



Jazmín Mazariegos Aguilar

Lic. Daniela Monserrat Méndez  
Guillen

Nutrición en enfermedades  
gastrointestinales

Super nota unidad 4

Nutrición -A

4to cuatrimestre

## Unidad 4

### 4.1 Alimentos funcionales.

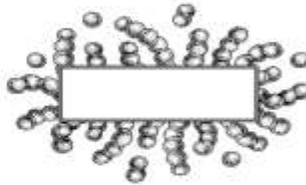


Este término carece por el momento de status legal, pero se acepta como definición la de productos que ofrecen posibles beneficios para la salud, incluyendo en este grupo todo alimento o ingrediente alimentario modificado, diseñado o preparado de tal forma que sus beneficios para la salud.

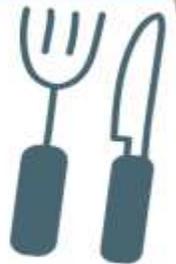


A modo de resumen, se citan las principales características que se acepta debe reunir un alimento o ingrediente para ser considerado como funcional:

**Los probióticos y prebióticos** Son alimentos que contienen bacterias en el primer caso, y en el segundo, aquellos que contienen ingredientes que sirven de sustrato a las mismas.



Son alimentos tradicionales. Alimentos a los cuales se les ha añadido un componente, alimentos a los cuales se les ha eliminado un componente, o a los cuales se les ha modificado la naturaleza de uno o varios de sus componentes o alimentos en los que la biodisponibilidad de uno o más de sus componentes ha sido modificado.



### 4.2 Alergias alimentarias

La alergia alimentaria tiene un componente hereditario aún mal definido.

El sistema inmunológico trabaja eliminando del organismo sustancias extrañas o antígenos tales como virus, bacterias, células cancerosas y otros patógenos y sustancias causantes de enfermedades.





**La anafilaxia provocada por alimentos es una respuesta inmunitaria aguda, a menudo grave y en ocasiones mortal, que suele aparecer poco después de la exposición al antígeno. En ella están implicados múltiples sistemas y órganos.**



## Intolerancias alimentarias

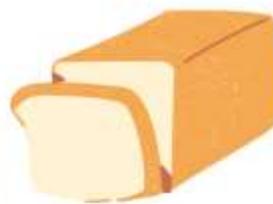


**Las intolerancias alimentarias son mucho más frecuentes que las alergias alimentarias. Clínicamente es importante diferenciar una intolerancia alimentaria de una alergia alimentaria mediada por la inmunidad. Causadas por mecanismos no inmunológicos, como reacciones tóxicas, farmacológicas, metabólicas o idiosincrásicas.**



**La intolerancia a la lactosa, un disacárido, es la RAA más frecuente, y en la mayoría de los casos se debe a una reducción genética de la lactasa intestinal. La mitad de la población mundial presenta hipolactasia.**

**Intolerancia a los hidratos de carbono** Los hidratos de carbono, azúcares, almidones y polisacáridos tienen una estructura compleja y deben ser descompuestos por enzimas para lograr su digestión, absorción y asimilación óptimas. Pueden aparecer reacciones adversas cuando existe un déficit de las enzimas responsables de la descomposición de los hidratos de carbono.



# Bibliografía

Nutrición en enfermedades gastrointestinales. (s.f). plataformaeducativauds. Recuperado el 5 de septiembre de 2022, de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/3f250b617f2742855f398ce08385d137-LC-LNU403.pdf>