



Nombre del Alumno: JORGE LUIS PÉREZ PÉREZ

Parcial: I

Nombre de la Materia: NUTRICION CLINICA

Nombre del profesor: DANIELA MONSERRAT MENDEZ GUILLEN

Nombre de la Licenciatura: ENFERMERÍA

Cuatrimestre: 3°

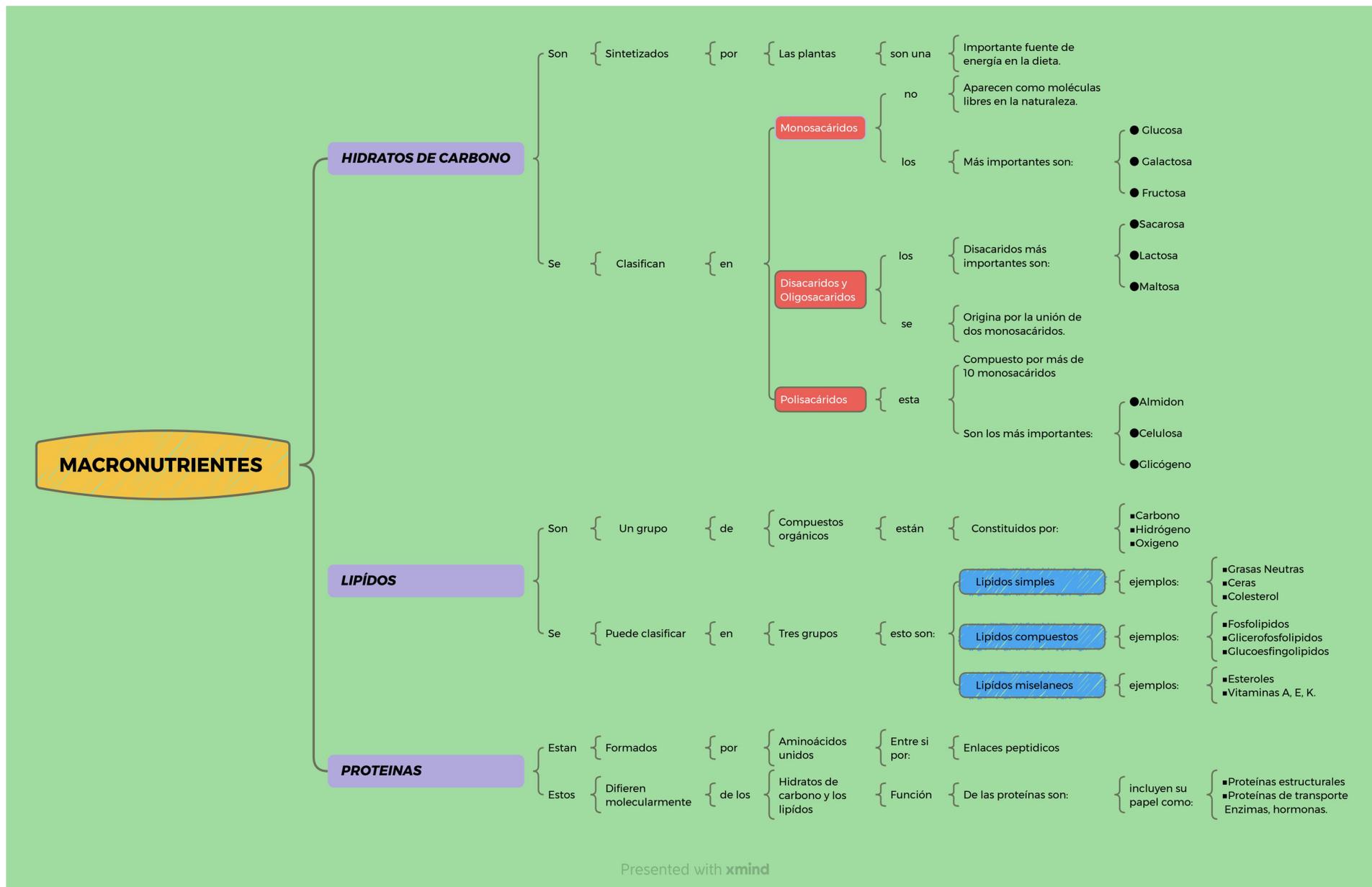
**UNIDAD I:
NUTRIOLOGIA COMO
CIENCIA**

CIENCIA
NUTRIOLOGIA COMO

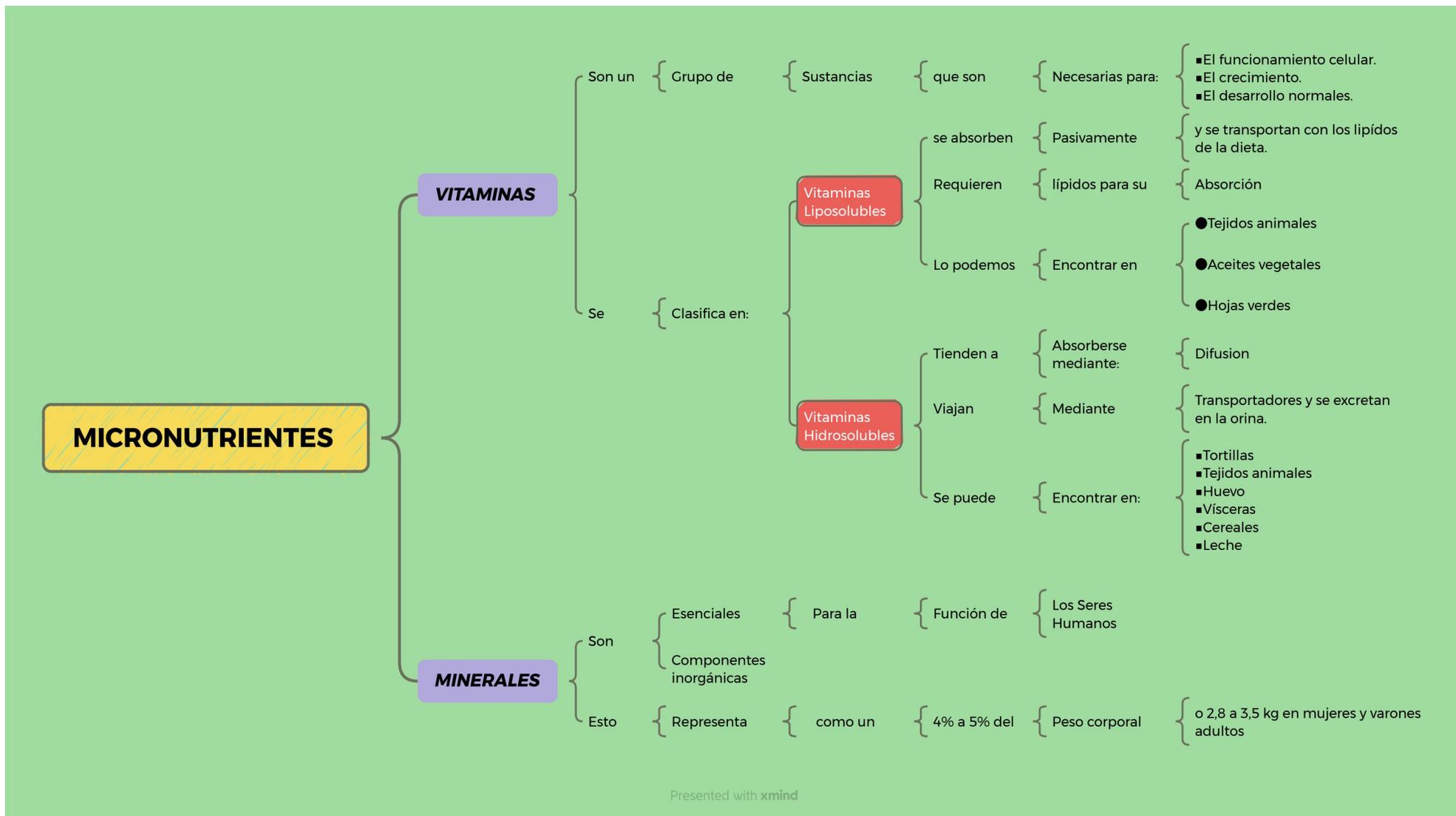
CONCEPTOS GENERALES

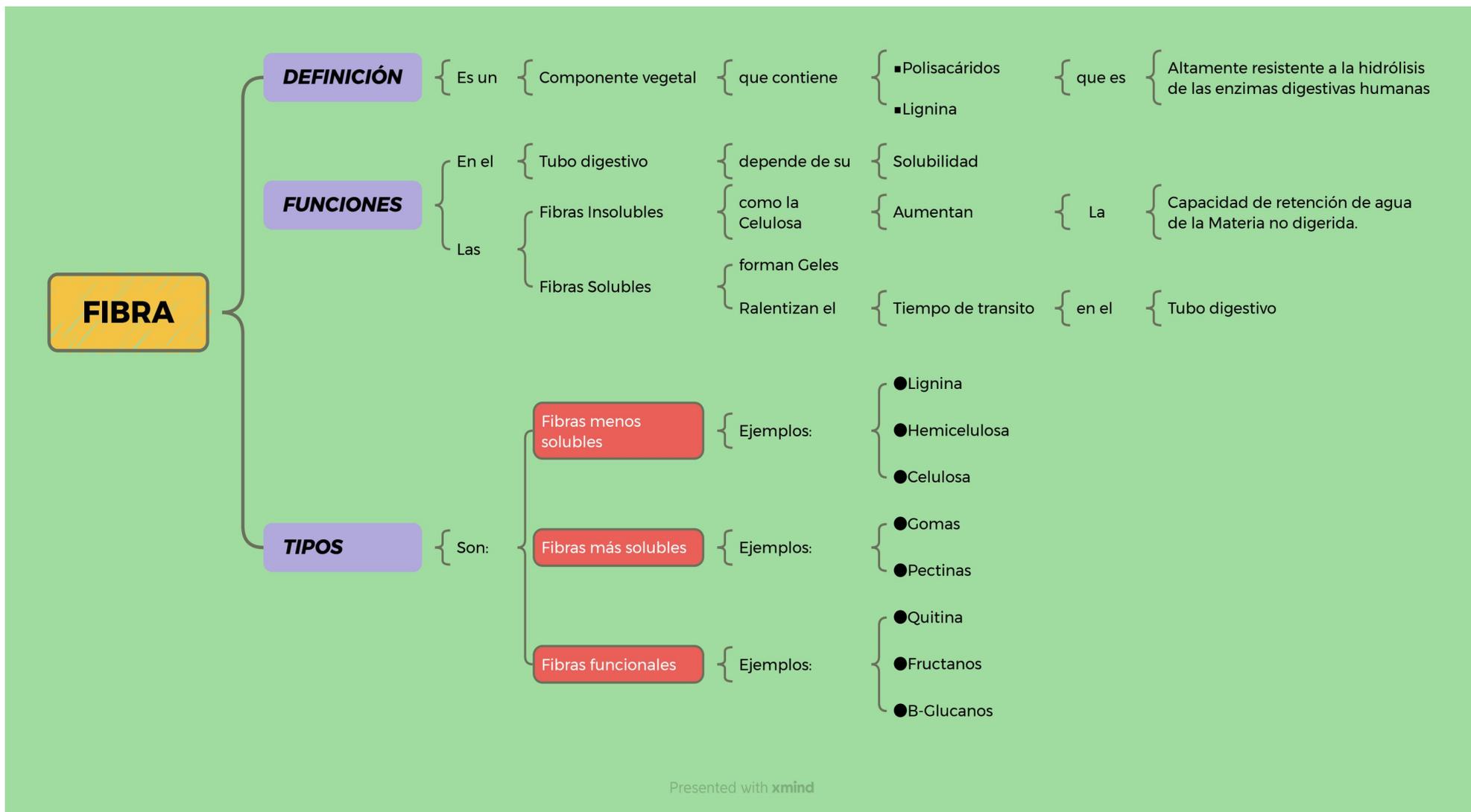


Presented with **xmind**

