

Alumna: Martínez Pérez Viridiana Guadalupe
LN: Vázquez Pérez Alfredo Agustín
Materia: sobre peso y obesidad
9No cuatrimestre de nutrición

Reporte de lectura



Sea cual sea tu motivación, que la base sea mejorar tu salud.

La salud es una parte fundamental para todo ser humano ya que trata de un estado de bienestar físico, emocional, mental y social es por ello hay que tomar en cuenta en el cuidado de la salud, la alimentación en sí es la que nos va a dar la calidad de la vida que vamos a tener basada en la alimentación, es por eso que debemos escoger cuáles son los alimentos que nos van a garantizar una nutrición saludable y apta para cada etapa de nuestras vidas

Necesitamos alimentarnos adecuadamente para brindarle a nuestro organismo en aportar nutrientes, como el aportar energía y poder realizar nuestras actividades con mayor facilidad

Es por ello que la nutrición es parte fundamental para llevar un estilo de vida diferente en el cual todos los seres humanos debería tener una alimentación, adecuada, completa, equilibrada, variada, inocua y suficiente, por lo tanto, son bases para tomar en cuenta en alimentarnos saludablemente, así mismo nos ayudaríamos en la prevención de enfermedades o ya se en el control de dicha enfermedad ya presentada

Es por eso que hay que tener en cuenta ciertos conceptos de la rama de la salud en el cual cada persona tomaría conciencia y adecuaría que la nutrición debería ser fundamental en la vida de cada uno de nosotros

El encargado de esta área será quien poco a poco vaya cambiando el estilo de alimentarse de cada paciente.

En la actualidad el porcentaje de personas con sobre peso y obesidad cada vez aumentan e incluso niños que ya padecen de obesidad, todo depende del habito alimenticio que desde pequeños le han inculcado, como el hecho de que cada persona no le toma el interés adecuado a su salud y en un corto plazo ya presentan enfermedades cardiovasculares

Una persona gordita no es porque está muy bien nutrida al contrario existen casos de personas que se encuentran en desnutrición, por lo que cada vez que ellos suelen alimentarse no es de la manera correcta, al no nutrir su cuerpo, comer lo necesario y satisfacer las necesidades que su cuerpo necesita

La enfermedad es considerada como un padecimiento causado disfunción por lo que cada enfermedad es presentada por signos y síntomas que caracterizan su patología, por lo tanto, cada persona distinta puede llegar a presentar

En la etiología es ahí donde se conocen la causa de la enfermedad, es decir los factores que ha provocado el mal estado de salud que se presente en cada paciente, en los padecimientos congénitos provenientes desde el nacimiento, es por ello que las enfermedades son resultado de una predisposición genética y ambiental, como también esto incluye en la alimentación por lo tanto mediante ello se puede prevenir muchas enfermedades en poder tener una alimentación sana y adecuada para cada persona

También esto implica que desde los primeros meses de gestación la paciente pueda llevar una dieta adecuada para su bebe, con ingesta de vitaminas y minerales, los requerimientos adecuados para ella y él bebe, eso evitara que un diagnóstico de dicha patología si en algún caso llega a darse

En esto también incluye la patogénesis la manera en la que evoluciona ese proceso, la secuencia de cómo se fue dando desde el inicio, la etiología viene siendo sinónimo de este, pero como ya antes mencionado, es una secuencia de la enfermedad

En la morfología son los cambios macroscópicos de lo cual caracterizan a una enfermedad, histología dedicado en estudiar a las células corporales con la ayuda de un microscopio

La enfermedad se manifiesta por diversas maneras por ello se es mediante a las manifestaciones clínicas, los síntomas que refiera el paciente y los signos en la cual se llegue a diagnosticar

El diagnóstico es lo que llega a padecer el paciente, como un factor que llega de una prueba con el fin de ver en que estado de salud se encuentra, los médicos son los indicados en mandar a realizar estudios, en donde cual se va a diagnosticar cualquier enfermedad, para el control del paciente el medico llevara secuencia de ello.

La nutrición ayuda a la prevención de enfermedades, de lo cual considero que se puede cambiar el estilo de vida para la importancia de nuestra salud, así mismo cada uno de los conceptos mencionados, ayuda a concientizar a la población de lo cual tengan más específico