



**Nombre del alumno:** Silvia Itzel Calderón Pulido

**Nombre del profesor:** Daniela Monserrat Méndez Guillen

**Nombre del trabajo:** Cuadro Sinoptico

**Materia:** Nutrición en enfermedades renales

**Grado:** Quinto cuatrimestre

**Grupo:** A

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de Febrero del 2022

**PREOCUPACIONES  
SOBRE  
ALIMENTACION EN  
LAS ENFERMEDADES  
NEUROLOGICAS:**

**¿Qué son las enfermedades neurológicas?**

- Enfermedades del sistema nervioso central y periférico.
- Se presentan en cerebro, columna vertebral y múltiples nervios que conectan a ambos.
- Algunos de los más comunes son la epilepsia, el alzheimer y otras demencias, accidentes cerebrovasculares, la migraña y otras cefalalgias

**¿Cuáles son las causas de las enfermedades neurológicas?**

- Tener una enfermedad o un trastorno neurológico, como epilepsia, migrañas o un trastorno del movimiento.
- Un traumatismo físico, un trauma emocional o estrés significativo reciente.

**¿Cómo perjudican las enfermedades neurológicas en la alimentación ?**

- Los síntomas que acompañan a muchas enfermedades neurológicas pueden contribuir al desarrollo de malnutrición.
- El descenso de la ingesta, la aparición de síntomas digestivos o los cambios en el gasto energético, el efecto de ciertos fármacos son elementos que contribuyen a la presencia de desnutrición.

**¿Alimentación en personas con enfermedades neurológicas?**

- Comer alimentos ricos en carbohidratos, ya que son fuente de glucosa.
- Consumir ácidos grasos esenciales, mediante alimentos ricos, como el pescado azul o el aguacate.
- Ingerir alimentos ricos en vitaminas y minerales, puesto que muchas de las reacciones químicas del cerebro se dan gracias a estos nutrientes.

**¿Cómo combatir la enfermedad neurológica?**

- 1.Mantenerse activo intelectualmente.
- 2.Potenciar las relaciones sociales.
- 3.Evitar el estrés.
- 4.Huir del sedentarismo.
- 5.Dieta mediterránea.
- 6.Evitar consumos tóxicos.
- 7.Dormir bien.
- 8.Controlar los factores de riesgo vascular

**¿Qué alimentos evitar en personas con enfermedades neurológicas?**

- Todo lo frito. Al cocinar, el aceite vegetal se convierte en grasa saturada que provoca que el colesterol se coloque en las arterias.
- Azúcares
- Comida rápida, alimentos procesados.

## Bibliografía:

UDS.2021. Nutrición en enfermedades Renales. Utilizado el 26 de Febrero del 2022.PDF

[URL:https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/9a0e982467a6490db09fed718daa8486-LC-LNU503.pdf](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/9a0e982467a6490db09fed718daa8486-LC-LNU503.pdf)