

Nombre de la alumna:

Yessica Díaz Trejo

Nombre de la materia:

Epidemiología

Tema:

Dieta y salud

Nombre de la profesora:

Jaime Heleria Cerón

Nombre de la licenciatura:

Enfermería

Cuatrimestre:

4 "B"

DIETA Y SALUD

Una dieta es el conjunto de las sustancias alimenticias que componen el comportamiento nutricional de los seres vivos

Nutrientes esenciales

Los nutrientes esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos.

Frecuencia relativa baja

El efecto de enfermedades como el cáncer y cardiovasculares, es muy importante en términos de impacto en la mortalidad general de la población

Carácter irreversible

irreversibilidad de una de estas enfermedades, supone un inconveniente añadido al analizar el efecto de las dietas sobre las mismas.

Enfermedades cardiovasculares

Las enfermedades cardiovasculares pueden deberse tanto a un exceso de ácidos grasos saturados, procedentes de productos lácteos o cárnicos, como por una ingesta deficiente de ácidos grasos poli-insaturados

