



Nombre de alumno: Felipe de Jesús López Avendaño.

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillén.

Nombre del trabajo: Ensayo.

Materia: Nutrición en enfermedades cardiovasculares.

Grado: Sexto cuatrimestre.

Grupo: Nutrición "A"

Introducción.

Conforme pasa el tiempo, empíricamente nos damos cuenta que el estado de salud del ser humano se puede empeorar, y del cual, hoy en día se sabe gracias a que la ciencia ha avanzado, los diferentes motivos que provocan estos estados de salud, si bien es cierto, que en consecuencia de diversos factores podemos desencadenar diferentes enfermedades, de tal manera que en la época actual existen diferentes patologías que han causado gran tasa de mortalidad en el mundo y gran parte de estos problemas, es debido a los cambios de estilos y/o hábitos de vida que hemos tenido a lo largo de nuestra existencia e inclusive genéticos hereditarios, es por ello que mediante este ensayo hablaré un poco acerca de estas dos características que desencadenan dichos problemas a la salud.

Desarrollo.

De acuerdo a lo anterior expuesto, las enfermedades se pueden dar por diversos factores, tanto genéticos hereditarios, como ambientales (hábitos), pero existen características fundamentales que incluso hoy en día se ignora por la gran mayoría de personas, de tal manera, que es de suma importancia conocer, ya que puede ayudar a muchas personas a que sus hijos tengan un mejor estilo de vida al nacer durante toda su vida o inclusive nacer sin alguna alteración negativa en el estado de salud del bebé. ¿Cómo puede ser esto posible? Durante el embarazo ocurren diversos procesos por el cual el bebé se estará desarrollando hasta el día de parto, todo esto base a la alimentación que lleve a cabo la madre, de tal manera, que sus hábitos alimenticios y situaciones que viva la mamá durante todo el proceso, va a influir mucho en el cómo se desarrolle y en el cómo pueda vivir el bebé posteriormente al nacimiento, en tal sentido que la malnutrición y otros factores de estímulos de estrés que se someta la madre, podría repercutir mucho en la expresión de los genes que se estará formando desde la concepción hasta el día del final del embarazo, para ejemplificar esto, podemos decir que todo ello puede involucrar en; la regulación

endócrina, el metabolismo, el flujo sanguíneo y el homeostasis fetal (plataformaeducativauds.com.mx, 2022)

¿Qué tan importante es todo esto? En referencia a todo lo acontecido, hoy en día se conoce que un bebé puede padecer de diabetes neonatal, ya que si la persona embarazada come un exceso de glucosa puede ocasionar dicho problema, porque la gran parte de nutrientes ingeridos será para el feto en pleno desarrollo, por la razón en que la mujer embarazada estará en un proceso de anabolismo y catabolismo, y ahora bien si existe un caso contrario (desnutrición), puede de igual manera provocar un parto prematuro y que exista un menor desarrollo del producto, es por ello que la nutrición y los estímulos de estrés juegan un papel muy importante para la mamá y para el nuevo individuo.

Conclusión.

En mi opinión personal, puedo decir que la gran mayoría de personas en México considero que es muy conservadora en cuanto a sus costumbres, religiones, creencias, etc., por los cuales su forma de alimentarse no cambia, es por ello que este tipo de enfermedades se mantienen e inclusive siguen aumentando el número de casos, y gracias a investigaciones que realicé, la alimentación actúa de forma significativa en nuestra salud y en la de otros, y que con el paso de los años sino tomamos en cuenta en cuidar lo que consumimos puede originar los diversos problemas o accidentes antes mencionados, y asimismo no se podrá detener este tipo de patologías que es un problema actual.

Obtenido de:

Referencias

plataformaeducativauds.com.mx. (2022). Obtenido de *plataformaeducativauds.com.mx*:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/7b78ba6ea2c25e81950bae0632a39f4c-LC-LNU603.pdf>