



**Nombre de alumnos:
Marleny Rodas De La Cruz**

**Nombre del profesor:
Alfredo Agustín Vázquez Pérez**

**Nombre del trabajo:
Mapa conceptual sobre la alimentación y salud pública**

**Materia:
Nutrición clínica**

3er cuatrimestre grupo "B"

Licenciatura en enfermería



Alimentación & Salud pública

Tablas de Composición de alimentos

¿QUÉ SON?

SON HERRAMIENTAS PARA CALCULAR LOS MACRONUTRIENTES QUE SATISFACEN LAS NECESIDADES DE ENERGÍA, LAS QUE AL SER ENTREGADAS EN CANTIDAD SUFICIENTE, HABITUALMENTE CUBREN LAS DEMANDAS DE LA MAYORÍA DE LOS NUTRIENTES

CARACTERÍSTICAS

—PERMITEN EVALUAR LA ADECUACIÓN DE LA DISPONIBILIDAD NACIONAL DE ALIMENTOS DE ACUERDO A SUS NECESIDADES NUTRICIONALES.
 —LA COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS PRODUCIDOS LOCALMENTE PUEDE VARIAR DE ACUERDO A:
 ~AL AMBIENTE ECOLÓGICO DE LOS CULTIVOS.
 ~LAS VARIETADES GENÉTICAS.
 —LIMITA LA FORMULACIÓN DE DIETAS ADECUADAS PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS Y EN PARTICULAR, PARA LAS PERSONAS CON RESTRICCIONES DE ALGUNOS NUTRIENTES O NO NUTRIENTES ESPECÍFICOS.
 —LOS REQUERIMIENTOS DE LOS DISTINTOS TIPOS DE USUARIOS DE LAS TABLAS, VARIAN DE ACUERDO A LAS FUNCIONES QUE DESEMPEÑAN.

Alimentos funcionales

¿QUÉ SON?

SON ALIMENTOS NATURALES O PROCESADOS, LOS CUALES, APARTE DE SU CONTENIDO NUTRITIVO, CONTIENEN INGREDIENTES QUE DESEMPEÑAN UNA ACTIVIDAD ESPECÍFICA EN LAS FUNCIONES FISIOLÓGICAS DEL ORGANISMO HUMANO, FAVORECIENDO LA CAPACIDAD FÍSICA Y EL ESTADO MENTAL.

EJEMPLOS

ENTRE ALGUNOS EJEMPLOS DE ALIMENTOS FUNCIONALES, DESTACAN LOS ALIMENTOS QUE CONTIENEN DETERMINADOS MINERALES, VITAMINAS, ÁCIDOS GRASOS O FIBRA ALIMENTICIA, LOS ALIMENTOS A LOS QUE SE HAN AÑADIDO SUSTANCIAS BIOLÓGICAMENTE ACTIVAS, COMO LOS FITOQUÍMICOS U OTROS ANTIOXIDANTES, Y LOS PROBIÓTICOS, QUE TIENEN CULTIVOS VIVOS DE MICROORGANISMOS BENEFICIOSOS.

Estado nutricional

CARACTERÍSTICAS

Valoración

¿QUÉ ES?

ES LA EVALUACIÓN DEL ESTADO DE NUTRICIÓN A NIVEL POBLACIONAL TIENE COMO PROPÓSITO FINAL NO SÓLO CONOCER LA MAGNITUD Y DISTRIBUCIÓN DE LOS PROBLEMAS DE MALA NUTRICIÓN, SINO DETERMINAR PROGRAMAS Y POLÍTICAS NACIONALES PARA CORREGIR LAS SITUACIONES ENCONTRADAS, ES DECIR EL ABCD DE LA EVALUACIÓN DEL ESTADO DE NUTRICIÓN

¿CÓMO SE VALORA?

EL ABCD DE LA EVALUACIÓN DEL ESTADO DE NUTRICIÓN VARIARÁ TAN SÓLO EN LOS DATOS QUE SE DEBEN RECOLECTAR DEPENDIENDO DEL LUGAR DONDE SE REALICE, SI SE APLICARÁ A UNA POBLACIÓN O GRUPOS O INDIVIDUOS

Importancia

ES

TOMANDO COMO BASE LOS PROBLEMAS DE MALA NUTRICIÓN PRESENTES TANTO EN MÉXICO COMO EN EL MUNDO, RESULTA INDISPENSABLE CONTAR CON UNA SERIE DE HERRAMIENTAS QUE PERMITAN AL PROFESIONAL DE LA NUTRIOLOGÍA IDENTIFICAR AQUELLOS SUJETOS O POBLACIONES QUE PRESENTEN UN ESTADO DE NUTRICIÓN ALTERADO.

Componentes

¿CUÁLES SON?

