

**UNIVERSIDAD DE SURESTE  
LICENCIATURA DE ENFERMERÍA  
CAMPUS –COMITÁN**



**MATERIA:**  
ENFERMERIA DEL NIÑO Y ADOLESCENTE

**NOMBRE DEL ALUMNO:**  
VERA OSORIO CICLALI

**NOMBRE DEL PROFESOR:**  
BEATRIZ  
GORDILLO LOPEZ

**NOMBRE DEL TRABAJO:**  
ENSAYO  
**GRUPO:**  
LENOECO120-B

*FECHA DE ENTREGA : Sábado, 12 de mar de 2022*

## INTRODUCCIÓN

La alimentación se puede definir como un proceso voluntario y consciente, además de ser educable y modificable. El valor de la alimentación se transmite principalmente en el seno de la familia y el entorno del niño y el adulto. Actualmente es a través de los medios de comunicación en donde se genera el estereotipo de la alimentación moderna, bombardeándonos con información contradictoria como lo es la importancia de la delgadez y el consumo de alimentos altamente calóricos, no saludables y superfluos. Es necesario iniciar el estudio de la nutrición y alimentación natural para poder entenderla de una manera global. Se trata de utilizar todas las herramientas que tenemos a nuestro alcance para establecer las bases sólidas de los hábitos alimentarios saludables y en conexión con la naturaleza, creando salud y conciencia.

## **DESARROLLO**

Las alteraciones nutricionales pueden afectar cada aspecto del funcionamiento de las glándulas endocrinas e, inclusive, conducir a trastornos graves. El siglo pasado estuvo marcado por los desórdenes clásicos de deficiencia, como el bocio, el cretinismo, el hipotiroidismo y el raquitismo.

Las alteraciones nutricionales pueden afectar cada aspecto del funcionamiento de las glándulas endocrinas e, inclusive, conducir a trastornos graves.

El siglo pasado estuvo marcado por los desórdenes clásicos de deficiencia, como el bocio, el cretinismo, el hipotiroidismo y el raquitismo. La industrialización y la mayor disponibilidad de comida “chatarra” crean la epidemia actual de trastornos endocrinos nutricionales, como la obesidad, el síndrome metabólico y la diabetes. Los disruptores endocrinos son los “nuevos” agentes que se relacionan con una variedad de trastornos que van de la obesidad hasta problemas del desarrollo de la pubertad.

En nutrición y endocrinología se solía partir de la premisa de que una nutrición adecuada es necesaria para un crecimiento normal. Esto se amplió al conocerse que algunos trastornos tiroideos provienen de un déficit de yodo. También se estableció la relación entre el raquitismo y la deficiencia de calcio y vitamina D, lo que llevó a agregar la vitamina D a muchos alimentos.

En las últimas décadas, ha sido motivo de gran preocupación la relación entre la obesidad infantil y los problemas metabólicos. También han salido a relucir los efectos de los disruptores endocrinos en varios ejes hormonales que afectan el desarrollo de la pubertad y otras funciones endocrinas. Esto hace evidente que la función glandular endocrina puede verse afectada por alteraciones nutricionales.

La mayoría de los trastornos endocrinológicos nutricionales son causados por deficiencias nutricionales, con excepción de la obesidad y la diabetes tipo 2, que son causados por un exceso de nutrientes. Hemos pasado de una era de trastornos endocrinos causados por deficiencia de nutrientes a una era de trastornos endocrinos causados por exceso de nutrientes.

Puerto Rico tiene actualmente una mayor prevalencia de obesidad, diabetes y trastornos metabólicos asociados a estas condiciones, en niños y en adultos. La razón principal de este aumento es el incremento en el consumo de calorías, en adición a la predisposición genética que tienen muchas personas.

## **Conclusión**

la alimentación saludable no se limita solo al alimento sino que además del alimento está referida también a cuánto, cómo y con qué frecuencia se consumen los alimentos y debe estar en relación a las necesidades nutricionales y de energía de cada persona.

## Bibliografía

<https://www.galenusrevista.com/?Trastornos-endocrinologicos#:~:text=Las%20alteraciones%20nutricionales%20pueden%20afectar,el%20hipotiroidismo%20y%20el%20raquitismo.>