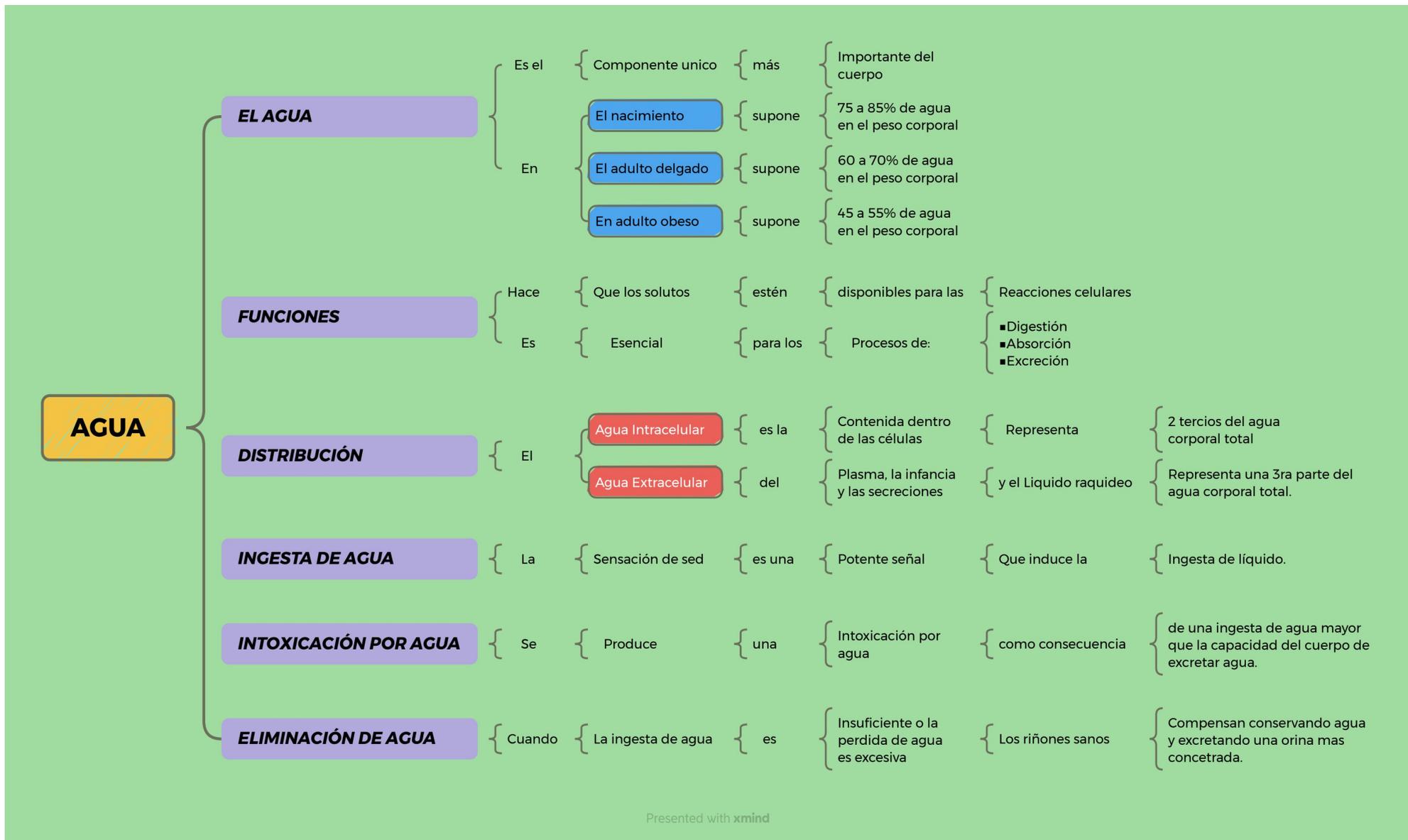


Presented with xmind





Presented with xmind



Presented with xmind

ELECTROLITOS

DEFINICIÓN

{ Son { Sustancias { Que se { Disocian en iones de carga: { Positiva
Negativa

Quando se disuelven en agua

CALCIO

{ El { Calcio ionizado { Del { Compartimento vascular { Es un { Cation con carga positiva
{ La { Ingesta recomendada { Del { Calcio { varía desde: { 1,000 hasta 1,300 mg/día