■ PARA NIÑOS Y ADOLESCENTES:
 ■ PESO PARA LA TALLA. ■ CIRCUNFERENCIA CEFÁLICA PARA LA EDAD. ■ ESTATURA PARA LA EDAD. ■ IMC. ■ ANEMIA. ■ BAJO PESO AL NACER.
 ■ PARA ADULTOS:
 ■ CAMBIOS EN EL PESO. ■ ALERGIAS ALIMENTARIAS. ■ DIETA. ■ VALORES DE LABORATORIO: ALBÚMINA, HEMATÓCRITO. ■ CAMBIOS EN EL APETITO. ■ NAÚSEA/VÓMITO. ■ HÁBITOS INTESTINALES. ■ HABILIDAD DE MASTICACIÓN Y DEGLUCIÓN. ■ DIAGNÓSTICO MÉDICO.
 ■ PARA ANCIANOS:
 ■ CAPACIDAD PARA VALERSE POR SÍ MISMOS. ■ CAPACIDAD PARA PREPARAR ALIMENTOS. ■ DENTADURA. ■ MÚLTIPLES MEDICAMENTOS.

(A) Antropometría

¿QUÉ VALORA?

LA MEDICIÓN TANTO DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL COMO DE LAS DIMENSIONES FÍSICAS DE LA PERSONA, PERMITIENDO POR ELLO ESTABLECER LA PRESENCIA DE DESEQUILIBRIOS CRÓNICOS EN PROTEÍNA Y ENERGÍA

(B) Métodos bioquímicos.

¿QUÉ VALORA?

LA PRESENCIA DE MALA NUTRICIÓN EN SUS DIFERENTES ETAPAS PUEDE SER DETECTADA A PARTIR DE LA EVALUACIÓN BIOQUÍMICA O DE LABORATORIO, UTILIZANDO PARA ELLO DIFERENTES PRUEBAS O MEDICIONES DEL NUTRIMENTO INVOLUCRADO.

(C) Métodos clínicos.

¿QUÉ VALORA?

DEBERÁ DETERMINARSE LA CONDICIÓN ORGÁNICA RELACIONADA CON LOS PROCESOS FISIOLÓGICOS DE DIGESTIÓN, ABSORCIÓN, UTILIZACIÓN Y EXCRECIÓN DE NUTRIENTES QUE PUDIERAN ESTAR ALTERANDO EL ESTADO DE NUTRICIÓN DE LA PERSONA.

(D) Métodos dietéticos

¿QUÉ VALORA?

INCLUYEN LA EVALUACIÓN DEL CONSUMO DE ALIMENTOS, ASÍ COMO LA COMPOSICIÓN Y ADECUACIÓN DE LA INGESTA DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES, PATRONES DE CONSUMO DE ALIMENTOS (CONSIDERANDO EN ELLO LOS ASPECTOS AMBIENTALES INVOLUCRADOS), TOLERANCIA O INTOLERANCIA A DIFERENTES ALIMENTOS Y NUTRIENTES, MODIFICACIONES ALIMENTARIAS O NUTRICIAS.

Seguridad alimentaria

¿QUÉ ES?

SEGÚN LA ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACIÓN (FAO), DESDE LA CUMBRE MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN (CMA) DE 1996, LA SEGURIDAD ALIMENTARIA "A NIVEL DE INDIVIDUO, HOGAR, NACIÓN Y GLOBAL, SE CONSIGUE CUANDO TODAS LAS PERSONAS, EN TODO MOMENTO, TIENEN ACCESO FÍSICO Y ECONÓMICO A SUFICIENTE ALIMENTO, SEGURO Y NUTRITIVO, PARA SATISFACER SUS NECESIDADES ALIMENTICIAS Y SUS PREFERENCIAS, CON EL OBJETO DE LLEVAR UNA VIDA ACTIVA Y SANA".

VALORA

Disponibilidad

¿QUÉ ES?

DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS A NIVEL LOCAL O NACIONAL, TIENE EN CUENTA LA PRODUCCIÓN, LAS IMPORTACIONES, EL ALMACENAMIENTO Y LA AYUDA ALIMENTARIA.

VALORA

Estabilidad

¿QUÉ ES?

SE REFIERE A SOLVENTAR LAS CONDICIONES DE INSEGURIDAD ALIMENTARIA TRANSITORIA DE CARÁCTER CÍCLICO O ESTACIONAL

VALORA

Acceso y Control

¿QUÉ ES?

SOBRE LOS MEDIOS DE PRODUCCIÓN (TIERRA, AGUA, INSUMOS, TECNOLOGÍA, CONOCIMIENTO...) Y A LOS ALIMENTOS DISPONIBLES EN EL MERCADO.

VALORA

Consumo y Utilización Biológica

¿QUÉ ES?

—EL CONSUMO SE REFIERE A QUE LAS EXISTENCIAS ALIMENTARIAS EN LOS HOGARES RESPONDAN A LAS NECESIDADES NUTRICIONALES, A LA DIVERSIDAD, A LA CULTURA Y LAS PREFERENCIAS ALIMENTARIAS
 —LA UTILIZACIÓN BIOLÓGICA ESTÁ RELACIONADA CON EL ESTADO NUTRICIONAL, COMO RESULTADO DEL USO INDIVIDUAL DE LOS ALIMENTOS (INGESTIÓN, ABSORCIÓN Y UTILIZACIÓN)

Bibliografía
 Universidad Del Sureste. (10 de junio de 2020) Antología de nutrición. Obtenido de file:///C:/Users/marle/Downloads/3er%20cuatri/Nutricion/antologia%20de%20nutricion.pdf