



**Nombre de la alumna: Yaquelin  
Montserrat López Pérez**

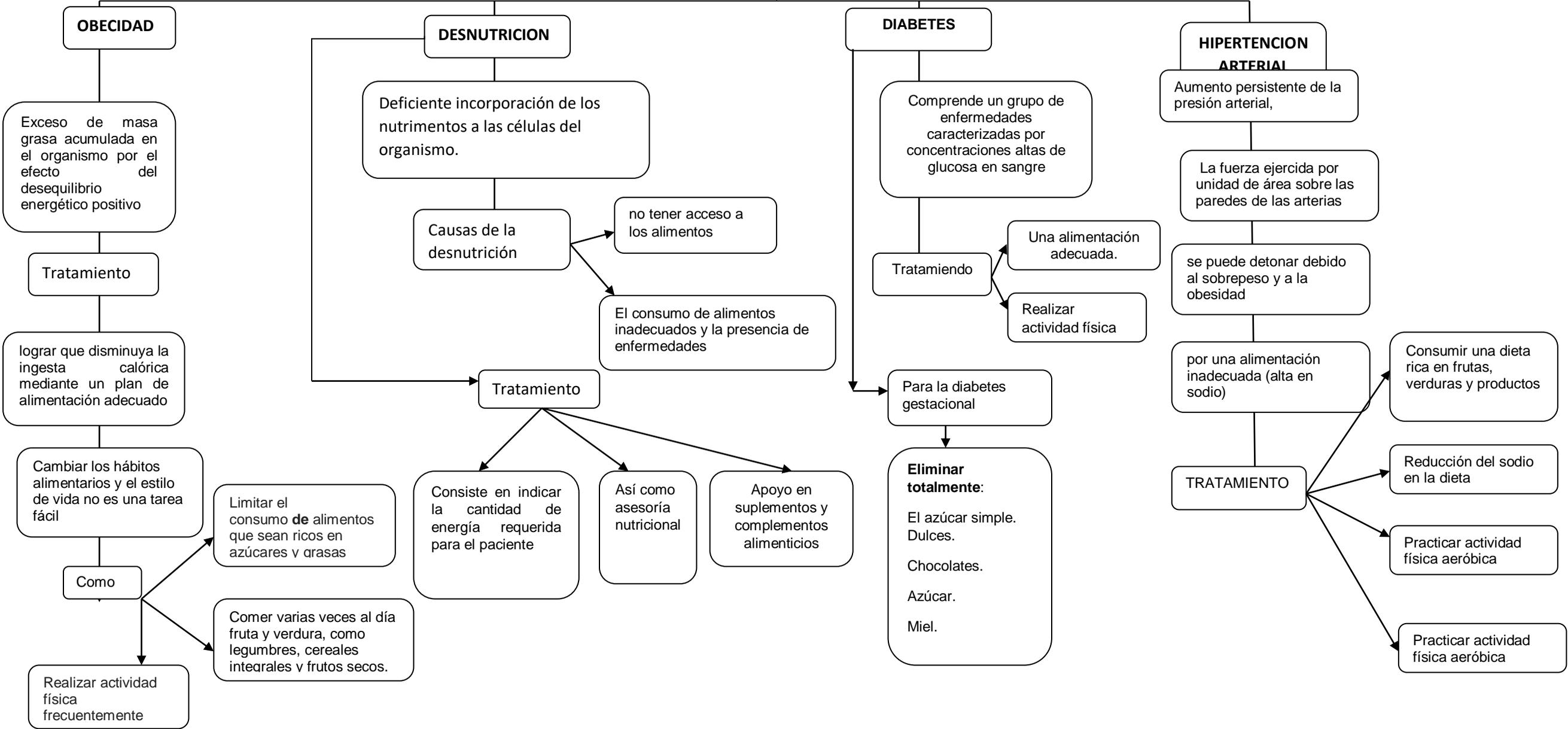
**Nombre del profesor: Lic. Gabriela  
Eunice Garcia**

**Materia: Nutrición Clínica**

**Grado: 3°**

**Grupo: "B"**

# ENFERMEDADES Y SU TRATAMIENTO NUTRICIONAL



## OBESIDAD

Exceso de masa grasa acumulada en el organismo por el efecto del desequilibrio energético positivo

### Tratamiento

lograr que disminuya la ingesta calórica mediante un plan de alimentación adecuado

Cambiar los hábitos alimentarios y el estilo de vida no es una tarea fácil

### Como

Realizar actividad física frecuentemente

Limitar el consumo de alimentos que sean ricos en azúcares y grasas

Comer varias veces al día fruta y verdura, como legumbres, cereales integrales y frutos secos.

## DESNUTRICION

Deficiente incorporación de los nutrientes a las células del organismo.

### Causas de la desnutrición

no tener acceso a los alimentos

El consumo de alimentos inadecuados y la presencia de enfermedades

### Tratamiento

Consiste en indicar la cantidad de energía requerida para el paciente

Así como asesoría nutricional

Apoyo en suplementos y complementos alimenticios

## DIABETES

Comprende un grupo de enfermedades caracterizadas por concentraciones altas de glucosa en sangre

### Tratamiento

Una alimentación adecuada.

Realizar actividad física

Para la diabetes gestacional

**Eliminar totalmente:**  
El azúcar simple.  
Dulces.  
Chocolates.  
Azúcar.  
Miel.

## HIPERTENCION ARTERIAL

Aumento persistente de la presión arterial,

La fuerza ejercida por unidad de área sobre las paredes de las arterias

se puede detonar debido al sobrepeso y a la obesidad

por una alimentación inadecuada (alta en sodio)

### TRATAMIENTO

Consumir una dieta rica en frutas, verduras y productos

Reducción del sodio en la dieta

Practicar actividad física aeróbica

Practicar actividad física aeróbica