



Universidad del sureste

Carretera Villahermosa-Aeropuerto, Km 10+400,86280 Dos montes Tabasco LIC. En Enfermería

Alumno: José Leonardo Arias Cruz

Docente: Lisset del Carmen Flores

Materia: Nutrición Clínica

Cuatrimestre: 3^o

Grupo: G

Conceptos generales de Nutrición

IMPORTANCIA DE LA NUTRICIÓN

Para llevar una vida sana y activa se requieren alimentos en cantidad, calidad y variedad para satisfacer las necesidades de energía y nutrimentos

DEFINICIÓN DE NUTRICIÓN

La nutrición es la ciencia que estudia los alimentos, nutrimentos y otras sustancias conexas; su acción, interacción y equilibrio respecto a la salud y a la enfermedad

Organismos autótrofos

Tienen una nutrición independiente, autónoma, limitada por la disponibilidad de nutrimentos inorgánicos, con requerimientos de agua, oxígeno, bióxido de carbono, entre otros.

Organismos heterótrofos

Su nutrición depende de organismos autótrofos o heterótrofos. Toda especie heterótrofa (entre ellas el ser humano)

ENERGÍA

Se define como la capacidad de efectuar un trabajo. El ser humano utiliza la energía que proviene de los alimentos en diversos procesos

REQUERIMIENTO

NUTRIMENTO

Es cualquier sustancia que realiza una función en el organismo y es ingerida en la dieta.

DIETA

Se define como dieta a todos los alimentos que se ingieren en un día, no hay que confundirse con régimen de reducción, donde se limitan las calorías.

ALIMENTO

Por definición, todo alimento tiene valor nutrimental que es el aporte de nutrimentos y se define como el "órgano, tejido o secreción de organismo de otras especies"

Referencias

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/5815b454d45173e448b1413eaf851d0c. ed>