepsia Enfermedad que produce convulsiones (ataques) y pérdida de la conciencia.

Erosión Situación que se produce cuando el suelo y las rocas son desgastados por la acción del viento y el agua.

Escasez Falta o insuficiencia de lo necesario, por ejemplo de agua o alimentos.

Escuela de campo de agricultores Son programas de enseñanza rural que ayudan a los agricultores a encontrar por sí mismos soluciones a los problemas comunes que se enfrentan, para luego compartirlas con otros agricultores.

Especies pioneras Especies de plantas robustas o resistentes que son las primeras en volver a crecer en las tierras o suelos dañados.

Esquistosomiasis Ver *parásitos trematodos.*

Estanque de contención Estanque que se construye para recolectar desechos de la minería o del petróleo.

Esterilidad, estéril Se considera estéril a las personas, plantas, o animales que no pueden reproducirse. También es estéril aquello que está libre de microbios.

Esterilizar Eliminar o destruir los microbios presentes en algo.

www.hesperian.org/home-espanol

Estrógeno Hormona que se produce en el cuerpo de la mujer y que controla la reproducción junto con la progesterona, otra hormona.

Estufa solar Horno que aprovecha la energía del sol para cocinar alimentos.

Esquejes Ver *gajos.*

Evaporación Cuando un líquido se convierte en vapor, por ejemplo cuando el agua se seca convirtiéndose en vapor que ingresa al aire.

Exceso Situación en la que se sobrepasan los límites de lo ordinario o lo debido, como ocurre cuando hay demasiada contaminación o desechos.

Explotar Uso excesivo para obtener ganancias, sin darle la debida importancia a la salud y bienestar en el largo plazo.

Exposición Cuando una persona entra en contacto con algo. Las personas se pueden exponer a los plaguicidas y otros productos químicos a través de la respiración, la ingestión y el tacto.

Extracción Sacar petróleo, minerales u otros recursos naturales de la tierra.

F

Fermentación Situación en la que los alimentos u otras materias orgánicas se pudren y vuelven agrios, debido al ingreso de bacterias que cambian la naturaleza de las sustancias.

Fertilidad, fértil Capacidad de los suelos para producir abundantes frutos, o de las personas y animales para reproducirse.

Fertilizante Material utilizado para enriquecer la tierra de modo que pueda producir una cantidad mayor de plantas y frutos.

Fertilizante natural Fertilizante producido a partir de materias orgánicas, por ejemplo residuos de cosechas, estiércol o composta.

Fiebre amarilla Enfermedad muy grave presente en África y Sudamérica, propagada por ciertos zancudos.

Formaldehído Producto químico utilizado para desinfectar y limpiar productos industriales. El formaldehído es peligroso y debe ser manipulado con cuidado, en caso de utilizarse.

Fundición Calentamiento de los metales para trabajarlos. La fundición de metales produce contaminantes tóxicos.

G

Gajos Corte del tallo de una planta que se puede utilizar para cultivar una nueva planta o árbol.

Galvanoplastia Recubrimiento de metales con depósitos extraídos de electrodos y transportados por un electrolito, en el cual se sumerge el objeto a ser recubierto.

Gas natural Gas que se forma bajo la tierra o el mar y se extrae, almacena y utiliza como combustible.

Gasolina Combustible fósil utilizado en automóviles, camiones, motocicletas y generadores.

Gen Componente de los seres vivientes que transmite los caracteres y rasgos hereditarios como el color de los ojos, el tipo de cabello (crespo o lacio), el tamaño y forma de las manos y los pies, etcétera.

Generar (electricidad) Producir electricidad.

Genéticamente modificado (GM) Ver *transgénico.*

Gérmen Ver *microbio.*

Giardia Parásito que causa diarrea amarilla de mal olor, calambres en el vientre y eructos con olor a huevo podrido.

Gluteraldehído Producto químico empleado para esterilizar y limpiar. Es muy peligroso y debe manipularse con cuidado en caso de usarlo.

H

Hantavirus Enfermedad infecciosa que se contrae cuando se respira el orín o las heces de ratas infectados.

