



**Nombre del alumno:**

Roxana Belén López López

**Nombre del profesor:**

Lic. Nayeli Morales Gómez

**Nombre del trabajo:**

Cuadro Comparativo

**Materia:**

Seminario de tesis

**Grado:**

8°

**Grupo: “A”**

Nombre del posible tema	Que me gusta	Que no me gusta	Que tanto conozco del tema	Tiempo que dispongo
Embarazo y lactancia	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Técnicas de lactancia materna.</li> <li>-Alimentación de la embarazada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mal manejo del tema entre mamás</li> <li>-Estudiar los diferentes tipos de formulas lácteas.</li> </ul>	Moderado	7 meses

## Reseñas

### Titulo:

**Reseña:** La lactancia proporciona al bebé un óptimo inicio de vida, la leche materna contiene los nutrientes exactos que necesita un bebé así mismo, contiene anticuerpos que ayudan al bebé a protegerse de las enfermedades respiratorias y gastrointestinales. (Moorhead, 2004)

### Titulo:

**Reseña:** Hoy conocemos las innumerables ventajas de la lactancia, podemos estimar la mortalidad y la morbilidad asociadas a su sustitución, hoy sabemos que el alimento más adecuado para el desarrollo del lactante, por su equilibrado contenido en nutrientes. Conocemos su contenido en inmunoglobulinas que dan protección específica al lactante y su inmaduro sistema inmunológico. (Chile, 1997)

### Titulo:

**Reseña:** La leche de la mujer es específica para bebés. Sus componentes: proteínas, vitaminas defensas, células, vivas cubren todas sus necesidades

nutricionales. Refuerzan el todavía inmaduro sistema inmunológico, protegiendo al bebé contra diversas enfermedades. (Lecumberri, 1989)

**Título:** Lactancia materna.

**Reseña:** dentro del contenido del libro puede especificar los diferentes conceptos de lactancia que en la actualidad se han desarrollado, así como explica de una forma relevante la historia y los mitos que surgían acerca de una leche de mala calidad que las nodrizas proporcionaban. (Cordero, 2005)

**Título:** Mitos de la lactancia materna

**Reseña:** Dentro del artículo se puede apreciar el cómo las personas se dejan informar incorrectamente sobre la lactancia materna, ya que cosas muy básicas como el hecho de que realizar deportes o actividades físicas afectan al sabor de la leche, el ejercicio es saludable, incluso para las madres lactantes. No hay evidencia que demuestre que puede afectar el sabor de la leche. (UNICEF, 2020)

Nombre del posible tema	Que me gusta	Que no me gusta	Que tanto conozco del tema	Tiempo que dispongo
Nutrición en el embarazo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ayudar a las embarazadas a alimentarse mejor.</li> <li>-Buscar formas de sustituir antojos ultra procesados de las mamas por algo mas natural.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mala información de la alimentación que debe de llevar la madre.</li> <li>- Embarazos dobles.</li> </ul>	Moderado	7 meses

**Título:** Nutrición en las diferentes etapas y situaciones de la vida.

**Reseña:** El documento presenta como debe de modificarse la alimentación según los requerimientos energéticos dependiendo en el trimestre que se encuentre la mujer embarazada, así como las necesidades nutricionales de diferentes nutrientes. (Antuñano, 2020)

**Título:** Nutrición del embarazo

**Reseña:** El artículo explica el porque cada nutriente es necesario en una mujer embarazada y cuál es el funcionamiento que este ejerce después de consumirlo en este caso las proteínas los expertos recomienda 75 a 100 gramos de proteína cada día. La proteína afecta positivamente el crecimiento del tejido fetal, incluyendo el cerebro. También ayuda su tejido de seno y uterino crecer durante el embarazo, y juega un papel en su suministro de sangre aumentando. (pregnaney, 2015)

