

**Nombre de alumno: Ayla Ebed Zacarías
Bartolón**

**Nombre del profesor: Daniela Monserrat
Méndez Guillen**

Nombre del trabajo: Ensayo

**Materia: Nutrición en enfermedades
cardiovasculares**

Grado: 6° cuatrimestre

Grupo: "A"

Introducción

A continuación, veremos el tema de relación entre nutrición y enfermedad y otros aspectos importantes que hay que analizar a cerca de las enfermedades, en relación a la alimentación y las consecuencias de estas.

Este ensayo nos permitirá conocer un poco más a cerca de las causas de tantas enfermedades que existen. También nos dará a conocer la importancia que tiene una buena alimentación en la vida del ser humano para poder funcionar correctamente.

Un factor importante que debemos valorar es el ambiente en que nosotros nos rodeamos, nuestra salud también depende de factores determinantes que conllevan a una buena o mala alimentación

Por eso es fundamental saber un poco más acerca de cómo funcionamos nosotros como seres humanos y que la alimentación debe ser algo valioso para nosotros, tomando en cuenta las necesidades que requiere una persona para poder realizar las diferentes actividades.

Vamos a hablar un poco acerca de la relación que existe entre nutrición y enfermedad. Estos dos tienen una estrecha relación ya que lo que comemos, es decir, todas aquellas alteraciones y enfermedades son relacionadas con desequilibrios en la alimentación ya sea por un exceso o por la falta de estos. Y como consecuencia trae consigo una amplia variedad de enfermedades como; obesidad, problemas de tensión, colesterol elevado o bien una desnutrición.

“Nutrición en etapas tempranas de la vida y riesgos de enfermedad”.

La nutrición temprana es un factor muy importante en la vida del ser humano, ya que es como el niño o en su defecto niña van adaptando la alimentación en su vida, tanto la forma de alimentarse como la calidad de los alimentos. Tener una nutrición adecuada es una labor muy importante para los padres, sin que se excedan, pero tampoco que les haga falta.

La mayoría de las enfermedades son por una mala alimentación. Así como existe la obesidad y el sobre peso que son consecuencias de un exceso de alimentos también existe la desnutrición que es por la falta de estos alimentos.

En México existen muchos casos de desnutrición, sin embargo, esto no solo abarca México, si no todo el mundo, y como consecuencia trae enfermedades como lo es la enfermedad cardiovascular. En 1993 Kermack y otros colaboradores analizaron los datos de muerte que hubo en Inglaterra, Escocia, y Suecia, ellos llegaron a decir que la vida era determinante por la forma y condiciones que tuvieron en sus primeros años de vida.

También llegaron a decir que la mejoría de muerte infantil dependía en gran medida de la salud de la madre. Sin embargo, tiempo después en 1977 Forsdahl correlacionó la muerte infantil en Noruega con un gran aumento de mortalidad por causas cardiovasculares. Y dijo que la pobreza que se lleva desde la infancia hasta la adolescencia iba a ser un factor determinante para padecer enfermedades cardiovasculares. Todo esto asociado con un déficit nutricional.

Otro punto importante donde debe resaltar la alimentación es en la gestación, cuando la madre tiene en el vientre al feto, debe haber una buena alimentación en cantidades favorables a modo de que la madre y él bebe puedan estar satisfechos. Cuando hay una reducción de requerimientos nutricionales es cuando el feto detiene la función de sus órganos y no se llegan a formar de una forma adecuada, por lo que están predispuestos a padecer alguna patología en la edad adulta y sin que estos sean transmitidos.

“Concepto de programación metabólica”

Aplica a todos los mecanismos que el ser humano es capaz de activar o desactivar para adaptarse y promover la sobrevivencia ante ciertos ambientes adversos como algunas enfermedades que se puedan desarrollar en alguna etapa de la vida.

La programación metabólica se relaciona con la fisiopatología del síndrome metabólico con la compleja interacción de genes de alta susceptibilidad (genes ahorradores) que, junto con el ambiente intrauterino, predisponen la condición patológica antes que dicha enfermedad se manifieste.

En otras palabras, la programación metabólica trata de como la madre se alimenta y el estilo de alimentación que lleva se adapta al feto o embrión, es decir la mama programa al niño para que en un futuro adopte su cultura en cuanto a la alimentación.

“Programación nutricional en animales y en humanos”

Cuando hablamos de alimentación animal se enfoca en un mejoramiento para mejores condiciones hablando de animales, que puedan satisfacer sus requerimientos nutricionales en cantidades adecuadas y que cumplan con una buena calidad y buena fuente de nutrientes. Es importante que cumpla con estos requisitos para que puedan tener un buen desempeño.

La nutrición en animal como bien lo dice se dedica a velar por la alimentación de los animales. Bien puede ser para su uso humano o para recuperar animales salvajes protegidos, y esto lo realizan los Zootecnistas. Esta cría también puede ser con fines económicos, además de conservar la salud del animal.

Una buena la alimentación debe estar presente no solo en las personas sino también en animales para que puedan funcionar de manera correcta. Quizá no son las mismas necesidades de ciertas vitaminas, sin embargo, existen ciertos parentescos en cuando a los nutrientes que necesita el cuerpo humano con los de un animal.

“Hipótesis del origen fetal de las enfermedades del adulto”

Cuando hablamos de enfermedades nos referimos a diferentes patologías que el ser humano pueda contraer por muchos factores. Uno de ellos son los genes, se dice que los genes tienen una gran influencia en el crecimiento del feto. Muchos estudios que se han hecho en seres humanos e incluso en animales indican que el crecimiento se ve limitado y afectado por el ambiente, especialmente en nutrientes y oxígeno que recibe el feto.

Como ya vimos anteriormente estudios muestran que aquellas personas que nacen con un bajo peso tienen un mayor riesgo de padecer enfermedad cardiovascular y otras alteraciones asociadas como; accidente cerebrovascular, diabetes tipo 2, hipertensión arterial y síndrome metabólico, todas estas enfermedades llegan a repercutir en la edad adulta. Esto se asocia a la idea de la malnutrición intrauterina.

Conclusión

Gracias todo lo anterior podemos decir que lo que nos rige a nosotros como personas en este mundo es la alimentación, cómo fue desde que estuvimos en el vientre de la madre, pasando por la infancia y llegando a la adolescencia. Eso definirá nuestro futuro a padecer o no alguna enfermedad en la edad adulta. No obstante, la calidad de vida que tendremos depende tanto de la mamá como del ambiente que la rodea.

Pudimos ver que muchos de los estudios que se hicieron a las causas de muerte y de enfermedades es por la falta de nutrientes, esto se dio por la pobreza mundial que existe. Esto conlleva a que muchas de las personas padezcan enfermedades cardiovasculares.

La alimentación no solo es importante para el ser humano, sino también para los animales, ellos también necesitan ciertas vitaminas para poder vivir, para que se puedan desenvolver en un ambiente. Todos necesitamos de una buena nutrición, en cantidades y porciones adecuadas sin que nos falte, pero tampoco que pueda llegar a perjudicar la salud del individuo.

Bibliografía

UDS. (20 de MAYO-AGOSTO de 2022). *INTRODUCCION A LA RELACION ENTRE NUTRICION Y ENFERMEDAD*. Obtenido de ANTOLOGIA UD:
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/7b78ba6ea2c25e81950bae0632a39f4c-LC-LNU603.pdf>