



**Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO: Fatima GPE. Diaz  
Camposeco.**

**TEMA: Mapa conceptual.**

**PARCIAL: 1er parcial.**

**MATERIA: Epidemiologia.**

**NOMBRE DEL PROFESOR: Mtro. Alfonso  
Velásquez Pérez.**

**LICENCIATURA: Enfermería.**

# Dieta y salud.

¿Qué es?

La dieta influye en el estado de salud de una persona, ya que la dieta se refiere al hábito alimenticio de una persona.

## Nutrientes esenciales de la dieta.

Son.

- ✚ Minerales.
- ✚ Vitaminas.
- ✚ Lípidos.
- ✚ Aminoácidos.

## Consecuencias de la ingesta deficiente de nutrientes.

Tales como.

Da lugar a los cuadros clínicos característicos de las enfermedades carenciales, como el beri-beri por deficiencia de vitamina B1 o el raquitismo por deficiencia de vitamina D.

## Consecuencias de una mala dieta.

Como son.

Causar enfermedades no transmisibles, como las cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer, demencias, osteoporosis y malformaciones congénitas, muchas otras.

## Características de las ENT que se relacionan a la dieta.

estas son.

- ✚ Carácter multicausal.
- ✚ Los períodos de latencia no se conocen con exactitud.
- ✚ Frecuencia relativamente baja.
- ✚ Carácter irreversible o difícilmente reversible.
- ✚ Causadas tanto por exceso como por defecto en la ingesta.