**Titulo:** Nutrición para el embarazo

**Reseña:** El embarazo en el artículo es considerada una de las etapas más felices de algunas mujeres, pero muy pocas veces es tomada en cuenta la nutrición ya que en muchos e incluso podría decirse que en todos los embarazos se prolonga una etapa de antojos que en algunas ocasiones esto puede llegar ser un problema a la salud de la mujer embarazada. (Elizabeth M. Ward, 2004)

**Titulo:** Nutrición optima antes, durante y después del embarazo

**Reseña:** este libro muestra los alimentos que benefician a el crecimiento del bebe en desarrollo e incluso los alimentos que pueden llegar a ocasionar efectos adversos durante su maduración, estos alimentos son comunes durante su consumo y muchas mujeres embarazadas no consideran que pueden llegar a generar algún tipo de toxicidad en su embarazo. (Holford, 2004)

**Tema:** La dieta de la fertilidad y el embarazo

**Reseña:** Antes del embarazo debe de considerase tener una buena alimentación para que el cuerpo se encuentre preparado para la creación de un nuevo ser, esta información muy pocas mujeres llegan a escuchar de ella, pero el cuerpo femenino debe por lómenos vitaminarse seis meses antes de la concepción del embrión para que los sistemas sexuales funcionen de una forma correcta. (Armijo, 2016)

Nombre del posible tema	Que me gusta	Que no me gusta	Que tanto conozco del tema	Tiempo que dispongo
Diabetes mellitus 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer la etiología de la enfermedad.</li> <li>- Encontrar alimentos que ellos puedan comer sin que les cause malestar.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.-Los procesos endocrinos que suceden.</li> <li>2.-El manejo de la enfermedad en infantes.</li> </ol>	Moderado	7 meses

**Título:** Obesidad diabetes

**Reseña:** Dentro del libro demuestra las complicaciones que la diabetes y la obesidad generan, en cuanto esta va incrementando, ejemplo de ello enfermedades cardiovasculares como cerebrovasculares e incluso llegar a el cáncer, si esta no es tratada.

Estadísticamente también refiere que dentro de la población el 80% presenta diabetes o sobrepeso estando cerca de los cincuenta años de edad. (diabetes, 1974)

**Título:** Diabetes mellitus

**Reseña:** El libro esta dirigido para las personas que sufren diabetes, está llena de ilustraciones, en los cuales explica los diferentes tipos de diabetes y cuales son los mas frecuentes, el libro explica al lector el porque se genera la diabetes y quienes son más propensos a padecerlo. (Arce, 2019)

**Título:** Actualización de normas para Diabetes Mellitus.

**Reseña:** Dentro del artículo muestra las nuevas actualizaciones de normas de la provisión de medicamentos e insumos para las personas con diabetes. (Argentina, 2022)

**Título:** Nutrición, alimentación y actividad física si se tiene diabetes

**Reseña:** Dentro de el artículo explica los alimentos que pueden llegar a consumir las personas diabéticas donde los clasifica por grupos de alimentos, como frutas, verduras, cereales y alimentos de origen animal, de igual forma se mencionan los métodos de higiene que el paciente debe tomar para realizar sus alimentos. (kidney, 2022)

**Tema:** Nutrición clínica y dietoterapia en la diabetes

**Reseña:** Explica los síntomas que surgen durante la diabetes y así poder prevenirla, también se explica los diferentes tipos de diabetes y como pueden controlarse mediante el tratamiento nutricional acompañado de los medicamentos que utiliza. (Rodota, 2014)

**Pág.149-192**

Nombre del posible tema	Que me gusta	Que no me gusta	Que tanto conozco del tema	Tiempo que dispongo
Bulimia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ayudar a pacientes que sufren de esta enfermedad.</li> <li>-Realizar pláticas sobre bulimia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Entrar en el área psicológica.</li> <li>- que es un TCA muy común en jóvenes y niños</li> </ul>	Poco	7 meses

**Título:** Bulimia nerviosa: guía para familiares

**Reseña:** la bulimia es un trastorno alimenticio del cual muchas personas saben poco, dentro del libro les explica a los familiares el como de desarrolla esta conducta alimentaria y con deben de tratar para encontrar una solución. Prácticamente el libro se realizó para dar respuesta a los familiares de estos pacientes y tengan conocimiento de que hacer y que no hacer.

