



**Universidad del Sureste**  
**Escuela de Medicina**

**Materia:**  
**Nutrición**

**Lic. Daniela Rodríguez Martínez**

**Presenta:**  
**Fátima Andrea López Álvarez**  
**3\* B**

**Lugar y fecha**  
**Comitán de Domínguez Chiapas a 29/11/20**



Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad.



Conjunto de actividades vinculadas a la alimentación y la salud que, en el marco de la nutrición aplicada.



Su objetivo es de mejorar los hábitos alimentarios y el estado nutricional de las poblaciones.



México es un país de grandes contrastes donde prevalece la heterogeneidad geográfica, económica, social y cultural de su población.

**SALUD PÚBLICA EN NUTRICIÓN EN MÉXICO Y ATENCIÓN PRIMARIA A LA SALUD**



Cocinas del DIF

Programa de alimentos del DIF

Programas nutricionales

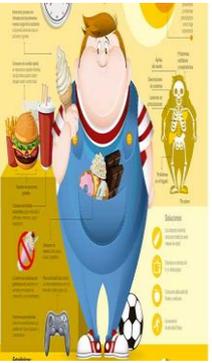


Los principales problemas de nutrición en distintos grupos poblacionales son el sobrepeso, la anemia y la deficiencia de micronutrientes.

México tiene numerosos y muy variados patrones dietéticos. Para su análisis se dividen en tres grandes grupos: dieta de los marginados, de la población proletaria, y de la clase media y alta.

Liconsa

Desayunos escolares



Los grupos marginados representan el 30 % de la población del país y son sólo rurales. Su dieta es monótona, es a base de tortilla, frijol, verduras, frutas locales y a veces algún otro alimento, es escaso el consumo de alimentos que la provean de energía, hierro, proteína, vitamina A y B2.

La población proletaria, que corresponde al 50 % del país y en donde la mayoría son urbanos, es mucho menos monótona, más energética, contiene tortilla y frijol, considera el pan, las pastas y el arroz, lo que proporciona mayor variedad; hay más frutas y verduras, aparecen los alimentos animales.

La clase media y alta representa el 20 % de la población y es urbana en su totalidad. Sus dietas son diversas, concentradas, muy ricas, a menudo ejemplares y muy elaboradas, contienen numerosos alimentos de todos los grupos. Conjuga la influencia de varias tradiciones culinarias. Esta dieta no causa deficiencias, pero en algunos casos genera excesos.