Híbrido Planta o animal cuyos progenitores son de dos diferentes razas o especies. Los híbridos se crean para obtener ciertas características deseables.

Higiene Práctica diaria de la limpieza y el aseo para evitar la propagación de los microbios. La higiene personal incluye el lavado frecuente de manos, el baño, el almacenamiento y preparación de alimentos de manera limpia y el mantenimiento limpio del hogar.

Hormonas Sustancias químicas naturales producidas por el cuerpo para controlar el peso, la temperatura del cuerpo, el apetito, la fortaleza de los huesos, el estado de ánimo, las sensaciones sexuales y la capacidad para reproducirse.

Humedal Terreno bajo de agua poco profunda y plantas, anegado la mayor parte del año. Las ciénagas, manglares y planicies inundadas son humedales.

Humedal construido Fosa o estanque que se llena de plantas comunes a los humedales, para que filtren y limpien las aguas grises. También se conocen como humedal artificial o juncales.

I

Ibuprofeno Medicamento. Se emplea para aliviar el dolor, la inflamación y la fiebre.

Ictericia Amarillamiento de la piel o los ojos. Es una seña de problemas de hígado o hepatitis.

Incineración Quema de artículos en un horno cerrado con el fin de destruirlos.

Incinerador Especie de horno cerrado donde se queman desechos.

Infección Enfermedad causada por bacterias, virus u otros microbios. Las infecciones pueden afectar a una parte o a todo el cuerpo.

Infraestructura Conjunto de elementos construidos, por ejemplo casas, caminos y acueductos, que se consideran necesarios para el funcionamiento de una organización o comunidad.

Ingeniería genética Ver *transgénico.*

Ingestión Acción de introducir por la boca la comida, bebida o medicamentos.

Ingrediente activo En los plaguicidas, es la sustancia que sirve para destruir las plagas.

Ingredientes inertes Ingredientes o componentes no activos de un plaguicida. Los ingredientes inertes contienen otras partículas que hacen que los plaguicidas se adhieran fuertemente a las plantas e insectos o evitan que el plaguicida se lave con la lluvia. Estos ingredientes son por lo general muy venenosos.

Inmunización Medicamento inyectado para evitar ciertas enfermedades. Las inmunizaciones más comunes son aquellas contra el sarampión, el tétanos y la polio. También se conoce como vacuna.

Insumos Todos los materiales y cosas que el agricultor emplea, por ejemplo semillas, fertilizantes y plaguicidas, para cultivar y producir sus productos.

Inyección Medicamento u otro líquido introducido en el cuerpo por medio de una jeringa con aguja.

J

Jeringa Instrumento con una aguja en el extremo que se utiliza para inyectar medicamentos.

Juncal Ver *humedal construido.*

L

Leucemia Cáncer de la sangre y la medula ósea (medula de los huesos).

Línea de alta tensión Cable que conduce la electricidad de alto voltaje desde el lugar donde se genera hasta donde se la convierte en voltaje bajo para el consumo.

Línea ecuatorial Línea imaginaria que divide el planeta en los hemisferios norte y sur.

Linfoma Término general para el cáncer del sistema linfático del cuerpo.

Lixiviado Desecho líquido que se filtra de un basurero o vertedero de desechos.

Lombriz de Guinea Lombriz larga con apariencia de hilo blanco. Vive bajo la piel y causa heridas dolorosas en el tobillo, pierna o otra parte del cuerpo.

M

Ma huang Ver *efedra.*

Malaria Ver *paludismo.*

Manganeso Metal tóxico pesado que se emplea para soldar metales.

Materia orgánica Cualquier materia proveniente de un organismo vivo, o que estuvo vivo, que se descompone o pudre, por ejemplo las plantas, animales, insectos y bacterias. La materia orgánica enriquece la tierra.

Mejora vegetal tradicional Selección que hacen los agricultores de las semillas más robustas para sembrarlas al año siguiente, con el fin de lograr frutos más grandes, resistentes a plagas, de mejor sabor o con otras características deseables. Conocimientos de generaciones de agricultores ha dado como resultado las deliciosas y nutritivas variedades de frutos actuales. Comparar con *transgénico.*

Mercurio Metal pesado tóxico y líquido, utilizado en la minería del oro y para fabricar termómetros e instrumentos médicos. Es venenoso con solo entrar en contacto con la piel. Es aún más venenoso cuando se convierte en gas y se aspira mediante la respiración, o cuando ingresa al agua y se combina con otros elementos.