**Pág.** 14-160 (Do Idoia, 2014)

**Título:** Bulimia

**Reseña:** Este libro presenta de foma breve y sistemática las principales estrategias de evaluación e intervención para la bulimia basadas en la eficacia. Supone por tanto una orientación clara para el profesional en la planificación del tratamiento de este trastorno.

**Pág.** 10-152 (Martinez, 2006)

**Título:** Bulimia y anorexia



**Reseña:** El libro explica como el trastorno de anorexia y bulimia pueden estar relacionados, sin embargo, no son lo mismo ya que una se basa en la dieta del “vacío” y la otra se relaciona con un sentimiento de culpa.

**Pág.** 15-30 (Yosifides)

**Título:** Bulimia nerviosa

**Reseña:** en el artículo informa a las personas que lo lean las causas, síntomas, diagnóstico de una persona con bulimia, así como también se encuentran recomendaciones de especialistas a los cuales puede acudir para tener una mejor atención. (Blasco, 2021)

**Título:** Tratamiento: establecimiento de una dieta adecuada en trastornos de la conducta alimentaria.

**Reseña:** El tratamiento de TCA (bulimia) se encuentra por fases no solo implementando psicología de igual forma uniéndola con la nutrición, implementado la elaboración de un plan de educación nutricional al paciente para aumentar sus conocimientos en nutrición. Menciona como establecer objetivos de peso ya que es de suma importancia para el paciente y un plan dietético personalizado.

**Pág.** 234-550 (Marta Avellán Mancha, 2015)

Nombre del posible tema	Que me gusta	Que no me gusta	Que tanto conozco del tema	Tiempo que dispongo
Sobrepeso y obesidad	<p>-Ayudar a pacientes a bajar de peso</p> <p>-Dar recomendaciones de actividad física.</p>	<p>-Los pacientes llegan para mejorar apariencia física, más que salud.</p> <p>-Muchas personas ignoran otros factores desencadenantes de la obesidad como la tiroides.</p>	Moderado	7 meses

**Título:** Sobrepeso y obesidad

**Reseña:** El artículo está basado con datos estadísticos en donde se muestra como el incremento del sobrepeso y obesidad ha afectado a millones de personas a nivel mundial. (OMS, 2021)

**Título:** Sobrepeso y obesidad

**Reseña:** dentro del artículo se encuentra la definición de lo que es la obesidad y los diferentes tipos que existen y que factores influyen en cada uno. También explica en pasos como podemos diagnosticar que tenemos sobrepeso o obesidad. (Salud, 2020)

**Título:** Nutrición, sobrepeso y obesidad

**Reseña:** dentro de el documento encontramos los diferentes tipos de dietas que son dirigidas a personas que tienen obesidad e incluir algunas otros tipos de recomendaciones, como, la actividad física o cambio de algunos otros hábitos de la vida cotidiana. Se planea y diseña la dieta de los pacientes de acuerdo a de una encuesta nutricional, los hábitos alimentarios y la forma de vida del paciente: horarios y número de comidas, quién cocina, dónde come, Etc.

(Basilo Moreno Esteban, 2018)

**Título:** En contexto: sobrepeso y obesidad en México

**Reseña:** En el documento encontramos descripciones breves de los factores desencadenan a la obesidad ya que no solo se puede desarrollar por factores ambientales como el no comer saludablemente, si no también genéticos, psicológicos, endocrinos y socioeconómicos. El documento relata algunas estrategias que se han establecido para el control del sobrepeso, obesidad y diabetes una de las más conocidas son las o “Guías Diarias de Alimentación” o GDA. (Colon, 2021)

**Título:** Sobrepeso y obesidad IMMS

**Reseña:** El documento nos enseña los diferentes métodos en los cuales podemos diagnosticar nuestro estado nutricional dependiendo la edad que tengamos, ya sea con IMC, circunferencia de cinturas o graficas de crecimiento en caso de los niños. (Clinica, 2013)

