



**NOMBRE DE ALUMNO: AZENETH ISABEL NAJERA ARGUELLO**

**NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. JULIBETH MARTINEZ GUILLEN**

**NOMBRE DEL TRABAJO: ENSAYO**

**MATERIA: NUTRICION EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA**

**GRADO: 5°**

**GRUPO: NUTRICIÓN**

En el siguiente trabajo presentaremos la importancia de estar informados y conocer cada una de las enfermedades que puede causar la obesidad o algunas otras, la etapa en la cual es más común y también en cómo se puede prevenir, también navegaremos algunos temas como la leche materna y su importancia, los otros usos externos que esta tiene y con qué propósito se hace, existen también los llamados comedores infantiles que no solo son para infantes sino también para familias con un fin de transformar y enseñarles una vida más saludable tomando en cuenta su ubicación.

## NIÑOS EN COMUNIDAD

Las acciones nutricionales de prevención para las enfermedades crónico degenerativas, estos son un grupo de riesgo de gran diversidad de patologías transmisibles y crónicas, este es el grupo rural comunitario de bajos recursos, este grupo es la infancia, ya que se deben tomar alternativas para las patologías más graves en la actualidad y así poder salvar vidas. En este caso la presión arterial se deriva la fuerza que esta ejerce contra las paredes de los vasos sanguíneos estas se le denominan arterias esto da resultado un bombeo que como sabemos tiene el corazón como función, el volumen sanguíneo, la resistencia de las arterial del flujo y el diámetro de la luz arterial. Esta se mide con un aparato llamado esfigmomanómetro.

Estas enfermedades como son el síndrome metabólico, este consiste en el conjunto de anormalidades metabólicas consideradas como el factor de riesgo para desarrollar enfermedades cardiovasculares y algún tipo de diabetes, su fisiopatología consta en la resistencia a la insulina, por lo que las adipoquinas son producidas por el tejido adiposo abdominal. También está la obesidad como sabemos ya es diagnosticada como una enfermedad caracterizada por la acumulación excesiva de grasa que esta pueden causar daño a la salud y causar enfermedades como las cardiovasculares, el cáncer, los trastornos ortopédicos y riesgos quirúrgicos, entre otras, por lo que es importante que todos el personal médico trabajen en su prevención y tratamiento en la comunidad, para disminuir la morbilidad y la mortalidad en este grupo de pacientes. La comercialización de productos alimenticios poco saludables y bebidas azucaradas está directamente relacionada con el aumento del sobrepeso y la obesidad infantil. El estreñimiento ya se considera un trastorno neuromuscular plurifactorial que se caracteriza por las deposiciones poco frecuentes o dificultad para evacuar, lo que se puede padecer en varias semanas o más, para que un paciente se considere estreñido debe presentar: dificultad en el 25% o más de las defecaciones, sensación de evacuación incompleta en el 25% o más de las defecaciones, heces duras o caprinas en el 25% o más de las deposiciones, menos de tres deposiciones semanales. Como causa principal del estreñimiento es la falta de fibra la cual es la causa más común en las comunidades.

Por otro lado existen las biberoneras y los llamados bancos de leche. Las biberoneras son espacios para adecuar la gestión y preparación de fórmulas y papillas, este espacio también es utilizado en el hospital para abastecer las necesidades de cada paciente, esta es equipada para la lactancia y asistencia para bebe y niños pequeños. Así mismo los bancos de leche son centros que se encuentran en los hospitales y estos son los encargados de almacenar, procesar y distribuir la leche materna que es donada por algunas madres que están lactando y la finalidad de esto es que se utilice como fuente de alimentación para los recién nacidos que están hospitalizados. La donación de leche materna, claro está que este proceso se puede hacer solo aquellas mujeres que están en un periodo de lactancia y así

ellas puedan donarla si desean y presentan un exceso de leche, esto se beneficia muchísimo a los bancos de leche ya mencionados, a los recién nacidos prematuros o enfermos graves que se encuentran internados y que por cualquier razón no dispongan de leche suficiente de su propia madre.

Otro tema de gran importancia es el comedor comunitario infantil, que estos tienen el propósito de solucionar o ayudar en las necesidades de alimentación, en individuos con discapacidad, condiciones de edad, pobreza extrema, o carencia de alimentos, esto con el fin de lograr hábitos alimenticios para que así puedan tener una vida saludable. Estos tienen un espacio determinado para la preparación y el consumo de los alimentos entre la población, para que así los habitantes tengan la ayuda a sus necesidades alimentarias, así mismo también se logra el desarrollo de comunicación, interacción social, participación, etc. Esto servirá para adecuar sus dietas de acuerdo a lo que necesiten y a los alimentos comunes de la región. También la atención colectiva a la desnutrición conlleva a los niños, adolescentes, jóvenes, los padres y las familias necesitan ayuda para exigir alimentos nutritivos, los entornos alimentarios deben, a su vez, promover y apoyar una alimentación saludable.

En conclusión la importancia de las enfermedades que causa las enfermedades crónicas es mayor en infantes por lo que podemos tomar conciencia y combatir el hecho que existan muertes de infantes y adolescente con este tipo de enfermedad, así también conocimos más sobre la leche materna y dejamos a un lado todos los “tabús” que anteriormente se decían, igual hacer conciencia y ayudar con los comedores para así lograr una vida más sana.

## *Bibliografía*

Universidad Del Sureste. 2023. Antología Nutrición En La Infancia Y Adolescencia. Pdf. Recuperado El 30 DE MARZO 2023.Págs.88-99