

Nombre de alumno: Ayla Ebed Zacarías Bartolón

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico

Materia: Nutrición en enfermedades cardiovasculares

Grado: 6° cuatrimestre

Grupo: "A"

ESTRÉS OXIDATIVO Y RIESGO DE ENFERMEDADES

Estrés oxidativo

Es causado por un desequilibrio entre la producción de especies reactivas del oxígeno y la capacidad de un sistema biológico de decodificar rápidamente los reactivos intermedios o reparar el daño resultante.

Especies reactivas de oxígeno

Un radical libre es un átomo o molécula con uno o más electrones no apareados en el último orbital, capaz de reaccionar con múltiples biomoléculas a través de su oxidación

Opciones nutricionales

Dietas abundantes en frutas y vegetales, que poseen elevados niveles de antioxidantes, promueven la salud y reducen los efectos del envejecimiento y de las enfermedades cardiovasculares

Definición de antioxidante

Es una sustancia que forma parte de los alimentos de consumo cotidiano y que puede prevenir los efectos adversos de especies reactivas sobre las funciones fisiológicas normales de los humanos

Oxidación

Proceso bioquímico de pérdida de electrones siempre asociado a otro de captación que llamamos reducción.

ERO

Se reduce O₂ donde se incluyen radicales libres y peróxido de hidrógeno

Tipos de antioxidantes

Dependiendo de si son solubles en agua (hidrofílicos) o en lípidos (hidrofóbicos)

Hidrofílicos

Reaccionan con los oxidantes en el citoplasma celular y el plasma sanguíneo

Hidrofóbicos

Protegen las membranas celulares contra la peroxidación de lípidos

Proceso de oxidación

Asociado a la función antioxidante se considera el proceso de óxido-reducción que remite a dos momentos básicos:

Oxidación

Reducción

ESTRÉS OXIDATIVO Y RIESGO DE ENFERMEDADES

Nutrición y cáncer
La nutrición en el paciente con cáncer es de vital importancia tanto en la prevención de la enfermedad como en la tolerancia al tratamiento oncológico

Estudios epidemiológicos
De tipo descriptivo o analítico, se deriva de la experimentación con seres humanos o, más frecuentemente, de la observación directa de grupos poblacionales

Carcinógenos dietarios
Es un agente físico, químico o biológico potencialmente capaz de producir cáncer al exponerse a tejidos vivos

Promotores y antipromotores dietarios
Un promotor es una región de ADN que controla la iniciación de la transcripción de una determinada porción del ADN a ARN.

Recomendaciones dietarias
La cantidad recomendada depende de la edad, el sexo, el tamaño corporal y el estilo de vida o nivel de actividad física

Etiología
El cáncer es resultado de la proliferación no controlada de un grupo de células que

Protección contra el cáncer
consumo de frutas y verduras, frente al cáncer de páncreas, estómago, vejiga, cuello del útero, ovario y endometrio

Ensayos epidemiológicos
son estudios experimentales que, cuando se llevan a cabo de manera adecuada, proporcionan el máximo grado de evidencia para confirmar la relación causa efecto entre la exposición y el evento en estudio

Importancia biomédica
El 90% de los cánceres humanos están provocados por factores ambientales o nutricionales que inducen a un proceso de carcinogénesis

Se recomienda
Dietas con baja densidad energética, baja grasa, carbohidratos complejos y elevada fibra dietética, es decir, dietas con bajo índice glicémico