

Universidad del Sureste

Licenciatura en Nutrición

Trastornos de la conducta alimentaria

Materia

Nefi Alejandro Sánchez Gordillo

Docente

Ensayo

Diego Riquelme Cano Aquino

Alumno

422419026

ID

12 de junio de 2022

Fecha de entrega

Tapachula, Chiapas

Introducción

En el presente ensayo se trata sobre el tema una alimentación saludable, en principio sobre el crecimiento de los niños y como ayuda una buena alimentación, como es su periodo en diferentes etapas de la vida y como se maneja el nivel de crecimiento o saber si el niño se desarrollando bien, usado las tablas de crecimiento, con esto se determina, riesgos sobre el niño, solo analizando la tabla. En todo caso no siempre se puede obtener una alimentación saludable y es lo que conduce a diversos riesgos alimentarios, trastornos, patologías, pero con esta se pueden corregir a través de una buena alimentación, corrigiendo o creando nuevos hábitos, enseñar una educación al paciente para que se apoye siempre en un profesional y a si mismo puede ayudarse en diferentes cosas, como puede ser en economía.

La nutrición humana los estudios se dirigen a conocer las necesidades de nutrientes que tienen el hombre y las enfermedades que se producen por la ingestión insuficiente o excesiva. También se dedica al estudio de la calidad de los alimentos.

¿Cuál es la importancia de la nutrición y el crecimiento?

La importancia de la nutrición para el crecimiento y desarrollo de los niños. Los alimentos ricos en proteínas, vitaminas, grasas saludables carbohidratos y minerales son indispensables para el crecimiento y el desarrollo físico, pero para los niños deben llenar necesidades específicas de acuerdo a la edad.

Es importante saber que la alimentación es necesaria para el crecimiento y desarrollo, la actividad física, la buena salud y la conservación de la vida. Si un individuo crece bien es porque probablemente está sano y bien nutrido. Si no crece bien, probablemente padece de alguna enfermedad o su alimentación no es adecuada.

¿Para qué nos podría servir una tabla de conocimiento?

Las tablas de crecimiento ayudan a saber y comparar una relación entre su peso y talla y saber en todo caso si se presenta algún problema entre ambos parámetros.

Las curvas de crecimiento se emplean para comparar la estatura, el peso y el tamaño de la cabeza a niños de la misma edad. Las curvas de crecimiento pueden ayudar al padre y al profesional de salud a hacerle un seguimiento al niño a medida que crece. Se podría interpretar de la siguiente manera: *Si la tabla muestra un percentil en torno a 50 significa que sus medidas están en la media. Si, en cambio, obtiene un percentil de 90 en la talla, quiere decir que, de cien niños, 90 están por debajo de la medida del bebé y tan solo 10 la superan.*

Los indicadores del desarrollo son las cosas que la mayoría de los niños pueden hacer a una edad determinada. Mientras que todos los niños se desarrollan de manera diferente.

El crecimiento y el desarrollo de un niño se pueden dividir en cuatro períodos:

- La lactancia.
- Los años preescolares.
- La etapa media de la niñez.
- La adolescencia.

Problemas nutricionales

Los trastornos alimenticios son afecciones médicas. No son un estilo de vida. Afectan la capacidad del cuerpo para obtener una nutrición adecuada. Esto puede provocar problemas de salud como enfermedades cardíacas y renales, o incluso la muerte. La malnutrición que resulta de la ingesta alimenticia deficiente y/o enfermedades infecciosas conduce a la desnutrición mientras que, la malnutrición que resulta del consumo excesivo de alimentos conduce al sobrepeso o a la obesidad. La organización mundial de la salud (OMS) define la desnutrición como el estado proteico originado por el consumo deficiente de alimentos y de una ingestión energética inferior a los requerimientos durante periodos prolongados.

El estado de nutrición es consecuencia de diferentes conjuntos de interacciones de tipo biológico, psicológico y social, tal diversidad obliga a ser específicos cuando se trata de valorar el estado de nutrición.

El aumento desmedido del peso ocasiona grados diversos de sobre peso y obesidad. El sobrepeso y la obesidad se presentan a cualquier edad, sin embargo, los niños y adolescentes conforman una población especialmente vulnerable, debido a que la velocidad de crecimiento del tejido adiposo es mayor en edades tempranas de la vida. La obesidad en niños y adolescentes constituye actualmente un problema de salud pública muy grave, porque su prevalencia se incrementa constantemente, con todas las consecuencias adversas que esto conlleva.

Los trastornos de comportamiento alimentario componen una serie de alteraciones entre las que podemos destacar por su frecuencia y gravedad, la anorexia nerviosa y la bulimia. En ambos casos, esta alteración en el comportamiento alimentario se acompaña de una serie de conflictos psicosociales y de autoestima.

¿Por qué se generan los TCA?

Factores interpersonales que pueden contribuir a los trastornos alimenticios: Relaciones personales y familiares problemáticas. Dificultad para expresar sentimientos y emociones. Haber sido fastidiado o ridiculizado basado en su talla o peso.

Conclusión

Un trastorno alimenticio es una de las varias enfermedades crónicas y progresivas que a pesar que se manifiestan a través de la cantidad alimenticia en realidad consiste en una gama muy compleja de síntomas en los que prevalece una alteración o distorsión de la auto imagen corporal, un gran temor a subir de peso y la adquisición de una serie de valores a través de una imagen corporal.

Es importante como profesional de salud, es importante mejorar y apoyarme de la psicología para ayudar un paciente a quitarles ciertas inseguridades que generan, evitando que no sientan culpa por consumir un alimento o por su imagen.