Metales pesados Metales muy dañinos cuando la gente se expone a ellos, incluso en cantidades muy pequeñas. Algunos metales pesados son el mercurio, el plomo, el cadmio y el cromo.

Microbio Organismos vivos muy pequeños que pueden transmitir enfermedades. Diferentes microbios causan diferentes enfermedades y las propagan de maneras distintas. Por ejemplo: los microbios de la disentería se transmiten a través de las heces, y los de la tuberculosis a través del aire.

Microondas (horno) Horno eléctrico que utiliza ondas de energía para calentar o desinfectar cosas.

Moho Hongo que crece en los alimentos, plantas, y elementos que se guardan en lugares calientes y húmedos.

Monocultivo Cultivo de un solo tipo de producto en un mismo terreno.

Monóxido de carbono Gas venenoso, incoloro e inodoro, producido por los automóviles, el humo del cigarrillo, la quema de gas natural y otras fuentes contaminantes. También se conoce por su símbolo químico, CO.

N

Neumonía Inflamación del pulmón o de una parte de él producida por un microbio. Causa fiebre, tos y debilidad.

Níquel Metal utilizado en las baterías, en la galvanoplastia y la fundición. La exposición al níquel puede causar problemas de salud.

Nitrógeno Elemento químico presente en la tierra, importante para la salud de los suelos.

Nivel con 'aparato A' Herramienta compuesta de un bastidor en forma de letra "A". Se usa junto con la plomada para trazar las curvas de nivel en las laderas.

Nocivo Se dice de algo dañoso, perjudicial.

Nódulo Pequeñas bolitas que sobresalen en el tallo de una planta, en el punto donde nacen las hojas.

Nutrición Acción de alimentar y reparar al cuerpo por medio del alimento, ingiriendo los alimentos apropiados para el crecimiento y desarrollo saludable y para evitar enfermedades.

Nutriente Todo aquello que sirve de alimento a las personas, plantas y animales. Las personas necesitan consumir los nutrientes de los alimentos para crecer fuertes y sanas; las plantas necesitan los nutrientes de los suelos para crecer sanas y producir frutos. Cuando los agricultores añaden composta y fertilizantes al suelo, están agregando nutrientes.

O

Obesidad Exceso de peso corporal, que crea problemas graves de salud.

Organización de las Naciones Unidas (ONU) La Organización de las Naciones Unidas (ONU) es la mayor organización internacional existente. Se define como una asociación de gobiernos global que facilita la cooperación en asuntos como el derecho internacional, la paz y seguridad internacional, el desarrollo económico y social, los asuntos humanitarios y los derechos humanos.

Organización Panamericana de la Salud (OPS) Organismo de Organización de las Naciones Unidas responsable de la salud en las Américas.

Organización Mundial del Comercio (OMC) Organismo mundial que administra los acuerdos comerciales negociados por los países y multinacionales miembros.

P

Paludismo Enfermedad grave que causa fiebre, escalofríos y dolor. Puede ser mortal. Es propagada y transmitida por ciertos zancudos.

Panel solar Superficie plana utilizada para capturar los rayos solares y producir electricidad.

Paracetamol Ver *acetaminofén.*

Parálisis Incapacidad para moverse.

Parásitos Gusanos pequeños y animales que pueden vivir en la superficie o dentro del cuerpo de personas y animales. Pueden causar enfermedades.

Parásitos trematodos Enfermedad causada por un diminuto gusano plano que vive en los caracoles de agua. También se conoce como esquistosomiasis o bilharziasis.

PCB Bifenilos policlorados. Productos tóxicos muy utilizados en la elaboración de pinturas, plásticos y equipos electrónicos. Los PCB tardan mucho tiempo en desaparecer del medio ambiente y es difícil eliminarlos sin peligro. Los PCB son contaminantes orgánicos persistentes (COP).

