



Nombre del alumno: Anzueto Reyes Salma Berenice

Nombre del profesor: Daniela Rodriguez

Nombre del trabajo: Mapa conceptual

Materia: Nutrición en enfermedades renales

Grado: 5° cuatrimestre

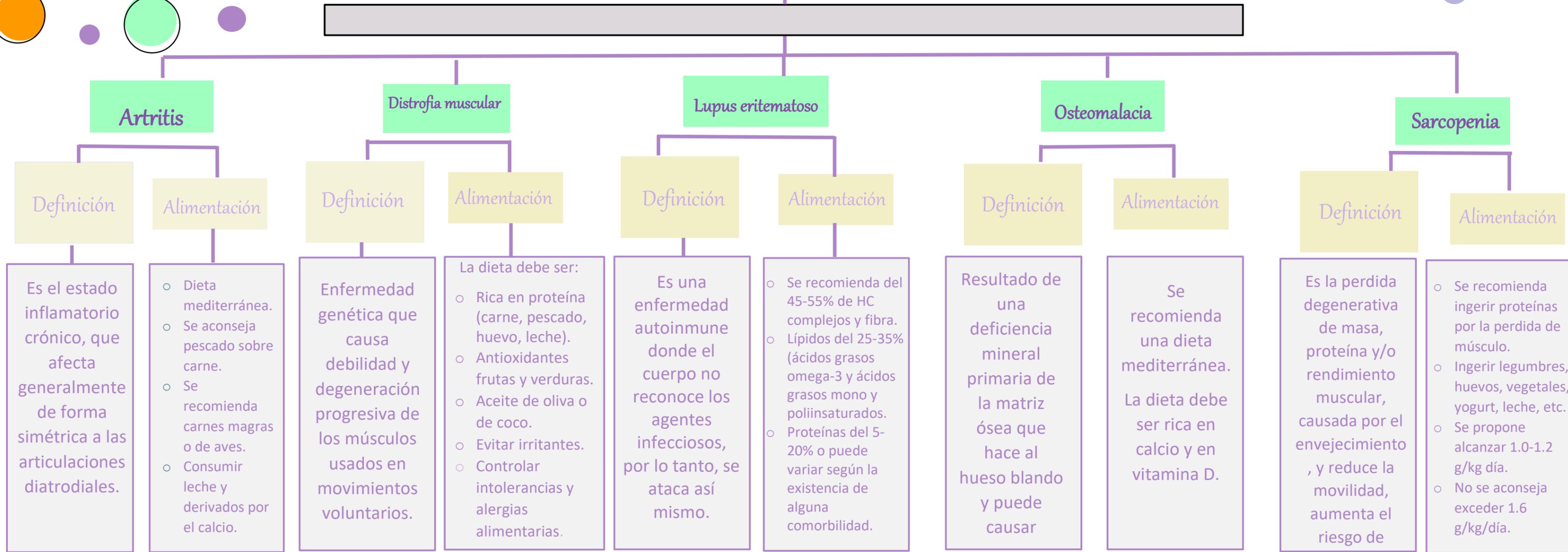
Grupo: LNU17EMC0119-A

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 9 de abril del 2021

---

# “ENFERMEDADES DEL MÚSCULO ESQUELETICO”



**Definición**  
Es el estado inflamatorio crónico, que afecta generalmente de forma simétrica a las articulaciones diatrodiales.

- Alimentación**
- Dieta mediterránea.
  - Se aconseja pescado sobre carne.
  - Se recomienda carnes magras o de aves.
  - Consumir leche y derivados por el calcio.

**Definición**  
Enfermedad genética que causa debilidad y degeneración progresiva de los músculos usados en movimientos voluntarios.

- Alimentación**  
La dieta debe ser:
- Rica en proteína (carne, pescado, huevo, leche).
  - Antioxidantes frutas y verduras.
  - Aceite de oliva o de coco.
  - Evitar irritantes.
  - Controlar intolerancias y alergias alimentarias.

**Definición**  
Es una enfermedad autoinmune donde el cuerpo no reconoce los agentes infecciosos, por lo tanto, se ataca así mismo.

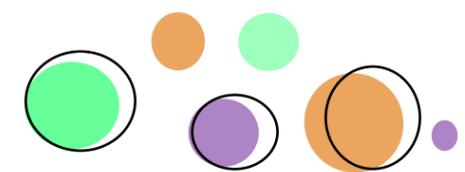
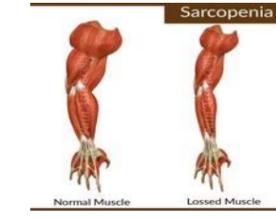
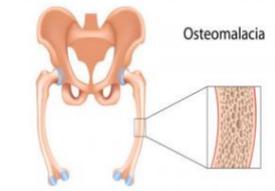
- Alimentación**
- Se recomienda del 45-55% de HC complejos y fibra.
  - Lípidos del 25-35% (ácidos grasos omega-3 y ácidos grasos mono y poliinsaturados).
  - Proteínas del 5-20% o puede variar según la existencia de alguna comorbilidad.

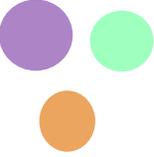
**Definición**  
Resultado de una deficiencia mineral primaria de la matriz ósea que hace al hueso blando y puede causar

- Alimentación**  
Se recomienda una dieta mediterránea. La dieta debe ser rica en calcio y en vitamina D.

**Definición**  
Es la perdida degenerativa de masa, proteína y/o rendimiento muscular, causada por el envejecimiento, y reduce la movilidad, aumenta el riesgo de

- Alimentación**
- Se recomienda ingerir proteínas por la perdida de músculo.
  - Ingerir legumbres, huevos, vegetales, yogurt, leche, etc.
  - Se propone alcanzar 1.0-1.2 g/kg día.
  - No se aconseja exceder 1.6 g/kg/día.





## Bibliografía

Rodriguez D. (S.F.). *Diapositivas de clases de enfermedades renales.*