

*Nombre del Alumno :Alondra Xiomara Pérez  
Domínguez*

*Nombre del tema: Proceso de atención de  
enfermería*

*Parcial: 3°.  
Nombre de la Materia: Fundamentos De La Enfermería.*

*Nombre del profesor: Cecilia de la Cruz  
Sánchez. Nombre de la Licenciatura:  
enfermería.*

*Cuatrimestre: 1°.*



# TECNICAS DE ALIMENTACION EN UN ADULTO

## TIPOS DE TECNICAS DE ALIMENTACION EN UN ADULTO

Existen 3 formas principales de administrar alimentación por sonda: alimentación por bolos, alimentación continua y alimentación por gravedad

## Que es la técnica de alimentación

Son las maniobras que se realizan para que el organismo reciba los alimentos necesarios.

## Como se clasifican los tipos de alimentación

- 1.\_ alimentos naturales y mínimamente procesados
- 2.\_ Ingredientes culinarios
- 3.\_ Productos comestibles listos para el consumo.

Como debe de ser la alimentación en la etapa adulta

las recomendaciones de salud incluyen selección de alimentos ricos en fibra como panes y cereales integrales, frijoles , nueces, semillas sin sal, verduras de colores intensos y frutas

Que es la alimentación según la OMS?

Es un concepto que hace referencia a la ingesta de alimentos en relación con las necesidades del organismo de cada persona.

Que son los estilos de vida saludable en un adulto

Los adultos deben de ser activos a diario y tratar de lograr al menos 150 minutos de actividad física durante una semana a travez de actividades variadas