Pendiente La inclinación de una cuesta o ladera.

Pesticida Ver *plaguicida.*

Petróleo Líquido oscuro de origen fósil que se extrae del subsuelo y se emplea para producir gasolina, diesel, keroseno, plásticos y otros productos industriales.

Placenta Órgano esponjoso presente en el útero femenino durante el embarazo, que transmite sangre y nutrientes al feto, y puede también transmitir muchas sustancias tóxicas nocivas a éste.

Plaguicida Producto químico venenoso empleado para destruir los insectos, yerbas, ratas o enfermedades de las plantas.

www.hesperian.org /home-espanol

Plaguicida natural Plaguicida producido a partir de sustancias naturales como plantas (ajo, pimentones y otros) leche y aceite vegetal.

Planta o árbol exótico Planta o árbol no nativo a un terreno.

Plantas y árboles nitrogénicos Especies de árboles y plantas que introducen nitrógeno en los suelos, aumentando su fertilidad.

Plástico Material producido a partir del petróleo y otros productos químicos. Aunque es conveniente, su fabricación, empleo y eliminación puede exponer a las personas a sustancias tóxicas.

Plomada Instrumento compuesto por una pesa que se sujeta al extremo de una cuerda para que ésta, tensada por la fuerza de la gravedad, señale la línea vertical. Se utiliza junto con el nivel con bastidor en A para trazar las curvas de nivel en las pendientes.

Polinizador Insecto o animal que lleva el polen de flor en flor, ayudando a fertilizar las plantas. El viento también ayuda a diseminar el polen.

Polinizar Transportar el polen desde la flor donde se produjo hasta otra, para que germine la semilla o fruto.

Pozo de drenaje Un hueco relleno de arena y piedras pequeñas para que pase el agua y se absorba lentamente en el suelo.

Precios de garantía Precio establecido por el gobierno para ayudar a los agricultores, imponiendo precios más altos para algunos de los productos que cultivan.

Principio precautorio Según el principio precautorio, si existe alguna razón para creer que algo puede causar daño, incluso si no lo sabemos con seguridad, es mejor evitarlo que correr el riesgo de causar daño.

Producción limpia Técnica de producción en la que se reducen o eliminan los desechos tóxicos. La producción limpia promueve el empleo de materiales y energía renovables.

Producto de valor agregado Producto cuyo valor se ha incrementado a través de las sucesivas etapas de producción para su venta, y deja de ser materia prima.

Productos forestales no madereros Cualquiera de los productos del bosque, además de la madera, que pueden cultivarse y venderse de manera sostenible.

Progesterona Hormona que, junto con el estrógeno en el cuerpo de las mujeres, controla la reproducción.

Programa de certificación Programa que informa al consumidor que el artículo que compra se produjo aplicando técnicas inofensivas para la sociedad y el medio ambiente. Se puede por ejemplo certificar que un cultivo es orgánico o que la producción de un producto forestal es sostenible. Tras obtener la certificación, es posible que el agricultor obtenga mejores precios por sus productos.

Programa de control comunitario de semillas Se forma cuando las comunidades deciden mantener una colección diversa de semillas para el futuro, y llevan un control o registro cuidadoso de éstas.

Programas de inmunización Proyectos masivos de vacunación, que generalmente organizan agencias internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), UNICEF, los gobiernos nacionales y locales y las empresas productoras y vendedoras de las vacunas.

Punzocortante Se dice de los objetos como agujas, hojas de bisturí, lancetas y otros instrumentos médicos cortantes; el vidrio roto también es punzocortante. También se conoce como cortopunzante.

Putrefacción Ver *descomposición.*

PVC Cloruro de polivinilo; se trata de un tipo de plástico que contiene cloro, y cuya producción y quema emite sustancias químicas peligrosas conocidas como dioxinas y furanos.

Q

Quema de gas rutinaria Procedimiento que se aplica las 24 horas del día quemando el gas natural para separarlo del petróleo.

Quemas de seguridad (gas) Técnica en la que el gas excedente se separa del petróleo y se quema para evitar explosiones en las tuberías de un oleoducto.

