



Nombre del alumno: María de los Ángeles Jiménez Paz

Nombre del profesor: Daniela Rodríguez

Nombre del trabajo: Lectura de artículo y resumen

Materia: Trastornos de la cultura alimentaria

Grado: 9no cuatrimestre

Grupo: A

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 08 de mayo del 2020.

Existe una relación entre la alimentación y un estilo de vida saludable, esta a su vez, se encuentra relacionada a los hábitos alimentarios que se pueden ver modificados a lo largo de la niñez provocando alteraciones que podrían repercutir en la salud en una etapa adulta. Dichas modificaciones se deben a factores como:

1. La familia, ya que, los hábitos alimentarios se aprenden en el seno familiar y ejercen una influencia muy fuerte en la dieta de los niños y las conductas vinculadas con la alimentación.
2. Medios de comunicación. Estudios revelan que los escolares obesos son aquellos que dedican la mayor parte de su tiempo a videojuegos y/o televisión y no a actividades físicas.
3. Escuela. Generalmente las cafeterías de escuelas ofrecen alimentos con alto contenido de grasas trans, saturadas, bebidas carbonatadas y alimentos poco saludables.

La población más frágil se encuentra en niños y jóvenes, pues, hoy en día enfrentamos a la obesidad infantil como un problema de salud pública a nivel global, ya que, el niño obeso tiende a desarrollar dicha obesidad en la adolescencia y prolongarse en la etapa adulta, dando lugar a enfermedades crónico-degenerativas que influyen en la esperanza de vida de los individuos.

Se realizaron un conjunto de estudios en un grupo de personas en edad escolar para verificar la relación existente entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional, los cuales arrojaron los siguientes resultados:

- Tres de cada 10 manifiestan problemas de sobrepeso y obesidad.
- La mayor parte de la población lleva hábitos alimenticios pocos saludables.
- El 22.2% de la población se encuentra en riesgo de padecer sx metabólico y enfermedades cardiovasculares.

Los datos presentados anteriormente, son de suma importancia para redoblar esfuerzos, concientizar a toda la sociedad a involucrarse en la situación e implementar nuevas estrategias de prevención y promoción a la salud para modificar estadísticas y porcentajes de sobrepeso, obesidad y malnutrición que se encuentran relacionados a los hábitos alimenticios.