SODIO

{ Es el { Principal cation { Del { Líquido extracelular
{ El { 35 - 40 % { Del { Sodio corporal esta en el esqueleto

MAGNESIO

{ El { Humano adulto { Contiene { 24 g de Magnesio { La mitad del { Magnesio del cuerpo se localiza en el hueso
{ La { Ingesta recomendada { del { Magnesio { varía desde: { 310 a 420 mg/día

FÓSFORO

{ Es un { Importante constituyente { Del { Líquido Intracelular { La ingesta recomendada { Es de 700 mg/día
{ Es { Importante { en el { Metabolismo oseo

POTASIO

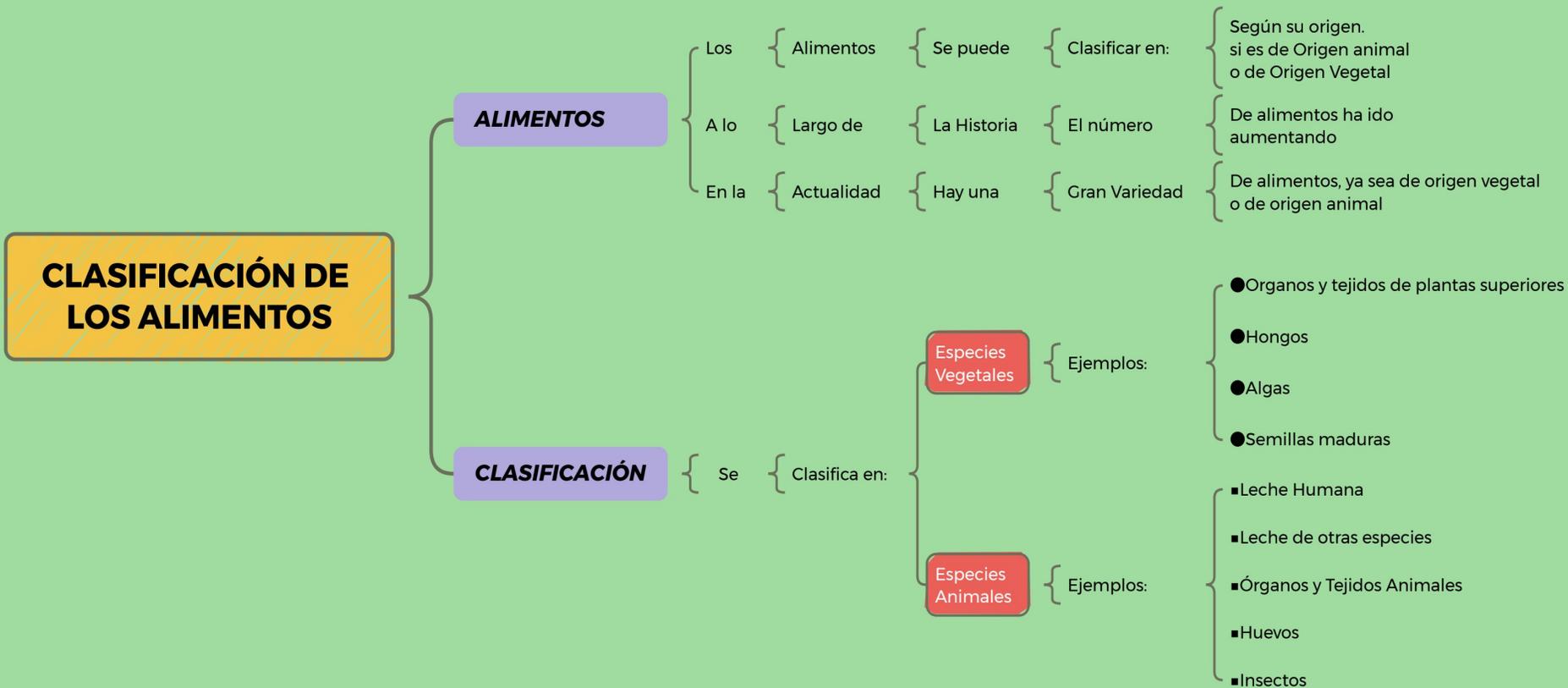
{ Es el { Principal cation { del { Líquido Intracelular { Esta representa en: { Cantidades pequeñas en el líquido Extracelular
{ La { Ingesta recomendada { para los { Adultos es de: { 4,700 mg/día

Presented with xmind

ALIMENTACIÓN SALUDABLE



Presented with xmind



Presented with **xmind**

PLATO DEL BUEN COMER

¿QUE ES?

