

# UDS

NOMBRE DEL ALLUMNO: FERNANDO NAJERA GUILLEN

NOMBRE DEL PROF: ALFREDO AGUSTIN VAZQUES PEREZ

NOMBRE DE LA MATERIA: NUTRICION CLINICA

NOMBRE DEL TRABAJO: ENSAYO

ENFERMERIA

3ER CUATRIMESTRE

GRUPO: A

COMITAN DE DOMINGUES 25/06/2020

# INGRESO Y UTILIZACION DE ALIMENTACION EN EL SISTEMA DIGESTIVO.

## INTRODUCCION..

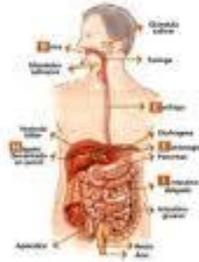
En este ensayo hablaré sobre un tema muy importante para todo ser humano, el cual levare acabo sobre el ingreso y utilización de los alimentos en el sistema digestivo, dando una breve explicación de cada uno de los órganos encargados de este aparato digestivo. Esto nos sirve para tener un mejor conocimiento para poder conocer como afectamos cada uno de nuestros órganos, pensaremos más en una mejor forma de alimentarnos para mantenernos sanos y evitar diversas enfermedades como la obesidad.

Nuestro aparato digestivo es muy importante ya que nos permite procesar los alimentos extrayendo de ellos lo más importante y lo demás desecharlo, en este ensayo espero transmitir todos mis conocimientos obtenidos de este tema.

Lo cual el aparato digestivo es un sistema enrollado que mide de 6 a 9m de largo que comienza en la boca y termina en el ano. Ya que el Aparato digestivo se contribuye Intestinos grueso y delgado, Ano Estómago, Esófago, Faringe y Boca. Órganos accesorios Vesícula Biliar Hígado Páncreas exocrino Dientes Glándulas salivales.

Ya que para toda persona nuestro aparato digestivo es muy importante y debemos cuidar adecuadamente de el para mantener una vida sana y saludable.

## INGRESO Y UTILIZACIÓN DE LOS ALIMENTOS EN EL SISTEMA DIGESTIVO

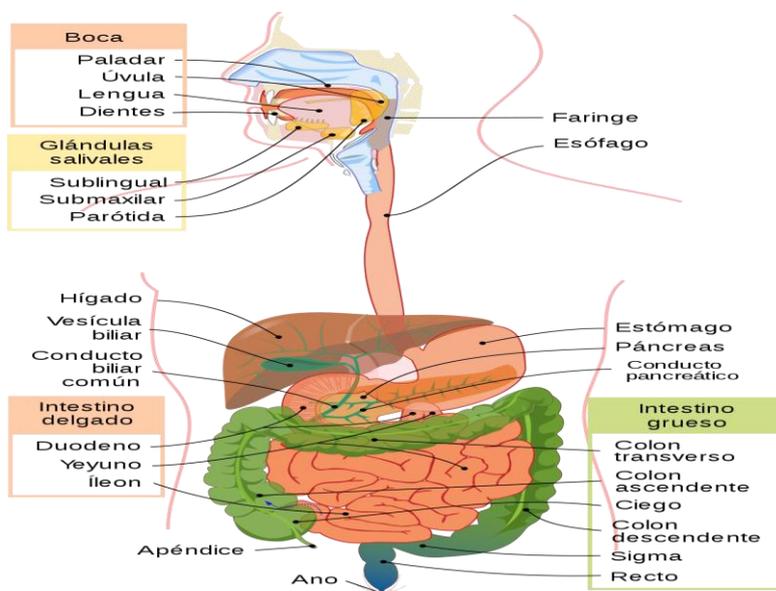


Para comenzar como al principio dije sus generalidades del sistema digestivo se considera como un sistema enrollado de 6 a 9 m de largo que empieza en la boca y termina en el ano. Las secciones que lo conforman son boca, faringe, esófago, estómago, intestino delgado, intestino grueso y ano. Además, para funcionar requiere de órganos accesorios interconectados, como los dientes, las glándulas salivales, el páncreas exocrino, el hígado y la vesícula biliar. Mediante métodos químicos y mecánicos, el aparato digestivo digiere los alimentos hasta obtener sus nutrimentos, para que posteriormente se lleve a cabo el proceso de absorción y transporte hacia las células.

Ya que la funciones al introducir de alimentos y líquidos a la boca.  
Hace una Secreción liberación de jugos digestivos en respuesta a estímulos  
Mezclado y propulsión contracción y relajación de los músculos que  
propician la motilidad o peristaltismo Digestión hidrólisis de los alimentos  
en moléculas pequeñas para que atraviesen la membrana plasmática  
Absorción paso de las moléculas al interior de la célula intestinal  
Defecación eliminación de los desechos indigeribles de los alimentos y de  
otro tipo a través de las heces.

