

(ENSAYO)

(NUTRICION CLINICA)
(GRABRIELA EUNICE GARCIA)

PRESENTA EL ALUMNO:

(Paula Escobar Alvarado)

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

(4to semestre grupo B)

Lugar: Frontera Comalapa Chiapas

Fecha: 28 de junio de 2020

INTRODUCCION

En este presente ensayo, abarcaremos dos importantes temas los cuales llevan a cabo la importancia. El primer tema a tratar es la importancia que tiene la alimentación en nuestro país, mencionaremos un poco de ello, pero nos enfocaremos en lo general por ejemplo ¿Cuál es la importancia de la alimentación? Ahí el concepto es más amplio en mi punto de vista.

De igual manera abarcamos sobre la labor del personal enfermero para proporcionar y de igual manera prevenir enfermedades relacionadas obviamente con la alimentación.

IMPORTANCIA DE LA NUTRICION EN NUESTRO PAIS

Empezaremos dándole significado a lo que es la nutrición que en este caso es el concepto a tratar, la nutrición más que nada consiste en una transformación de energía la cual nos permite llevar a cabo procesos fundamentales, por ejemplo tener un mantenimiento como una buena salud estable, tener un buen desarrollo y un buen movimiento.

Dando una idea de lo que significa nutrición nos vamos a dirigir hacia la importancia de nutrición que tiene nuestro país, tanto lo alimentario y lo nutricional de México es un poco complicado ya que en nuestro país se encuentra una epidemiológica, nuestro país tiene problemas de nutrición ya que se encuentra en una situación de problemas económicos (de pobreza) más que nada.

Pero existe una diferencia entre alimentación y nutrición la cual la alimentación se reserva a la acción de alimentar y por nutrición se entiende por el conjunto de procesos de digestión, absorción intestinal de los nutrientes y el metabolismo por cada célula.

Quien se alimenta mal no puede tener una buena nutrición, pero como en ésta intervienen muchos otros elementos, una buena alimentación no basta para tener una buena nutrición. El problema está en que no caiga en una desnutrición, o ya sea en obesidad, existen muchas otras enfermedades al no tener una buena alimentación, pero no hablaremos de eso.

Ahora bien mencionábamos antes el ¿por qué la importancia de la nutrición?, no hablemos de nuestro país, lo hablemos en general. Primero hablemos de la alimentación, cada persona se alimenta de muchas formas, unos saludables y otros que no, bien, pero ¿en qué consiste? Más que nada consiste en que no estamos bien informados a las consecuencias que esto provoca, claro a la mala alimentación, debemos de alimentarnos algo variado, tanto comer saludable y por el mismo lado carbohidratos, lípidos. Pasamos a la importancia de la nutrición, al tener una buena alimentación podremos obtener una buena nutrición la cual es muy importante, ¿qué pasa si no tenemos esa energía en nuestro cuerpo? Claro, no podremos hacer actividades, no tuviéramos fuerzas para hacer las cosas cotidianas que hacemos.

PERSONAL ENFERMERO PARA PREVENIR ENFERMEDADES RELACIONADA CON LA ALIMENTACION

Proporcionaremos las enfermedades que provoca al no tener una buena alimentación y como poder prevenirlas.

Mencionare un poco sobre la comunidad donde vivo, las enfermeras de sector salud realizan platicas de jóvenes en donde ellos explican de manera general la importancia y consecuencias que tiene al no tener una buena alimentación. Creo que es una medida muy buena tener este tipo de pláticas, ya que los jóvenes podrían compartirles un poco de información a sus familiares.

Anteriormente mencionamos algunas enfermedades que provoca al no tener una alimentación adecuada. Es importante que el personal de salud de a conocer la disposición de los ciudadanos de una información actual y rigurosa con el fin de que las conductas de la población se orienten de forma adecuada. El conocimiento de los mejores métodos de comunicación será esencial para captar la atención del sujeto, movilizar su interés hacia la acción y potenciar el deseo de ponerla en práctica

La educación del individuo, con carácter general, y por supuesto en el área concreta de la salud y la nutrición, exige permanencia a lo largo del tiempo y adaptación a las circunstancias y características del sujeto, con un refuerzo constante que movilice sus actitudes y conductas en la dirección correcta.

En las campañas educativas esporádicas y las acciones aisladas no son útiles para conseguir conductas alimentarias permanentes, sí lo son para la creación de un buen clima de opinión en el que se desarrollen y evolucionen contenidos educativos que constituyen el entramado sobre el que se asientan los hábitos.

CONCLUSION

Llegamos al final de este ensayo, pero no al final de saber más sobre estos temas, podremos investigar, leer libros y así poder descubrir muchas más cosas, lleguemos al final de todo esto. Para mí estos temas me han servido de mucho, ya que estoy llevando y me estoy preparando para una carrera que interviene en salud ahora conozco sobre la importancia de nutrición, conozco cuáles son sus consecuencias, sus enfermedades que tiene al no tener una buena alimentación, es importante saber esto, ya que si alguna persona se me acerca y me pregunta sobre la alimentación o algo relacionado de ello, podré saber que contestarle a esa persona que requiere de información.

REFERENCIAS

- La alimentación y la nutrición en México
- Labor del personal enfermero para promocionar y prevenir enfermedades relacionadas con la alimentación.