



**Nombre de alumno: yuriceyda López Velasco.**

**Nombre del profesor: Lic. Daniela Monserrat Méndez.**

**Nombre del trabajo: mapa conceptual**

**Materia: nutrición clínica.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado: 3 cuatrimestre.**

**Grupo: B.**

Alimentos, grupos de alimentos, tablas de composición de alimentos.

Guardan una estrecha relación con las características de la situación alimentaria y nutricional de la población, en educación alimentaria y nutricional las tablas son esenciales para expresar las recomendaciones nutricionales para que orienten la población y de una alimentación mas saludable.

La composición de los alimentos producidos localmente puede variar de acuerdo al ambiente ecológico de los cultivos y las variaciones genéticas.

La formulación de dietas adecuadas para la prevención de las enfermedades crónicas y en particular para las personas con restricciones de algunos nutrientes o no nutrientes específicos

Alimentos funcionales

Propuesto en Japón en el año 1980 para su reglamentación define a los alimentos para uso específico de salud que es todo aquello alimento semejante en apariencia física al alimento convencional consumido como parte de la dieta diaria, pero capaz de producir demostrados efectos metabólicos o fisiológicos.

Alimentos naturales o procesados.

Los cuales aparte de su contenido nutritivo contienen ingredientes que desempeñan una actividad específica de algunas funciones fisiológicas del organismo humano que esto va favoreciendo la capacidad física y el estado mental.

Alimentos que corrigen, modulan o influyen de diversa forma en órganos y sistemas: endocrinos, ginecológico, digestivo, osteo articular, renal o nervioso.

Los alimentos funcionales.

No curan, ni previenen por sí solos y no son indispensables en la dieta; una persona sana que sigue una dieta equilibrada ya ingiere todos los nutrientes que necesita.

Valoración del estado nutricional

Tiene como propósito final no solo conocer la magnitud y distribución de los problemas de mala nutrición y tiene como finalidad establecer estrategias alimentarias o nutricias que permiten mejorar o mantener el estado de nutrición.

El ABCD de la evaluación del estado de nutrición los métodos:

A: Antropometría

Representa la medición tanto a la composición corporal como de dimensiones físicas de la persona.

B: métodos bioquímicos

La presencia de mala nutrición en sus diferentes etapas puede ser detectada de la evaluación bioquímica o de laboratorios.

C: métodos clínicos.

La examinación física centrada en aspectos nutricios que permite estimar la composición corporal la presencia de síndromes de mala nutrición.

D: métodos dietéticos.

La composición y adecuación de la ingesta de alimentos y nutrimentos patrones de consumo de alimentos.

Introducción a la evaluación del estado nutricional.

La relación entre estado de nutrición y salud resulta un hecho indiscutible la variedad, cantidad, calidad, costo: accesibilidad de los alimentos y los patrones de consumo que presenta uno de los factores que más afectan la salud y de las poblaciones.

Importancia de la evaluación del estado de nutrición.

Se reconoce que la identificación de las personas ya que presentan mala nutrición puede resultar relativamente sencilla en lo cual debería convertirse en condición prioritaria y para así una prevención debe presentarse y es una herramienta principal.

Proceso conlleva a la aplicación que son: la evaluación del estado de nutrición.

El diagnóstico nutricional, la intervención nutricional, el monitoreo y evaluación nutricional.

Los métodos de evaluación dietética permiten realizar una valoración cuantitativa y cualitativa del consumo de alimentos (dieta) del individuo de nutrientes y energía.

## Componentes de la evaluación del estado de nutrición.

Tiene como objetivo fundamental el establecer diagnósticos nutricios ya que esto permitirá al nutriólogo tomar decisiones fundamentadas para establecer medidas preventivas o correctivas relacionadas con el estado de nutrición del individuo.

## Seguridad alimentaria

Surge en la década de los 70 basados en la producción y disponibilidad alimentaria a nivel global y nacional, según el instituto de nutrición para Centroamérica y Panamá (INCAP) es un estado en el cual todas las personas gozan en forma oportuna y permanente de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan calidad y cantidad.

## Componentes básicos de la seguridad alimentaria.

Disponibilidad, estabilidad, acceso y control, consumo, utilización biológica.