

CLASE: INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN

ACTIVIDAD: *CUADRO SINÓPTICO*

ALUMNO: *JOSE ARON LOPEZ TORRES*

MAESTRO(A): *LUNA GUTIERREZ PATRICIA DEL ROSARIO*

LICENCIATURA: *NUTRICION*

CURSO: *1-A*

UNIVERSIDAD: *UNIVERSIDAD DEL SURESTE(UDS)*

FECHA: *23/09/2023*

Antecedentes históricos de la nutrición

Avances en la química durante el siglo XX cuando se descubrió la nutrición como ciencia debido a los descubrimientos científicos y los avances de la química durante el siglo XXI.

Se descubrieron las vitaminas y sus propiedades entre 1920 y 1932, fueron descubrimientos que sirvieron para dar a los científicos en América Latina desarrollarla y aportar bases sobre los beneficios de la buena alimentación.

Mantener la buena salud:

Al consumir una dieta balanceada que incluya todos sus macro y micronutrientes se asegura el desarrollo y crecimiento adecuado en cada etapa de la vida ofreciendo una mejor calidad de vida.

Prevenir tratar enfermedades:

A través de una buena nutrición es posible que fortalezca nuestros sistemas para que el organismo pueda realizar funciones necesarias para prevenir enfermedades y mejorar la salud.

Reducir la mortalidad infantil a nivel mundial:

Esto se logra a través de estrategias, utilizando el conocimiento científico en nutrición, elaborando guías y recomendaciones dietéticas que puedan ser adaptadas a los recursos locales de la población, según los requerimientos de nutrientes para personas con edades de el embarazo.

Evolución histórica de la nutrición

Época prehispánica

La nutrición mesoamericana originó y se desarrolló a través de la agricultura y los bancos de alimentos de la población favoreciendo a las clases sociales altas.

Colonización

Se genera una sociedad desigual que provoca el aparición de casos de desnutrición y de pobreza extrema, que aún no se resuelve.

1889 primeros escritos sobre nutrición

Álvaro Domínguez presenta en Mérida Yucatán en enero de 1889 el 1er. Estudio sobre nutrición y pelagra como tesis en la facultad de medicina, cirugía y farmacia.

1908 Artículo sobre cuadro clínico de la desnutrición en el sureste de México

Se reconocen secuencias de la alimentación artificial de los niños con papillas de cereales y las cuales datan en Yucatán en 1908 y se descubrió el síndrome "culebrilla" el término se refiere a la "piel de serpiente".

1910-1929 evolución de la nutrición en México. Conciencia a al mismo tiempo que inicia la revolución mexicana

El Dr. Eduardo Liceaga, Dr. José María Rodríguez aportaron importantes avances científicos y técnicos para erradicar las epidemias endémicas de enfermedades transmisibles en el país.

1935 se reconoce al Dr. José Quintanilla como pionero de la dietología

Fue con él que se creó la comisión de la misión cultural urbana de la SEP y ingresó al Hospital General de México como jefe de la investigación de alimentación popular.

1936-1939 conferencia internacional de la alimentación

Se celebra la conferencia internacional de la nutrición en Buenos Aires por el Dr. Escudero inicia los estudios de la ideología, energía, nutrientes y establece las 4 leyes de la alimentación.

Ley de la calidad, Ley de la lactancia, Ley de la armonía, Ley de la adecuación.

En 1936 el departamento de salud de México, inicia la enseñanza de la nutrición, como 1er. intento de organizar la información en esta materia de alimentación y nutrición.

1943 Creación del Instituto Nacional de Nutriología en México

El Instituto Nacional de Nutriología había sido fundado en 1943 por el Dr. Francisco Paula Miranda con el objeto de disminuir la alimentación de la población mexicana.

1945 Escuela de Dietética del Instituto Nacional de Cardiología en México

Creada por sugerencia del Dr. Ignacio Chávez donde se inicia los primeros cursos de dietética y nutrición.

1950 La escuela de dietética de cardiología es trasladada al Instituto Nacional de secretaría de salud pública

Durante esta década también se inició la escuela de dietética y nutrición del ISSSTE y el departamento de ciencias de la nutrición y alimentos de la universidad y latinoamericana en México.

1970 fundación de la asociación latinoamericana NA de diabetes

Alas fue fundada la filosofía de crear una asociación de personas que quieren intercambiar ideas y conceptos planeando y socioeconómicos para prevenir o retardar la aparición de la diabetes mellitus.

1987 Primeras metas nutricionales y guías de alimentación a nivel internacional de Venezuela

1980-2001 se crearon 25 programas académicos en institutos de educación superior en México.

A la fecha se tiene 25 programas siendo 32% de universidades institucionales privadas y el 68% restante son de educación pública de la educación superior.

Introducción a la nutrición

Introducción Conceptos Básicos

Definición de la Nutrición: es el conjunto de procesos que ocurren en el organismo de la ingestión, transporte y utilización de sustancias químicas contenidas en el alimento.

Nutrientes

Son sustancias químicas presentes en los alimentos que son indispensables para el funcionamiento o crecimiento y desarrollo del organismo. No se pueden sintetizar en el organismo y se clasifican en macronutrientes y micronutrientes.

Macronutrientes

Son los nutrientes que necesitamos en grandes cantidades. Incluyen proteínas, carbohidratos y grasas. Estos nutrientes proporcionan energía a las células y tienen funciones específicas en el cuerpo.

Micronutrientes

Son los nutrientes que necesitamos en pequeñas cantidades. Incluyen vitaminas y minerales. Aunque se necesitan en cantidades más pequeñas, son vitales para la salud y el desarrollo.

Dieta balanceada

Una dieta balanceada es aquella que proporciona todos los nutrientes que necesitamos en las cantidades adecuadas para mantener la salud y el crecimiento.

Calorías

Las calorías son una medida de energía. Necesitamos cierta cantidad de calorías cada día para mantener nuestras funciones corporales y realizar actividades físicas.

Metabolismo

El metabolismo es el conjunto de procesos químicos que ocurren dentro de un organismo vivo para mantener la vida. Estos procesos permiten a los organismos crecer, reproducirse, mantenerse en su estructura y responder a su entorno.

Definición de alimento y alimentación

Alimento

Un alimento es una sustancia que tiene la propiedad de proporcionar los nutrientes y la energía necesaria para que un organismo cumpla sus funciones básicas. Estas sustancias pueden ser crudas, procesadas o semiprocadas. Todos los seres vivos requieren alimento y nutrientes: personas, animales, plantas, hongos y microorganismos.

Alimentación

La alimentación es la acción o efecto de alimentarse. Es un proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes tipos de alimentos para obtener los nutrientes necesarios para sobrevivir y realizar todas las actividades necesarias de la vida.

Bibliografía

- estándares para el desempeño profesional de las enfermedades de terapia nutricional en España revista nutrición y cuidados. Volumen nº5. 2016.
- Isabel vi la Iglesias. Papel de enfermería en la educación nutricional de una consulta no especializada. XX jornada de nutrición para enfermería.
- Ana Domínguez maeso, M° Josefa del sol arroyo, M° de Los Ángeles Beltrán buen día junto con consulta de enfermería: educación nutricional. Inquietudes nº37, julio-diciembre 2007, p:12-22