

JENIFER MICHELLE BRAVO VELÁZQUEZ

NEFI ALEJANDRO SÁNCHEZ

UNIVERSIDAD DEL SUR

NUTRICIÓN

# Nutrición en adulto mayor

Calidad de vida y salud

el bienestar de los pacientes es un punto importante de ser considerado tanto en su tratamiento como en el sustento de vida

La calidad de vida relacionada con la salud se refiere a la evaluación subjetiva de las influencias del estado de salud actual

La calidad de vida, para poder evaluarse, debe reconocerse en su concepto multidimensional

La calidad de vida relacionada con la salud es un concepto multidimensional que se basa en la percepción subjetiva del paciente.

HÁBITOS ALIMENTICIOS.

Desarrollar buenos hábitos alimenticios es esencial para que las comidas produzcan los beneficios esperados en nuestro cuerpo

La alimentación es un acto voluntario que realizamos cotidianamente

Se pueden definir como los hábitos adquiridos a lo largo de la vida que influyen en nuestra alimentación.

HIGIENE ALIMENTARIA Y CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

La destrucción de todas y cada una de las bacterias perjudiciales del alimento por medio del cocinado u otras prácticas de procesado.

Una correcta higiene y manipulación de alimentos es fundamental para evitar distintas enfermedades

La seguridad alimentaria es el conjunto de medidas que garantizan que los alimentos que consumimos sean inocuos y conserven sus propiedades nutritivas

Las bacterias y los virus que más comúnmente contaminan los alimentos que consumimos

SUSTANCIAS ANTI NUTRITIVAS.

Son los factores antitripsicos o inhibidores de proteasas y se encuentran tanto en productos vegetales como de origen animal.

El más conocido de estos agentes es el inhibidor de la tripsina que se encuentra en la soja, donde se han aislado hasta el momento Los anti nutrientes

Tenemos en el organismo unas enzimas digestivas que tienen esa función, como, por ejemplo, la tripsina

Uds antología