



Universidad del Sureste
Escuela de Medicina

Nombre de alumno:
Gordillo López Eric Roberto

Nombre del profesor:
RODRIGUEZ MARTINEZ DANIELA

Nombre del trabajo:

Ensayo

PASIÓN POR EDUCAR

Materia:

Nutrición

Grado: 2 Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 21 de agosto del 2020.

INTRODUCCIÓN

La nutrición es una rama entrelazada a las demás ciencias de la salud que apoya y brinda educación, para un mejor estilo de vida, porque, aunque una persona este llena como se dice vulgarmente, la deficiencia de vitaminas y minerales pueden estar presente, esto junto a enfermedades crónicas degenerativas relacionadas con el régimen alimentario.

La alimentación no solo es problema de un solo país, es mundial ya que hay cientos de personas que padecen enfermedades derivadas de regímenes alimentarios excesivos o poco equilibrado, siendo en ciudades la mas alta tasa de sobrepeso a comparación de algún pueblo.

El sistema de salud se sigue esforzando en el primer nivel, que es la prevención y promoción, esto para que su población asuma el como prevenir o tratar el sobrepeso, desnutrición, particularmente en niños y adolescentes, que son la tasa mas grande de estos trastornos alimenticios.

Es gracias a ello que la nutrición, tiene mas relevancia actualmente ya que es el punto de partida fundamental en el estilo de vida que cualquier ser humano lleve, siendo unos de los factores importantes la economía, pues para tener una alimentación plena.

Siendo unos de los mas grandes problemas, provocando crisis alimentarias, por todo el mundo, done unos de los mas conocidos y apoyados es África, que sufre principalmente por su economía y bajos recursos, sin ir más lejos, nuestro país tiene el primer lugar de sobrepeso, por la mala educación que se tiene por todo el estado, sin muchas intervenciones o por alfabetismo en rincones de los diferentes estados de la república mexicana.

¿QUÉ RELEVANCIA TIENE LA NUTRICIÓN?

La alimentación a pesar que es cotidiano, en algunas excepciones no se tiene una educación, pues se rigen mas por las diferentes culturas que existen, religiones que tienen ciertas reglas ante algún alimento, por el socioeconómico que la familia llega a tener, haciendo todo a su disponibilidad.

Dando pie al derecho de una educación nutricional, pues como primer nivel de atención se debe hacer público la información y capacitación de ser consciente de las necesidades alimenticias que pasan, siendo de suma importancia por el echo del desarrollo el niño, principalmente lactantes.

El poder facilitar la información da pauta a una educación, con ello regímenes alimentarios adecuados, dándole una alternativa de alcanzar y mantener la seguridad alimentaria por sus cuentas, esto protegerá a la población principalmente en los de bajo recursos, es común que en los bajos recursos sufran de enfermedades extraintestinal.

Para poner en práctica acciones esenciales se debe conocer a quien nos dirigimos, como es una madre joven, que deberá amamantar en exclusiva al bebe hasta los seis meses, pues no solo la leche materna tiene los nutrimentos necesarios para su desarrollo, si no también se le conoce como la primera vacuna que recibe el recién nacido que ayudara a su inmunidad Hinata para posteriormente a su inmunidad adaptativa.

Los niños en edad preescolar y escolar, es primordial y decisivo para formar hábitos adecuados, deben aprender a comer diversas frutas, verduras, evitando dulces, bebidas azucaradas y alimentos chatarra, su desarrollo cognitivo y físico serán severamente dañado ante esta situación si no se educa desde pequeños a igual y junto a sus padres.

QUÉ RELEVANCIA TIENE LA NUTRICIÓN, la nutrición es lo que nos permite crecer y desarrollar a la madurez, que si en estas etapas de la vida, siendo la preescolar y escolar no se educa bien, tanto como al niño como sus padres, su desarrollo será afectado siendo un problema de salud, donde se debe tomar en cuenta la economía de los padres, para ver las posibilidades que tienen en la alimentación, pues el primer nivel será encargado de esta tarea, pero la nutrición no solo es prevenir y educar, es un estilo de vida, que sin darnos cuenta nos afecta o nos beneficia a largo plazo.

Bibliografía

nutricional, e. (2011). la importancia de la educacion nutricional . pág. 16.