



Nombre de alumno: Montserrat Hernández Regalado

Nombre del profesor: LN. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre del trabajo: Mapa conceptual

Materia: Planeación dietética

Grado: Segundo

Grupo: LNU17EMC0121-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de enero de 2022.

BASES FUNDAMENTALES DE LA DIETÉTICA

DIETÉTICA CONCEPTOS Y BASE

Alimentación: es el acto voluntario de consumir alimentos, bebidas o platillos

Nutrición: es el conjunto de procesos por el cual los órganos ingieren, digieren, transporta, metaboliza y excreta las sustancias de los alimentos

Alimento: es todo aquello que tiene un aporte a nuestro cuerpo

Metabolismo: reacciones químicas de las células del cuerpo para convertir alimentos en energía

Anabolismo: son todas las reacciones que suceden en las células y mediante las cuales el organismo sintetiza y acumula compuestos

RELACIÓN CON LA ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y OTRAS CIENCIAS

Desde sus orígenes la aparición de la dietética, se basó en la búsqueda del mantenimiento del equilibrio de la salud y enfermedad.

Es la nutrición como ciencia, quien se centra en el estudio de los diferentes procesos a través de los cuales, el organismo utiliza los nutrientes ingeridos.

LA DIETÉTICA COMO ARTE

La nutrición es una ciencia y la buena alimentación un arte.

La buena alimentación va más allá de ingerir comestibles.

Cuando nos alimentamos recogemos y transformamos la energía vital que el alimento ha recogido de la tierra, el agua, el aire y el sol y la humanizamos, en nutrientes primero se habló de proteínas, grasas y carbohidratos, luego de vitaminas y minerales, actualmente se habla de antioxidantes

TABLAS DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS Y APLICACIÓN EN LA PROGRAMACIÓN DIETÉTICA

permiten evaluar la adecuación de la disponibilidad nacional de alimentos con respecto a las necesidades nutricionales de la población, en términos de nutrientes, permitiendo además identificar eventuales deficiencias en dicha disponibilidad.

constituyen un material educativo por sí mismas. Es esencial que los estudiantes y profesionales de las carreras de la salud, educación y otras relacionadas con la formación de hábitos alimentarios saludables en la población