

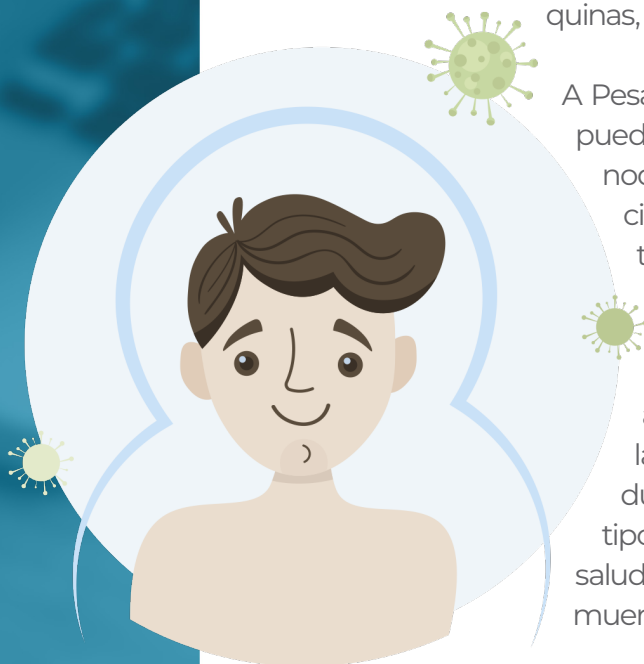
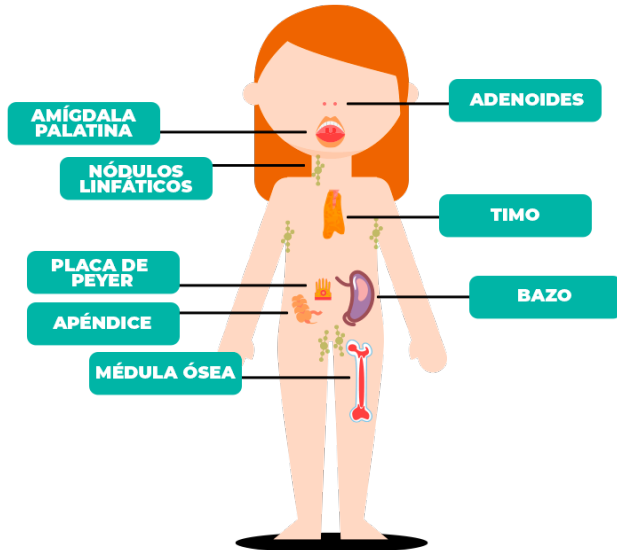
Así como existen factores internos que alteran las funciones en el sistema inmunológico también existen factores externos los cuales pueden depender de nosotros mismos sin embargo no brindamos la atención necesaria, por ejemplo; un estilo de vida basado en una alimentación desequilibrada consumo frecuente de cafeína, exposición directa e indirecta al humo del tabaco la contaminación ambiental, el estrés, exceso a la actividad deportiva o muscular o en contra parte el sedentarismo son detalles esenciales pues todo este tipo de actividades se encuentran directamente relacionadas con el deterioro del sistema inmunitario.

EL SISTEMA INMUNOLÓGICO

Es la defensa del cuerpo contra las bacterias, virus, otros patógenos y agentes causantes de enfermedades que en algunos casos pueden ser muy perjudiciales.

El sistema inmunológico se encarga de combatir las infecciones, cuando su sistema inmunológico está funcionando adecuadamente le protege de infecciones que le causan enfermedades.

El proceso inmunológico funciona así: Un agente infeccioso entra en el cuerpo de muy diversas maneras, su sistema inmunológico está siempre alerta para detectar y atacar el agente infeccioso antes de que cause daño, sea cual fuera el ambiente el sistema inmunológico lo reconoce como un cuerpo ajeno estos cuerpos externos se llaman antígenos y los antígenos deben ser eliminados, para realizar eficazmente su labor el sistema inmunológico emplea una sustancia compuesta de células encargadas de atacar cuerpos extraños conocidos como leucocitos o glóbulos blancos, anticuerpos, citoquinas, macrófagos y neutrófilos entre otros.



A Pesar de tener un sistema tan completo en ocasiones puede presentarse un fenómeno conocido como inmunodeficiencia la cual se refiere al trastorno y deficiencias del sistema inmunitario, que se caracteriza por tomar los procesos inmunes menos activos de lo normal algo así como bajar la guardia.

Es aquí cuando desafortunadamente se crea un ambiente que favorece el proceso de replicación de las células malignas presentes en un organismo produciendo en consecuencia, enfermedades de todo tipo algunas llegando a ser altamente nocivas para la salud e incluso pueden llegar al punto de ocasionar la muerte. **i**