UDS
UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Crea tu mejor historia
EMPRENDAMOS JUNTOS

ALUMNA: BRICEIDI PÉREZ PÉREZ

PROFESOR: GABRIELA EUNICE GARCÍA

MATERIA: NUTRICIÓN CLÍNICA

TRABAJO: CUADRO SINÓPTICO

GRADO: 3ER CUATRIMESTRE

GRUPO: 3C SEMISCOLARIZADO

FECHA: 20 DE JUNIO DE 2020

LUGAR: FRONTERA COMALAPA CHIAPAS

Alimentación de las diferentes etapas de la vida

- **Nutrición de preescolar y escolar**
  - **La etapa preescola**
    - Esta entre los 6 años y los 11 años de edad, y en el incremento en el peso y la estatura se mantienen normalmente constantes.
      - En esta etapa se produce el desarrollo delos dientes.
  - **Etapa escolar**
    - Esta entre los 11 y los 13 años, en general se debe de cuidar el consumo de fibra, calcio y líquido.
      - En esta etapa se requiere bastante apoyo de los padres, debido que se acerca la adolescencia, muchos cambios físicos, y psicológicos
- **Nutrición de los adolecentes**
  - En esta etapa se comprenden todos aquellos cambios que constituyen la transmisión del niño a adulto y le permiten aceptar las transformaciones morfológicas, buscar un nuevo concepto de identidad (el yo) y realizar una vida plena.
    - Los factores que pueden afectar los requerimientos nutricios son:
      - Actividad física.
      - Embarazo y/o lactancia.
      - Enfermedades
    - Algunos trastornos mentales son:
      - Anorexia: se ve gorda cuando en realidad no lo esta
      - Bulimia nerviosa: consumo rápido de una gran cantidad de alimentos en corto periodo
      - Obesidad: la presencia de problemas emocionales
- **Nutrición del adulto**
  - En esta etapa se debe de cuidar la salud del paciente y realizar una tarea muy fuerte para modificar hábitos y prevenir enfermedades o corregir las que ya existen.
    - Las enfermedades más común es son:
      - Obesidad, diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, osteoporosis, cáncer, enfermedades gastrointestinales.
        - Se pueden prevenir o mejorar con la alimentación y los requerimientos nutricios.
- **Nutrición de la mujer adulta y embarazo**
  - La edad adulta de la mujer comprenden varios procesos fisiológicos, que en forma genérica se describe como:
    - No embarazo
      - Se presentan ciertos cambios hormonales que deben ser monitoreadas anualmente por su médico y estos cambios pueden afectar la alimentación.
    - Embarazo
      - Algunos malestares del embarazo que pueden intervenir en la nutrición de la mujer embarazadas son las náuseas, los vómitos, el estreñimiento y
    - Lactancia
      - Es el mejor momento para recuperar el peso adecuado en la mujer debido en el aumento del gasto energético.
    - Climaterio
      - Es la época fisiológica de la vida de la mujer que se caracteriza por la disminución en la función ovárica, por alteraciones menstruales, esterilidad, y suspensión de la menstruación.
- **Nutrición del anciano**
  - Los factores nutricios tienen una profunda influencia en el desarrollo del individuo y en su predisposición a las enfermedades degenerativas.
    - Conforme avanza la edad, la descomposición corporal va cambiando.
      - Se pierde la estatura
      - Agua corporal
      - Masa muscular y Oseas
      - Sin embargo se gana masa