Quinina Medicamento para el tratamiento del paludismo.

R

Radiación Energía que se propaga invisiblemente. Ciertas radiaciones, como la de la luz solar, son naturales. Otras, como la radiación de una explosión nuclear y la del uranio, causan enfermedades muy graves.

Rasgos Facciones del rostro o características particulares de una persona u objeto, por ejemplo el color de los ojos, el tipo de cabello, etcétera.

Reciclaje Someter un material usado a un proceso para que se pueda volver a utilizar.

Recuperación de recursos Técnicas para convertir en recursos útiles los materiales no usados o no deseados. La recuperación de recursos incluye la reutilización, el reciclaje y la composta.

Recursos no renovables Un recurso que una vez usado no se puede renovar, como el petróleo. Comparar con *recursos renovables.*

Recursos renovables Recursos naturales que pueden utilizarse sin temor a que se agoten ya que vuelven a crecer, como sucede con los árboles, o se producen espontáneamente en la naturaleza como el viento y el sol. Comparar con *recursos no renovables.*

Red alimentaria Ver *cadena alimentaria.*

Refinería Ver *refinería de petróleo.*

Refinería de petróleo Planta industrial donde el petróleo se transforma en productos como la gasolina y otros combustibles, asfalto y plástico. Las refinerías de son una de las fuentes principales de contaminación del aire.

Rehabilitación Acción de reparar, renovar o volver a poner algo en el estado que antes tenía.

Relleno sanitario Fosa para verter los desechos que no pueden reutilizarse ni reciclarse. Es menos peligroso que un basurero al cielo abierto.

Residuos Parte o porción que queda de un todo. Después de aplicados, los plaguicidas dejan un residuo de polvo o película aceitosa en las plantas. Los cultivos dejan como residuo las hojas, tallos, cáscaras de semillas, etcétera, que permanecen después de la cosecha.

Residuos de producción agrícola Tallos, hojas, raíces, cáscaras u otros desechos vegetales que quedan después de la cosecha. Se emplean con frecuencia en composta o como biomasa combustible.

Residuos sólidos Ver *desechos sólidos.*

Resistencia Capacidad para defenderse sobre algo que puede hacer daño o causar la muerte. Las bacterias, por ejemplo, pueden volverse resistentes a los efectos de ciertos antibióticos y los zancudos pueden volverse resistentes a los insecticidas.

Resistencia antibiótica Situación en la que ciertas bacterias no pueden eliminarse con antibióticos. El consumo innecesario de antibióticos y el vertido de éstos en el medio ambiente, pueden ser causa de resistencia antibiótica.

Respirador Máscara protectora que cubre la nariz y la boca y sirve para evitar que se aspiren y absorban los venenos.

Retardante de llama brominado Sustancia tóxica empleada en la fabricación de productos tales como equipos electrónicos, muebles y textiles, con el fin de reducir el peligro de que se quemen.

Rotación de cultivos Cambio anual del lugar de cultivo para mejorar la fertilidad de los suelos.

S

Salud reproductiva Aspectos de la salud concernientes a los órganos y los procesos mediante los cuales las mujeres y los hombres pueden tener hijos.

Saneamiento Dar condiciones de salubridad a algo, por ejemplo construyendo y manteniendo sanitarios para tratar sin peligro los desechos humanos, y lavándose las manos para evitar la propagación de los microbios.

Seguridad alimentaria La seguridad alimentaria permite que todos tengan alimentos suficientes, seguros y nutritivos todo el año para llevar una vida activa y saludable. También significa que los alimentos se están produciendo y distribuyendo de tal manera que se promueve un medio ambiente saludable, comunidades autosuficientes y alimentos suficientes para todos los integrantes de la comunidad. Ver *soberanía alimentaria.*

Semilla negra Semilla negra de kalonji, que se emplea para evitar ataques de asma. Dos cucharaditas de semilla negra, una vez al día, con miel o yogurt, pueden fortalecer los pulmones y el sistema inmunológico. También se conoce como nigella sativa o habba sawda.

Sensibilidad química múltiple (SQM) Las personas con SQM sufren fuertes reacciones a las toxinas comunes de la pintura, perfumes, materiales de los autos y edificios.

