



Nombre del alumno: Verónica Anahí López Aguilar

Nombre del profesor: Alfredo Agustín Vázquez

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico

Materia: Nutrición Clínica

Grado: 3° CUATRIMESTRE

Grupo: "A"

**ALIMENTACIÓN Y DIETÉTICA
EN DIFERENTES
SITUACIONES
FISIOLÓGICAS**

Alimentación en la gestación.

Pretende tener objetivos claros, como cubrir necesidades, y satisfacer las necesidades.

Desde el primer mes la mujer embarazada debe estar bien alimentada.

Para tener una placenta bien estable y tenga una formación sana.

Una mujer embarazada debe tener buenas reservas de nutrientes y consumir una dieta balanceada.

Necesidades energéticas.

Gran parte de esta energía se dedica al crecimiento de la matriz y de otros tejidos maternos.

Para los meses 7 a 9, la energía se dedica al feto y a la placenta.

Esto es para que el feto no tengas malformaciones, y para evitar eso hay que consumir mucho ácido fólico.

Necesidades energéticas

Ya que a su vez el **25 a 30 g de calcio se transfieren al feto.**

Se absorbe más calcio, para satisfacer las necesidades del feto.

Recomendaciones

Tener una **Alimentación que debe incluir alimentos de todos los grupos.**

Esto para evitar complicaciones y otros problemas que se puedan presentar.

Moderar el consumo de sal y Controlar el peso

**ALIMENTACIÓN Y DIETÉTICA
EN DIFERENTES
SITUACIONES
FISIOLÓGICAS**



ALIMENTACIÓN Y DIETÉTICA
EN DIFERENTES
SITUACIONES
FISIOLÓGICAS

Alimentación en la
adolescencia

Esta se caracteriza por
un rápido crecimiento
en peso y talla,

Adquiriéndose el 50%
del peso definitivo y
el 25% de la talla
adulta.

Hay una serie de cambios
físicos, con la aparición de los
caracteres sexuales
secundarios, y en la
composición corporal

Requerimientos
energéticos

Como proteínas, de
algunas vitaminas y
minerales

Principalmente A,
C, E y folatos y de
minerales calcio.

Vitaminas y cinc y hierro en
las chicas tras la menarquía.

Riesgo
nutricional

Como: el
vegetarianismo y el
embarazo.

ALIMENTACIÓN Y
DIETÉTICA EN DIFERENTES
SITUACIONES
FISIOLÓGICAS

**Alimentación
y vejes.**

vejes.

se caracteriza
esencialmente por una
pérdida de nuestros
mecanismos de reserva.

Esto implica una mayor
susceptibilidad para
enfermar y una menor
posibilidad de superar
estas enfermedades

Es una mayor posibilidad de
morir

Tres factores

Son llamamos
fisiológicos

Esto se trata de un
fenómeno doblemente
universal

Quien afecta a todos los individuos sin
excepción

El envejecimiento
secundario

Son los derivados de la
patología,
enfermedades, cirugías,
accidentes.

Son acumuladas a lo largo
de la vida con sus secuelas
correspondientes
envejecimiento patológico

UDS.ANTOLOGIA DE NUTRICION. PDF. UTILIZADA EL 01 DE JULIO DE 2020.