



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

MAPA CONCEPTUAL

NOMBRE DEL TRABAJO

DIEGO QUIÑONES GARCÍA

ALUMNO

TRANSTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

MATERIA

ING. ENRIQUE EDUARDO ARREOLA JIMENES

CATEDRATICOGRADO Y GRUPO

TAPACHULA CHIAPAS, 5 DE JUNIO DEL 2021

NUTRICIÓN Y SALUD PERSONAL

TIPO DE DIETA ADECUADA

Ricas en frutas frescas y vegetales son protectoras frente a diversos tumores, los distintos mecanismos asociados al efecto protector de estos alimentos son su alto contenido en sustancias de efecto antitumoral (**vitaminas C, E y A, fibra esteroides y selenio, entre otros**) y una buena reducción del consumo de grasa y proteínas de origen animal

Cavidad oral y tracto digestivo, páncreas, pulmón, laringe, cuello uterino, ovario, vejiga, colon y próstata y todas con la particular característica que parte de su origen se asocian a la dieta incorrecta que se lleva.

Mediante medidas dietéticas incluye la reducción del sobrepeso, reducción de la ingesta de sodio, y del exceso de alcohol

Una dieta que haga énfasis en el consumo de cereales, legumbres, frutas y vegetales, alimentos bajos en grasa, y consumo elevado de pescado, con reducción de los productos ricos en grasas animales saturadas es la dieta preventiva ideal de la enfermedad cardiovascular

CONTROL DE HIPERTENSION

Una elevación de los niveles colesterol total y de LDL-colesterol ("colesterol malo"), y éste cambia a una estructura de partículas pequeñas y densas en colesterol.

CONSECUENCIAS

La aterosclerosis consiste en un depósito de lípidos (sobre todo colesterol) en la pared vascular que, con el tiempo, se calcifican, endurecen y hacen disminuir la luz del vaso afecto. **Esto provoca la reducción del flujo sanguíneo que puede producir la muerte (necrosis) del tejido afectado**

TIPOS

O también (llamada también tumor o cáncer) es una masa anormal de tejido, producida por la multiplicación descoordinada de algún tipo de células. Además, estos tumores, una vez originados, continúan creciendo aunque dejen de actuar las causas que los provocan

PREVENCIÓN

CARACTERÍSTICAS

NEOPLASIAS

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

Con investigaciones de campo se ah llegado a los alimentos tienen que ayudar a envejecer con calidad de vida, es decir, vivir más años y con mayor calidad de vida. El gusto de los consumidores está siendo modificado lentamente y orientando hacia un consumo de alimentos que se rija por los principios de una dieta óptima

ENFERMEDADES ESQUELÉTICAS

CARACTERÍSTICAS

La desmineralización ósea (bien en forma de osteopenia o de osteoporosis) provoca que el hueso tenga más facilidad para las fracturas, además de una cierta predisposición familiar y la edad (más frecuente en mujeres posmenopáusicas por la disminución de estrógenos), se ha relacionado la incidencia de osteoporosis a un bajo consumo de calcio y fósforo y vitamina D, así como a un elevado consumo de proteínas y calorías totales

ALERGIAS ALIMENTARIAS

Es una reacción del sistema inmunitario que ocurre poco después de haber ingerido un determinado alimento. Incluso una pequeña cantidad del alimento que causa la alergia puede ocasionar signos y síntomas, como problemas digestivos, urticaria o inflamación de las vías respiratorias.

FORMAS DE MANIFESTARSE

- Cutaneas
- Mucosa y faringe
- Síndrome de alergia oral
- Broncoespasmos
- Picor en la boca
- Hinchazon de parpados

TIPOS DE ENFERMEDADES

- Artrosis
- Raquitismo
- Artritis reumatoide
- Osteoporosis
- Osteogenesis
- Osteopenia

QUE ES

Es un síndrome psiquiátrico multifactorial, que se manifiesta por la pérdida de peso voluntaria que condiciona una serie de alteraciones orgánicas. La causa inmediata es el intenso miedo a ganar peso a pesar de encontrarse en un peso normal

TIPOS

- Tipo restrictivo
- Tipo compulsivo-purgativo

MANEJO NUTRICIONAL

Corregir la malnutrición y sus secuelas, actuar sobre la problemática psicológica, comporta mental, social y familiar, que ha iniciado o mantiene el proceso, la recuperación del estado nutricional óptimo es una meta prioritaria en el manejo de estos enfermos, **así como restablecer pautas de alimentación normales, recuperar el peso perdido y adecuar el peso a la talla.**

QUE ES

Es un trastorno de la conducta alimentaria que se caracteriza por episodios de atracones (ingesta voraz e incontrolada), en los que se ingiere una gran cantidad de alimento en poco espacio de tiempo y generalmente en secreto

CARACTERÍSTICAS

Suele ser un trastorno oculto, fácilmente pasa desapercibido, y se vive con sentimientos de vergüenza y culpa. Así como los siguientes tipos de consulta; **Conducta compensatoria purgativa:** vómitos auto inducidos, laxantes, diuréticos, y la **No purgativa:** ayuno, ejercicios físicos extenuantes

Es una enfermedad metabólica en donde no se produce suficiente insulina o es resistente a la insulina y se considera un trastorno en la glucosa cuando existe el siguiente parámetro; niveles de glucosa >80 mg/dl

DM2

OBESIDAD

Es una enfermedad compleja según la OMS y se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.

DIAGNOSTICO

El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos, ejemplo; Obesidad IMC igual o superior a 30kg/mt²

COMO FACTOR DE RIESGO

Para el desarrollo de diabetes, hipertensión, elevación de los niveles de colesterol y triglicéridos, gota, enfermedades de la vesícula biliar, artrosis, enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de tumores, así como una reducción de la esperanza de vida

TRATAMIENTO

La realización de una adecuada dieta hipocalórica, con el fin de una reducción moderada del peso y una correcta alimentación y educación alimentaria de los niños y adolescentes, con elevado consumo de vegetales, frutas, cereales y legumbres, y baja en carbohidratos simples y grasa

SINTOMAS

- Sed
- Micción frecuente
- Hambre
- Cansancio
- Visión borrosa

HABITOS ALIMENTARIOS

La ingesta de vegetales y fibra produce un mejor control de los niveles de glucosa, además de reducir la incidencia de sobrepeso y obesidad; Variada, que permita su cumplimiento y que nos aporte todos los macro y micronutrientes necesarios para el buen funcionamiento de nuestro organismo, así como la siguiente distribución en los nutrientes Pro 15-20 %, Lip: 25-30% Hco:50-55% y eligiendo los complejos claro, todo esto correspondiente a las kcal totales

BIBLIOGRAFIAS

- Antología universitaria, Trastornos e la cultura alimentaria
- Ana Bertha Pérez Lizaur/2014/Dietas normales y terapéuticas/MexicoDF/McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>/Obesidad sobrepeso