



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

E.L.N GUADALUPE C. FLORES ZAVALA

DOCENTE ING. JUAN J. AGUSTIN GUZMÁN

PROYECTO DE TESIS

MATERIA: TALLER DE TESIS

NOVENO CUATRIMESTRE

LIC. NUTRICIÓN

TAPACHULA CHIAPAS A 15 DEL 2021

TEMA: PROBIOTICOS

TITULO: LOS PROBIÓTICO MEJORAN EL TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD EN ADULTOS ENTRE 20 Y 50 AÑOS EN LA LOCALIDAD DE PUERTO MADERO CHIAPAS MEXICO.

INTRODUCCIÓN

La nutrición es una de las estructuras fundamentales para el correcto funcionamiento del ser humano principalmente porque es considerada como elementos que componen a los alimentos que se incluyen dentro de la alimentación y se relacionan con los procesos que suceden dentro del cuerpo después de comer o ingerir ciertos alimentos. En ciertas formas también se vincula a la obtención, asimilación y digestión de los nutrientes por el organismo. Mediante estos procesos fisiológicos el ser vivo logra llevar a cabo las diversas funciones metabólicas y celulares de los órganos, tejidos, aparatos y sistemas que forman parte de las estructuras morfológicas del ser humano.

Es necesario determinar que la alimentación y la nutrición son dos conceptos diferentes que en lo particular representan y manejan las mismas variables en la descripción de sus funciones que generan para el ser vivo, debido a estas confusiones dentro de la población el Instituto Nacional Mexicano del Seguro Social determina que la alimentación es la elección, preparación y consumo de alimentos a diferencia de la nutrición que representa las funciones del organismo con respecto a los procesos que se somete cada alimento en su ingestión y se relacionan con el estilo de vida que el individuo representa en su alimentación.

Para obtener los nutrientes necesarios y mantener una correcta función fisiológica es necesario forjar hábitos alimentarios que aporten las calorías necesarias por medio de la elección de cada grupo de alimentos que se presenta en el plato del bien comer en base a la formación de la Norma Oficial Mexicana 043-SSA2-2012.

La alimentación y nutrición mantiene una relación al formar un estilo de vida saludable principalmente porque mediante esta unión se puede lograr buenos hábitos alimentarios, principalmente porque en la actualidad la mala alimentación y el desarrollo constante de industrias alimentarias han puesto en desequilibrio la salud de diversas personas sin importar el estatus económico que presente, la principal problemática que afecta a miles de familias es la obesidad la cual es

Considerada por la OMS como trastorno ocasionado por un consumo elevado de Energía mayor a sus requerimientos necesarios para sus funciones metabólica y Fisiológicas del cada individuo, la cual conlleva a un aumento de la grasa corporal A partir de un valor de Índice de Masa Corporal (IMC) en personas adultas igual o Superior a 30 kg/m² según La Norma Oficial Mexicana (NOM-008-SSA3-2016) Principalmente porque mediante esta alteración corporal se someten otras Complicaciones que pueden desarrollar una serie de problemas para la salud de Las personas obesas, entre una de ellas que es de importancia identificar son las Alteraciones en la composición de la microbiota intestinal, la cual está integrado en La fisiología del individuo por Diez bacterias por cada célula humana, durante el Desarrollo de la obesidad por un consumo excesivo de alimentos food o rápidos se Presenta una problemática que ocasiona alteraciones en la producción y Fermentación de diversas baterías que forma la microbiota intestinal. Aunque el Panorama es claro la mala relación con la educación nutricional ocasiona un sin fin De problemas de salud como es el caso de la obesidad, donde se han Implementado diversos métodos por parte de las instituciones de salud para tratar Las posibles complicaciones que se presenta en las personas que mantiene un Estilo de vida muy alejado de ser saludables.

La educación alimentaria busca que la población sepa reconocer la importancia de Llevar una alimentación saludable y un estilo de vida ideal para evitar el crecimiento De la obesidad por malos hábitos y poder atribuir beneficios a la salud mediante el Aporte correcto de nutrientes por medio de la dieta y de esta forma conducir un Mejor manejo en el tratamiento de las personas que presenta obesidad a muy Temprana edad, es necesario que paciente obeso sepa reconocer la importancia De una alimentación que represente en su mayoría alimentos funcionales para Revertir los posibles daños que el estrés y la mala alimentación puede Desencadenar. Los alimentos funcionales son considerados como pautas Fundamentales para el control y manejo del tratamiento de las posibles alteraciones Dentro del organismo En pacientes obesos principalmente en la microbiota Intestinal. Uno de los alimentos funcionales son los probiótico los cuales se Consideran beneficios en el tratamiento de la obesidad y restauración de la disbiosis

Intestinal ocasionado por un mala alimentación principalmente derivada de un Consumo excesivo de alimentos ricos en azúcares y grasas como se mencionó en El Artículo del (Dr. José María Basain Valdés).

La FAO y la Organización Mundial de la Salud (OMS) determinan que los pro Bióticos son microorganismos vivos que proporcionan un papel en el manejo de la Obesidad y sus complicaciones, el término probiótico fue utilizado por primera vez En 1965 para describir microorganismos vivos no patógenos, como bacterias Mutualistas del intestino, con efectos beneficiosos para el huésped y prevención o Tratamiento de enfermedades.

En base a todas la información se recomienda que la alimentación más allá de ser Equilibrada represente un ochenta por ciento de alimentos orgánicos y saludables Principalmente que aporten probioticos, prebióticos y simbióticos mediante el Consumo de lácteos, cereales complejos, frutas y verduras para el correcto aporte De probioticos en la alimentación y se restrinja de alimentos ultra procesados que Aportan una cantidad de calorías vacías en dieta habitual. Con el objetivo de mejorar Las pautas alimentarias del paciente obeso y poder proponer un tratamiento a largo Pazo donde la principal menta sea reducir la cantidad excesiva de grasa corporal Sin presentar cambios drásticos metabólicos en el paciente, así mismo mejorar el Estado inflamatorio ocasionado en la obesidad.