- Es la Forma de: Clasificar Los alimentos De acuerdo a su composición
- Está Validada En la Norma Oficial Mexicana Para brindar orientación alimentaria

Grupo 1: Verduras y Frutas

- Las Frutas proveen de Agua, Fibra dietaria Son principal fuente de Vitamina C, Carotenos y Vitamina K
 - Ejemplos:
 - Manzana
 - Sandía
 - Piña
 - Melón
 - Uvas
 - Verduras proveen de
 - Ejemplos:
 - Tomate
 - Brocoli
 - Zanahoria
 - Pepino

Grupo 2: Cereales

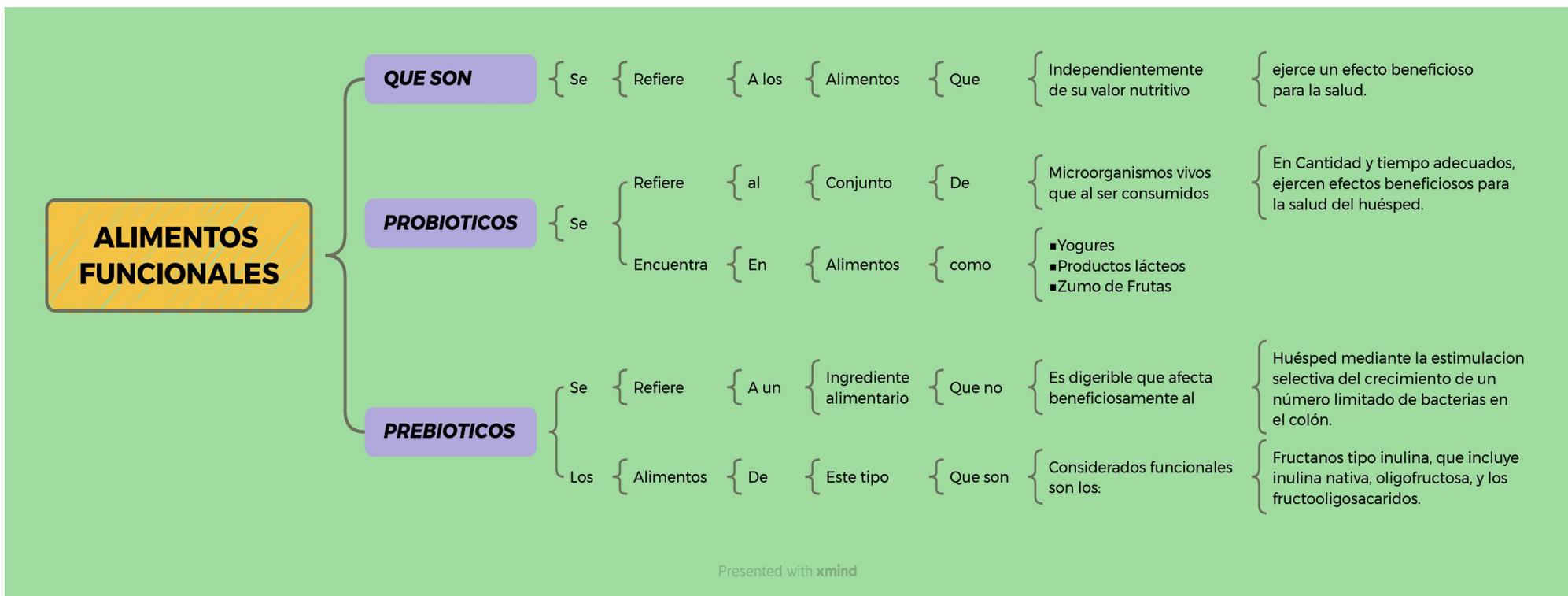
- No Se consume Los Granos enteros Para su consumo debe ser cocinado como en: Tortillas, Atol, Tamal etc.
- Ejemplos:
 - Arroz
 - Avena
 - Trigo

Estos se pueden elaborar en otros alimentos.

Grupo 3: Leguminosas y Alimentos de Origen Animal.

