



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ESCUELA DE MEDICINA

MATERIA:

NUTRICIÓN

PROYECTO:

MAPAS MENTALES

Alumno:

RUSSELL MANUEL ALEJANDRO VILLARREAL (3B)

Docente:

DANIELA RODRIGUEZ MARTINEZ

LUGAR Y FECHA

Comitán de Domínguez, Chiapas a 13/10/2020

Generalmente se entiende por producto "milagro" aquel al que se le atribuyen una serie de propiedades sobre el organismo sobre las que **no se ha demostrado por medios científicamente válidos**.

Normalmente cuando se va a comercializar uno de estos productos, la empresa o interesado lo que suele hacer es buscar una **vía legal simple para conseguir algún tipo de autorización**.



PRODUCTOS MILAGRO O LIGHT

Dietas milagro:

Son consideradas dietas ineficaces o peligrosas.:

- La promesa de pérdida de peso rápida: **"más de 5 kilogramos por mes"**.
- La afirmación de que se puede llevar sin esfuerzo: **"pastilla dietética mágica", "reduzca totalmente la grasa"**
- El anuncio de que son **"completamente seguras", o "sin riesgos para la salud"**.
- **Prohíben** el consumo de algún alimento o grupo de alimentos
- Basan la bondad del producto en que es **"natural"**.

En resumen, las dietas muy restrictivas y muy bajas en calorías, aunque **consiguen que el peso disminuya a corto plazo**, constituyen un riesgo inaceptable para la salud ya que pueden:

- Provocar **deficiencias** de proteínas, vitaminas y minerales por la falta de consumo de ciertos alimentos.
- Desencadenar **trastornos** del comportamiento alimentario (anorexia y bulimia).
- Producir efectos **psicológicos** negativos.
- Favorecer el **efecto rebote**, es decir, la rápida recuperación posterior del peso perdido.
- Al abandonar estas dietas, las personas que las siguen no han aprendido a comer saludablemente y vuelven a las costumbres que les hicieron engordar.

Consejos útiles:

- Los productos "milagro" **no son medicamentos**.
- **Desconfíe** de las grandes promesas. No hay ninguna seguridad de que los denominados productos "milagro" cumplan con la función correctora.
- Recuerde que ante la existencia de una verdadera enfermedad o lesión que precise un tratamiento terapéutico, el empleo de productos milagro puede hacerle perder un **tiempo**.
- La frase comercial "de venta en farmacias" no asegura la **eficacia** del producto.
- No utilice ningún producto supuestamente beneficioso para la salud sin **consultar** con su médico.

Funciones:

- La ingeniería genética se puede realizar con plantas o bacterias y otros microorganismos muy pequeños.
- La ingeniería genética permite a los científicos pasar el gen deseado de una planta o animal a otro.
- Los genes también pueden pasarse de un animal a una planta, y viceversa.
- El proceso para crear alimentos GM (transgénicos) es diferente a la cría selectiva.
- Esta involucra la selección de plantas o animales con los rasgos deseados y su crianza.

Los posibles **beneficios** de los alimentos transgénicos incluyen:

- Alimentos más nutritivos
- Alimentos más apetitosos
- Plantas resistentes a la sequía y a las enfermedades
- Menos uso de pesticidas
- Aumento en el suministro de alimentos a un costo reducido
- Crecimiento más rápido en plantas y animales
- Alimentos medicinales que se podrían utilizar como vacunas

Los alimentos transgénicos son aquellos que han sido producidos a partir de un organismo modificado mediante ingeniería genética y al que se le han incorporado genes de otro organismo para producir las características deseadas.

En la actualidad tiene mayor presencia los alimentos procedentes de plantas transgénicas, como el maíz o la soja.

PRODUCTOS TRANSGENICOS

Problemáticas:

- Uno de los problemas con la crianza selectiva es que también puede resultar en rasgos que no son deseados.
- Crear alimentos que pueden causar una reacción alérgica o que son tóxicos
- Cambios genéticos inesperados y dañinos
- Los genes se trasladan de una planta o animal GM a otra planta o animal que no está modificado genéticamente
- Alimentos que son menos nutritivos

Técnicas utilizadas en el mejoramiento genético de plantas



Fuentes alimenticias:

El algodón, el maíz y la soja son los principales cultivos transgénicos cultivados en los Estados Unidos. La mayor parte se utiliza para hacer ingredientes para otros alimentos, tales como:

- Jarabe de maíz utilizado como edulcorante en muchos alimentos y bebidas
 - Aceites de soja, maíz y canola usados en productos para refrigerios
 - Azúcar de remolacha
- Otros de los principales cultivos de ingeniería genética incluyen:
- [Manzanas](#), [Papayas](#), [Papas](#) y [Calabaza](#)