

# UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CARRERA:

NUTRICIÓN

MATERIA:

LEGISLACIÓN EN NUTRICIÓN

TAREA:

ENSAYO UNIDAD 2

CATEDRÁTICO:

ARREOLA JIMENEZ EDUARDO ENRIQUE

ALUMNO:

LITZY BELEN MONZON LOPEZ

GRADO Y GRUPO:

9 CUATRIMESTRES "A"

LUGAR Y FECHA:

TAPACHULA CHIAPAS A 10 DE JUNIO DEL 2022

## INTRODUCCIÓN

En este ensayo podrás encontrar información importante sobre que es un expediente clínico y como este puede ayudar a mejorar la recopilación y obtención de datos de un paciente de un paciente también puede encontrar información de enfermedades como la obesidad y el sobrepeso que es causa del consumo excesivo de nutrientes y alimentos con grandes cantidades de grasas y azucares dañinos para la salud, la diabetes tipo II que es una enfermedad en la cual el cuerpo humano no produce la cantidad suficiente de insulina y esto provoca que los niveles de glucosa en sangre se eleven, la hipertensión arterial que es una enfermedad en la cual la presión arterial se eleva mucho y las dislipidemias donde los niveles de lípidos se elevan en sangre entre otras enfermedades que se pueden prevenir con una alimentación sana,

## DESARROLLO

### Legislación aplicada a la Nutrición Clínica y Comunitaria

#### EXPEDIENTE CLÍNICO

Es un documento donde se agrega información sobre el paciente como datos personales como nombre, edad, sexo, también datos sobre la salud del paciente, este documento puede ser físico o digital. El expediente clínico se integra por toda la información generada de la atención médica que se ha brindado al paciente desde su ingreso hasta la última consulta. El principal objetivo de un expediente clínico es recopilar y almacenar datos en forma ordenada y sistemática sobre el paciente y su entorno.

#### INFORMACIÓN EN SALUD.

La salud no hace referencia solo a la ausencia de la enfermedad si no se refiere al bien estar física, social y psicológico el conjunto de estas tres forman la salud humana.

Los Sistemas de Información en Salud constituyen el núcleo principal de soporte para la toma de decisiones en las instituciones sanitarias. son útiles para: Evaluación de programas de salud que promuevan los principios de equidad, eficacia y eficiencia, además de la planificación sanitaria.

#### DIABETES MELLITUS.

Es una enfermedad en la cual los niveles de azúcar o glucosa en la sangre son elevados. La diabetes mellitus puede clasificarse en tipo I y tipo II, En la diabetes mellitus tipo I el cuerpo humano ya no tiene producción de insulina y en la diabetes tipo II y no hay suficiente producción de insulina o esta es deficiente.

La insulina es una hormona que funciona ayudando a mover el azúcar de la sangre hacia los otros tejidos del cuerpo en donde se usa para energía. Puede presentarse a cualquier edad incluso en la infancia. Tiene mayor prevalencia en personas mayores de 45 años las principales causas de la diabetes tipo dos son el sobrepeso y la obesidad, la falta de actividad física, la resistencia a la insulina y genes ya que es una enfermedad que puede ser hereditaria.

## HIPERTENSIÓN ARTERIAL.

La hipertensión Arterial o también conocida como la muerte silenciosa es una enfermedad que se caracteriza por presentar una presión arterial elevada. Esto provoca que los vasos sanguíneos se dañen provocando enfermedades cardio vasculares. HAS no produce ningún síntoma por esto es una muerte silenciosa. La hipertensión arterial sistémica es un importante problema de salud pública, no sólo por su alta incidencia y prevalencia, sino por su estrecha asociación con el desarrollo de las enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares.

## DISLIPIDEMIA.

La dislipidemia es una enfermedad en la cual los niveles de concentración de lípidos en la sangre son muy elevados. Puede ser o clasificarse en Hipercolesterolemia que son los niveles de colesterol elevados de sangre, Hipertriglicerolemia que es cuando los niveles de triglicéridos en sangre se elevan, También puede existir mixta donde tanto los niveles de colesterol y triglicéridos en sangre se elevan. La dislipidemia está considerada como uno de los principales factores de riesgo de la cardiopatía coronaria, junto a la hipertensión y el hábito tabáquico.

## OBESIDAD.

Son una acumulación excesiva de tejido adiposo esto debido a una mala alimentación y un alto consumo de grasas saturadas y azúcares. Puede clasificarse en sobre peso (IMC > 24.9) Obesidad tipo I (IMC > 29.9) Obesidad tipo II (IMC > 34.9) Obesidad tipo III o Obesidad mórbida (IMC > 40). En general se acepta que la causa de la obesidad es un desequilibrio energético entre las calorías que se consumen y las calorías que se gastan a través del ejercicio y de las actividades de la vida cotidiana, por lo que el cuerpo almacena el exceso de calorías en forma de grasa. El tratamiento principal implica hacer cambios en el estilo de vida, por ejemplo, seguir una dieta más saludable y hacer ejercicio.

## CONCLUSIÓN

Tener una alimentación saludable puede ayudar a prevenir muchas enfermedades por ello tener una alimentación saludable acompañado de actividad física tiene muchos beneficios a la salud es importante estar informados sobre las enfermedades que puede producir tener una mala alimentación y como podemos prevenirlas al tener una alimentación rica en frutas y verduras.

## BIBLIOGRAFIA

- Velázquez Monroy O, Rosas Peralta M, Lara Esqueda A, Pastelín Hernández G, Grupo ENSA 2000, Attie F, Tapia Conyer R. Hipertensión arterial en México: Resultados de la Encuesta Nacional de Salud (ENSA) 2000. Arch Cardiol Mex 2002;72(1):71-84.
- Norma Oficial Mexicana NOM 030-SSA2-1999, para la prevención, tratamiento y control de la hipertensión arterial. México, 5 de abril 2000.
- Organización Mundial de la Salud. Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud: Marco para el seguimiento y evaluación de la aplicación. Ginebra; 2006.
- Departamento de Programas de las Personas. Programa Salud del Adulto (Chile). Normas Técnicas Dislipidemias; 2000.