- Las Leguminosas Aportan Cantidades apreciables De proteína vegetal, alta en lisina
 - Ejemplos:
 - Chicharo
 - Frijol
 - Alfalfa
 - Lentejas
 - Cacahuete
- Los Alimentos de origen animal
 - Ejemplos:
 - Carne
 - Pescado
 - Huevo
 - Leche
 - Productos Lacteos

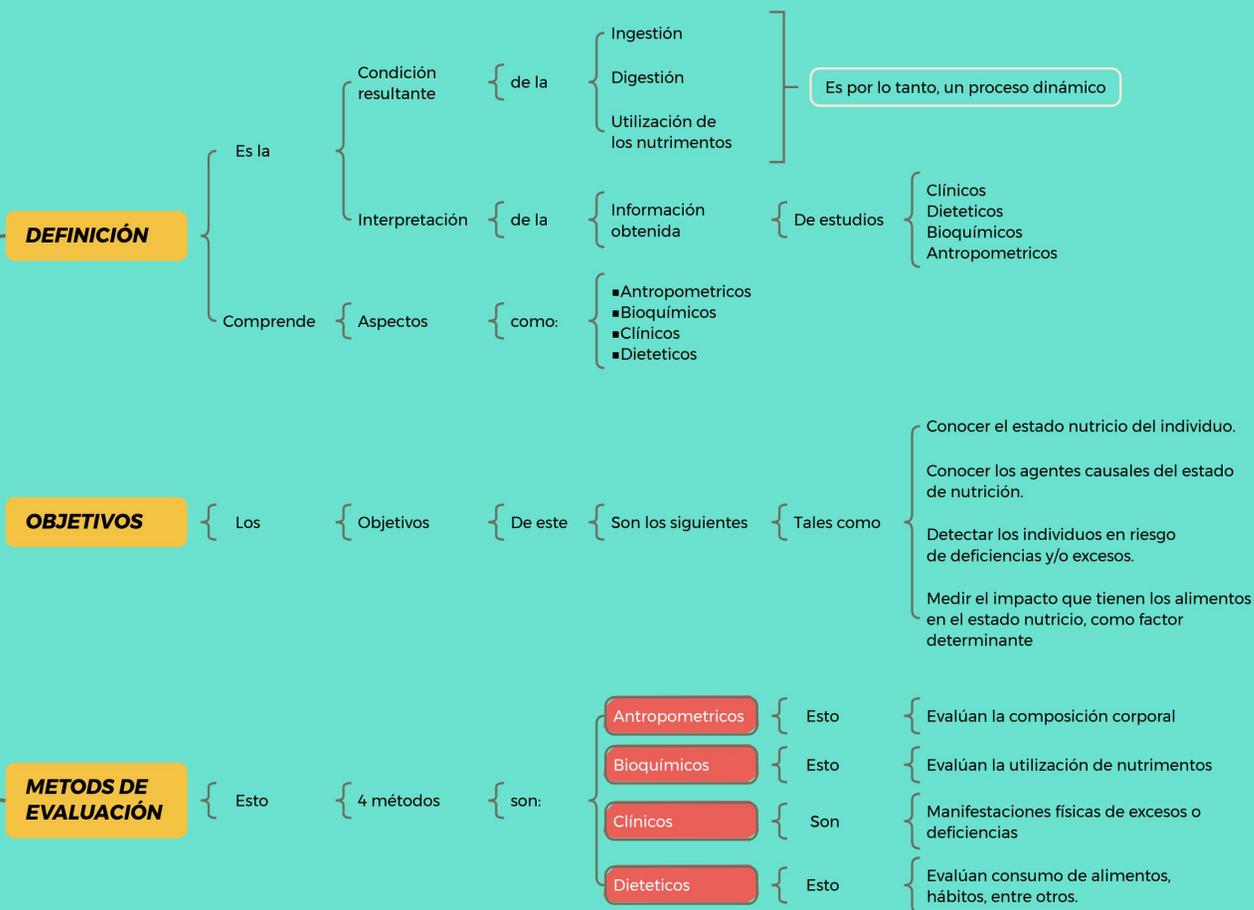
Presented with xmind



**UNIDAD II:
EL ABCD DE LA
NUTRICION**

NUTRICION
EL ABCD DE LA

EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIÓN

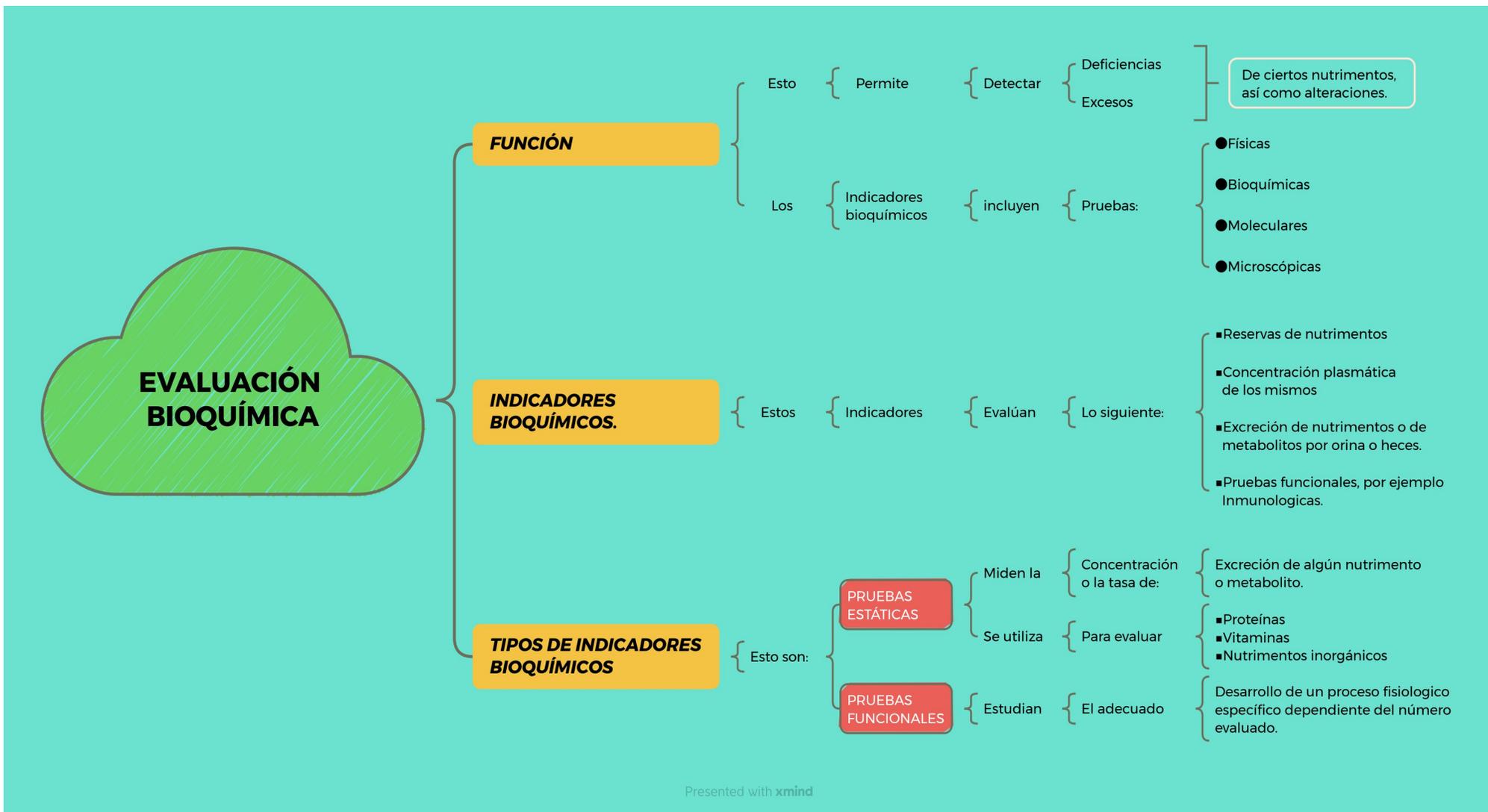