Seudofedrina Broncodilatador; medicamento que se suministra para abrir las vías respiratorias.

SIDA El SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida) es una enfermedad que afecta a los humanos infectados por el VIH (virus de inmunodeficiencia humana). Una persona padece de SIDA cuando su organismo no es capaz de ofrecer una respuesta inmune adecuada contra las infecciones que aquejan a los seres humanos.

Sílice, polvo de sílice Sustancia que se encuentra en muchas clases de la minería, se utiliza en la industria. Aspirar el polvo de sílice puede ocasionar problemas de salud.

Silicosis Enfermedad muy grave de los pulmones, ocasionada por aspirar el polvo de sílice.

Sistema de tratamiento de aguas negras Red de tuberías o zanjas que conduce las aguas negras a los tanques sépticos, estanques de desechos, charcas o plantas de tratamiento. También se conoce como alcantarillado.

Sistema linfático Sistema del cuerpo para prevenir y sanar las infecciones.

Soberanía alimentaria El derecho de una comunidad, región o nación para determinar sus propios sistemas alimentarios, incluidos los cultivos locales, mercados, distribución justa, precios accesibles, y alimentos seguros. Ver *seguridad alimentaria.*

Sociodrama Representación teatral breve, mediante la cual se demuestra un problema social y se sugieren soluciones.

Sostenibilidad Capacidad de satisfacer las necesidades diarias de la gente sin descuidar las necesidades de las generaciones futuras.

Subsidio Dinero que se da durante una duración determinada para incrementar o reducir los precios de bienes y servicios, por ejemplo de cosechas, petróleo, servicios de salud, etcétera.

Sucesión natural Etapas en las que las plantas se desarrollan o se recuperan tras la destrucción de un terreno.

Suero de rehidratación La que se prepara con agua, sal, azúcar o granos y agua y sirve para reponer los líquidos y restablecer la salud cuando una persona está deshidratada.

T

Tacto Acción de tocar o palpar algo.

Tala rasa Corte de la mayoría de árboles de una zona.

Tanque séptico Tanque enterrado bajo el suelo para recolectar y tratar los desechos humanos.

Tierra compactada Terrenos que han sido presionados y se endurecen por la pérdida de materia orgánica, exceso de riego, o por el tráfico excesivo de personas, animales o vehículos. La tierra compactada ya no puede sostener suficiente aire o agua, y esto causa su erosión.

Tifoidea Infección de los intestinos que se propaga de las heces a la boca en alimentos y bebidas contaminados.

Tolueno Disolvente tóxico.

Torno Mecanismo que en los pozos se hace girar para subir el cubo de agua.

Tóxico Todo aquello que es dañino, generalmente venenoso y que puede causar enfermedades o la muerte.

Toxoplasmosis Enfermedad causada por microbios presentes en los alimentos.

Transgénico Modificación científica de los genes de plantas o animales, a veces añadiendo genes de una planta o animal diferente para cambiar sus características.

Tratamiento de aguas residuales Sistema de filtrado y limpieza de las aguas residuales de modo que puedan reutilizarse o devolverse sin peligro al medio ambiente.

Trementina Disolvente tóxico. También se conoce como aguarrás.

Tuberculosis (TB) Enfermedad grave e infecciosa de los pulmones.

Tumor Masa de células que crecen y se multiplican anormalmente en el cuerpo. Muchas veces su causa es el cáncer.

Turbina Rueda que gira impulsada por el flujo del viento, agua, gases o vapor, para generar electricidad.

V

Vacuna Ver *inmunización* y *programas de inmunización.*

Vaporizar Convertir un líquido en gas o vapor, por la acción del calor.

Ventilación Circulación del aire dentro de una casa o edificio.

VIH El VIH (virus de inmunodeficiencia humana) es el virus causante de la enfermedad del SIDA

Vivero Terreno donde se siembran o germinan plantas o árboles pequeños, para transplantarlos cuando estén suficientemente fuertes a su lugar definitivo.

X

Xileno Disolvente tóxico.

Z

Zona de captación ver *cuenca.*

www.hesperian.org /home-espanol