## Bibliografía

- (s.f.).Antuñano, S. P. (2020). *Kelox*. Obtenido de Nutricion en las diferentes etapas y situaciones de la vida:  
[https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs\\_es/images/nutrition/PDF/Manual\\_Nutricion\\_Kelloggs\\_Capitulo\\_12.pdf](https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs_es/images/nutrition/PDF/Manual_Nutricion_Kelloggs_Capitulo_12.pdf)
- Arce, E. R. (2019). *Diabetes mellitus* . Mexico: Pax Mexico .
- Argentina. (29 de diciembre de 2022). *actualizacion de normas para la diabetes mellitus*. Obtenido de <https://www.argentina.gob.ar/noticias/actualizacion-de-normas-para-diabetes-mellitus>
- Armijo, M. d. (2016). *La dieta de la fertilidad y el embarazo*. Egipto: Arcopress.
- Basilo Moreno Esteban, J. (2018). *Nutricion y enfermedad*. Obtenido de Kelox:  
[https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs\\_es/images/nutrition/PDF/Manual\\_Nutricion\\_Kelloggs\\_Capitulo\\_17.pdf](https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs_es/images/nutrition/PDF/Manual_Nutricion_Kelloggs_Capitulo_17.pdf)
- Blasco, D. J. (3 de noviembre de 2021). *Salud blogs Mapfre*. Obtenido de <https://www.salud.mapfre.es/nutricion/enfermedades-nutricion/bulimia-nerviosa/>
- Chile, G. d. (1997). Manual de lactancia materna. *Lactancia materna, Primera* , 12 a la 15 .
- Clinica, G. P. (2013). *intervenciones de enfermeria para la prevencion de Sobrepeso y Obesidad*. Mexico D.F.: CENETEC.
- Colon, K. N. (2021). *Sobrepeso y obesidad en Mexico: afectaciones a la salud*. Camara de diputados.
- Cordero, J. A. (2005). *Lactancia materna* . España: ELSEVIER.
- diabetes, O. (1974). *A. Aznar Reig. E. Herrera Justiniano y M. Diaz Galvez*. Sevilla : Aznar Reig.
- Do Idoia, M. P. (2014). *Bulimia nerviosa: guia para familiares*. piramide.
- Elizabeth M. Ward, A. D. (2004). *Nutricion para el embarazo*. Aguilar .
- Holford, P. (2004). *Nutricion optima antes, durante y despues del embarazo*. Barcelona : Amat.
- kidney, N. I. (2022). *NIH* . Obtenido de <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/nutricion-alimentacion-actividad-fisica>
- Lecumberri, L. (1989). *La lactancia materna el mejor comienzo* . Mexico D.F: Amagintza.
- Marta Avellán Mancha, V. C. (22 de enero de 2015). *Dialnet*. Obtenido de <file:///C:/Users/karin/Downloads/Dialnet-TratamientoEstablecimientoDeUnaDietaAdecuadaEnTras-6250806.pdf>

- Martínez, M. A. (2006). *Bulimia* . Sintesis .
- Moorhead, J. (2004). *Lactancia* . Mexico. D.F : Dorling Kindersley .
- OMS. (9 de junio de 2021). *OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- pregnaney, A. (julio de 2015). *American pregnaney asociation* . Obtenido de <https://americanpregnancy.org/es/healthy-pregnancy/pregnancy-health-wellness-healthy-pregnancy/pregnancy-nutrition/>
- Salud. (2020). *Comunidad de madrid* . Obtenido de <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/sobrepeso-obesidad>
- UNICEF. (14 de marzo de 2020). *14 mitos sobre la lactancia materna*. Obtenido de <https://www.unicef.org/lac/crianza/14-mitos-sobre-la-lactancia-materna>
- Yosifides, A. (s.f.). *Bulimia y anorexia* . Brujas .
- Rodota, L. P. (2014). *Nutricion clinica y dietoterapia*. Argentina: Medica Panamericana.