Presented with xmind

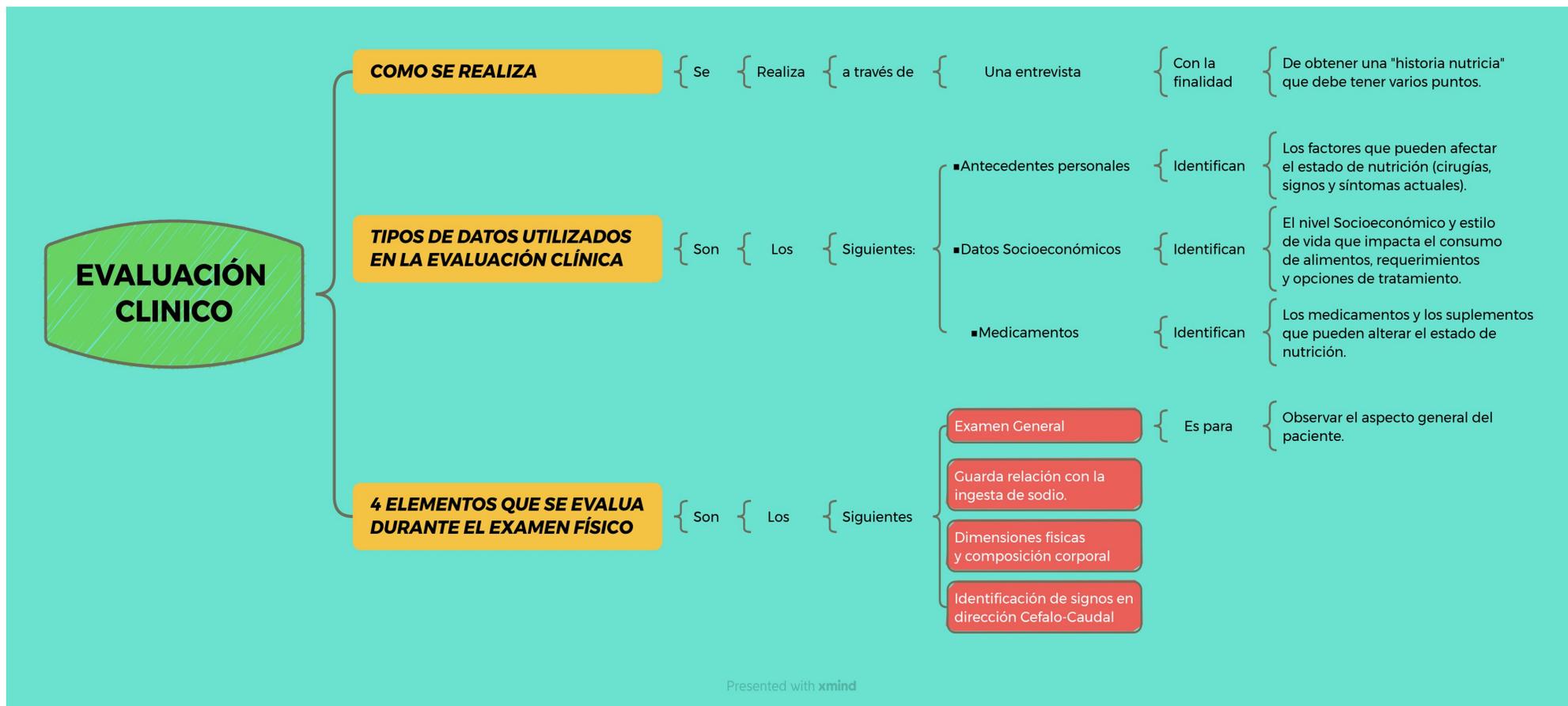
EVALUACIÓN ANTROPOMETRICA

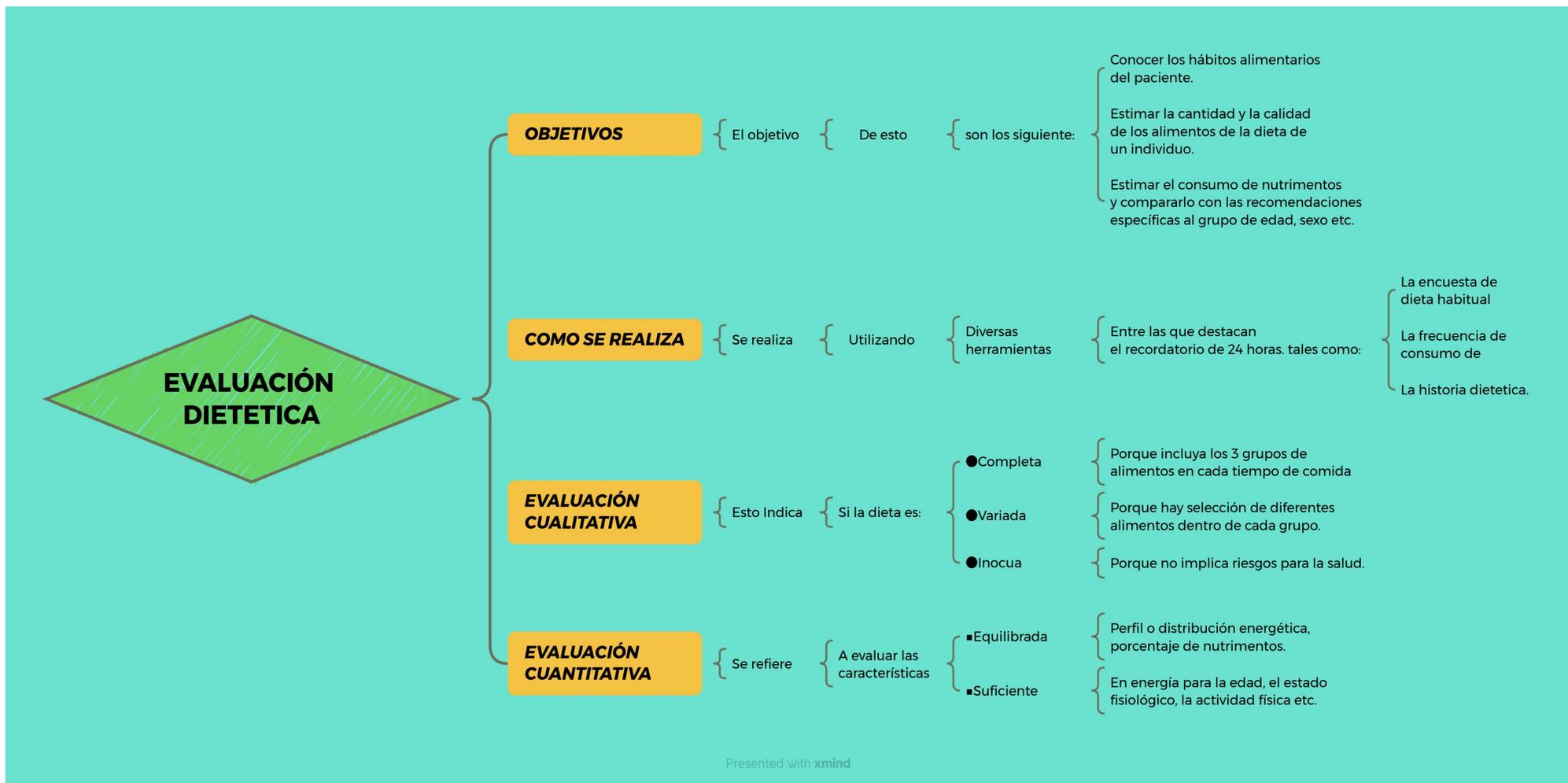


Presented with xmind



Presented with xmind





BIBLIOGRAFIA

UDS. 2023. Antología de Nutrición Clínica. PDF