Por eso los Movimientos peristálticos contracción de la musculatura del tubo digestivo, que avanza en sentido proximal a distal de la boca hacia el ano Participan fibras musculares y longitudinales Mediante ellos se llevan a cabo los procesos de digestión, absorción y eliminación de los restos de los alimentos.

Por lo cual la estructura del aparato digestivo se basa de la boca hasta llegar al ano. La boca es el orificio de entrada de los alimento, comprende de los carrillos, el paladar duro y blando, las encías, la dentadura, glándulas salivales y la lengua. En su parte posterior la faringe.



En la boca se lleva a cabo el proceso de masticación, primer paso para la degradación mecánica de los alimentos. Funciones Lubricar el alimento en

contacto con la saliva. Suavizar el alimento para facilitar la deglución.  
Reducir trozos grandes de alimentos a fragmentos pequeños para aumentar la superficie de contacto del alimento con las enzimas digestivas.

En las glándulas salivales Existen tres pares de glándulas salivales; Las parótidas, que producen una secreción serosa, las submaxilares, producen una secreción mixta serosa y mucosa, y las Sublinguales. Su función es lubricar en el alimento También como el sentido del gusto en centramos sabor la impresión sensorial que provoca un alimento, platillo o sustancia que llega a la boca, determinado principalmente por la sensaciones químicas rebeladas por la lengua y olfato.

Faringe se considera como la segunda porción del sistema gastrointestinal, conecta la parte posterior de la boca con el esófago, también en la faringe converge el inicio de la laringe que comunica con las vías respiratorias bajas. La epiglotis es un fibrocartílago laríngeo que actúa como tapadera y que en el momento de la deglución obstruye la entrada a la laringe e impide el paso de lo deglutido.

Deglución es el bolo alimenticio pasa a la parte posterior de la cavidad oral y es impulsado hacia la faringe. El bolo alimenticio pasa de manera involuntaria de la faringe hacia el esófago El bolo alimenticio es conducido hacia el esófago por contracciones peristálticas. Los movimientos peristálticos tardan de 5 a 8 segundos al llegar al estómago del esófago.

EL esófago Constituye la tercera parte del sistema gastrointestinal, conecta la faringe con el estómago. Su función principal es conducir con rapidez los alimentos de la faringe al estómago. Secreta moco como mecanismo de protección, mide aproximadamente 25cm. Estomago Sección expandida del sistema gastrointestinal que conecta el esófago con

el intestino delgado. Se divide en Tres: 1- Fondo 2-Cuerpo 3-Antra gástrico. Digestión fase intestinal Inicia cuando el quimo se vacía en el intestino delgado.

**Páncreas exocrino** Es una glándula de secreción mixta pues sintetiza jugos pancreáticos que libera a través de un conducto hacia el duodeno y hormonas como la insulina y el glucagón.

**El Hígado Y Vesícula Biliar** El hígado es la glándula con mayor peso de organismo, su peso promedio en un adulto es de 1.4 kg. Se localiza en la cavidad abdominal en la región conocida como hipocondrio derecho.

**Intestino delgado** Es la porción más larga de sistema gastrointestinal mide de 3 a. 6 metros **Funciones** Absorción de la mayor parte de los nutrientes de la dieta Finalizar el proceso de digestión enzimática hidrólisis Se divide en tres segmentos: duodeno, yeyuno e íleon.

Y por último el intestino grueso el cual se localiza en la porción distal del sistema gastrointestinal, entre el íleon y el ano. Mide 1.5m de longitud y 6.5m de diámetro, y se divide en 4: ciego, colon, recto, conducto anal. Por lo que todo esto es muy importante para nosotros y debemos entender que nos debemos cuidar muy sanamente para no dañar algunos de estos órganos que están dentro del sistema digestivo.

Pues ya que todos estos conforman nuestro aparato digestivo y nos damos cuenta como debemos de llevar una alimentación para evitar dañarlo y hacer que funcione correctamente siempre sin tener ninguna preocupación.

## CONCLUSION..

Pues para dar por terminado no queda claro que todas las personas tiene que llevar una alimentación sana comer frutas y verdura. Para evitar problemas de obesidad por debemos evitar comer muchas carnes rojas, y debemos de consumir aguas naturales no siempre refrescos que daña nuestros hígados y riñones por lo que tenemos que consumir menos azucars o cosas que se exagere de azúcar y así podres evitar más a que nos enfermemos y llevar una vida buen y sana.

## Bibliografía

Fernando Nájera. Ingreso y utilización de los alimentos en el sistema digestivo. En: Fernando Nájera, editor. Fisiología de la nutrición. México D.F.:

Las Rosas; 2019. p. 19-36.