



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Materia: Nutrición

Mapa conceptual

La alimentación y la nutrición en México

Presenta. Gabriela Gpe Morales Argüello

3oB

Nutrióloga. Rodríguez Martínez Daniela

Lugar y fecha

Comitán de Domínguez Chiapas 29/08/2020

La alimentación y la nutrición en México

En el ámbito de la nutriología iberoamericana se suele hacer una clara distinción entre alimentación y nutrición

Alimentación

Nutrición

se reserva a la acción de alimentar (proveer sustento) y sus determinantes

Conjunto de procesos subsecuentes, finamente entrelazados y regulados, que comienzan con la alimentación y continúan de manera casi automática con la digestión, la absorción intestinal de nutrimentos, la distribución a todo el organismo, la asimilación y el metabolismo por cada célula y la excreción de los desechos

Otros conceptos

Nutrimentos

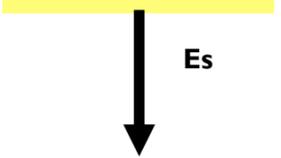
Requerimiento

Alimentos

Platillos

Productos industrializados

Dieta



Los nutrimentos forman parte de compuestos químicos de mayor peso molecular, como almidones, azúcares, proteínas, triacilgliceroles, fibras y sales que se desdoblan en el aparato digestivo para liberar los nutrimentos que entonces ya pueden absorberse, pasar a la circulación y llegar a las células.

Cantidad más pequeña de un nutrimento que determinado individuo necesita ingerir para nutrirse de manera satisfactoria. Esa cantidad varía según características tan personales como la edad, el tamaño y la composición corporales, el sexo, la actividad física, el estado fisiológico (crecimiento, embarazo o lactancia).

Organismos vegetales o animales o sus partes o secreciones (flores, frutos, hojas, tallos, raíces, vainas, semi-llas, leches, huevos, músculos, vísceras) que el organismo necesita ingerir para abastecerse de los nutrimentos o sus fuentes.

También llamados platos, guisos o preparaciones. Son resultado de la combinación y la transformación culinaria de los alimentos.

Ingredientes e incluso platillos producidos en gran escala por la industria. Cada quien los emplea en mayor o menor grado, pero han adquirido importancia en el consumo diario de alimentos.

La suma de alimentos sin transformar, platillos y productos industrializados que se ingieren en un día. Con la dieta se alcanza la integración final de la alimentación



Factores determinantes de la alimentación

- conocimientos y prejuicios
- gustos y preferencias
- recuerdos
- estados de ánimo
- actitudes
- temores
- valores
- tradiciones
- hábitos y costumbres
- caprichos y modas
- históricos
- geográficos

- psicológicos
- antropológicos
- sociológicos
- comerciales
- económicos
- culturales
- religiosos que determinan la disponibilidad local de alimentos, el acceso de la población a ellos y los recursos culinarios para prepararlos



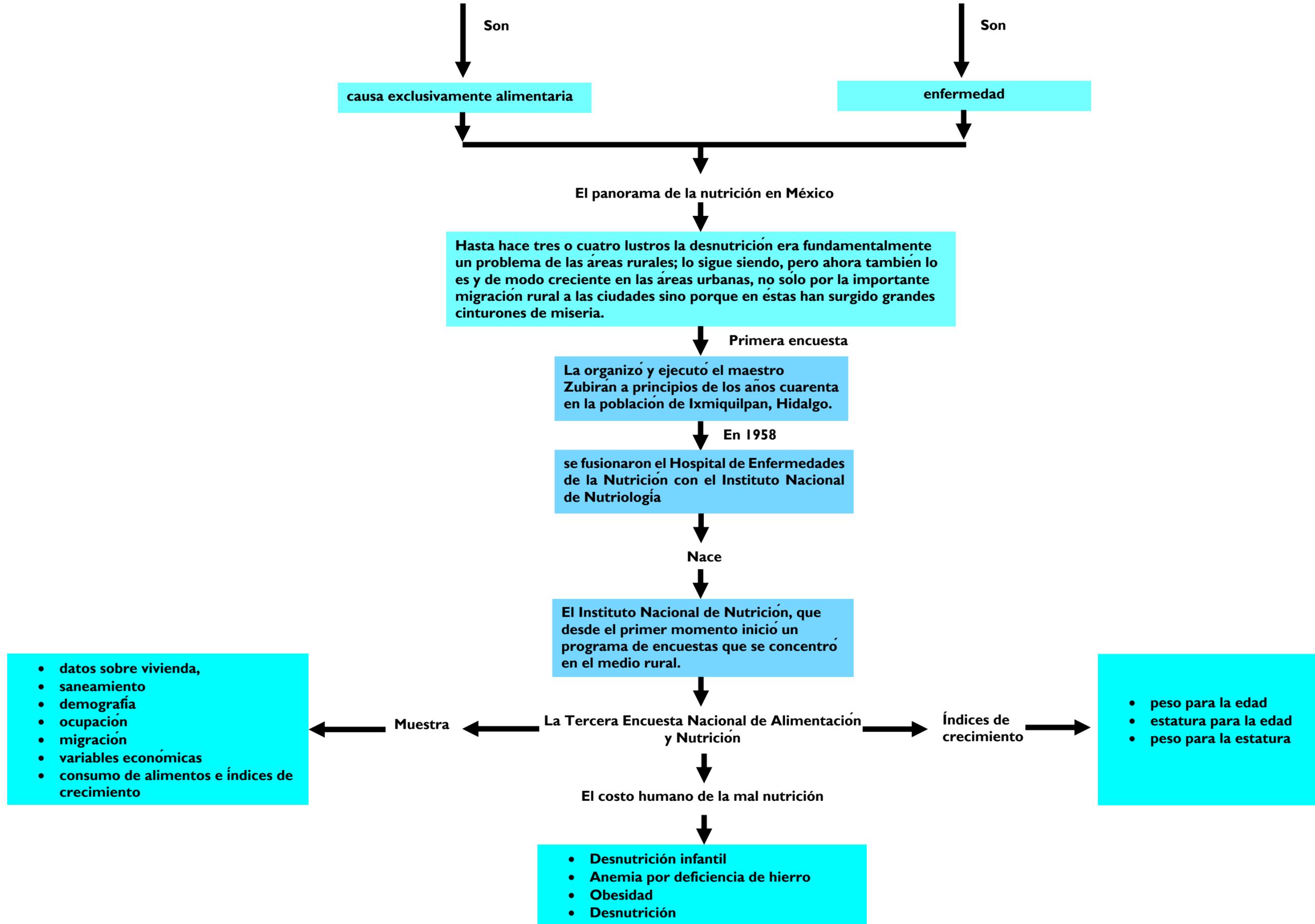
Trastornos de la nutrición

Pueden ser



Primarios

Secundarios



NOTA



La obesidad es hoy una pandemia, es decir, una epidemia mundial

Bibliografía:

<http://revistas.bancomext.gob.mx/rce/magazines/31/6/RCE.pdf>

La alimentación y la nutrición en México - Biblat - UNAM