



NOMBRE DE ALUMNO: MONTSERRAT HERNÁNDEZ REGALADO

NOMBRE DEL PROFESOR: DANIELA MONSERRAT MENDEZ GUILLEN

NOMBRE DEL TRABAJO: SUPER NOTA

MATERIA: NUTRICION EN LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

GRADO: SEPTIMO CUATRIMESTRE

GRUPO: LNU17EMC0121-A

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ CHIAPAS A: 1 DE DICIEMBRE DEL 2023

EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO FISICODEPORTIVO

LA INGESTA CALÓRICA ADECUADA PERMITE SOSTENER EL GASTO ENERGETICO Y MANTENER LA FUERZA ASI COMO LA RESISTENCIA, MASA MUSCULAR Y LA SALUD GLOBAL.



PARA EL RENDIMIENTO, LA ALIMENTACIÓN ES EL MOTOR POR EXCELENCIA ASÍ COMO PARA EL DESARROLLO FÍSICO Y PRODUCTIVIDAD.



LA ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS DEPORTISTAS SON SIMILARES A LA DE LA POBLACIÓN PEDIÁTRICA GENERAL ASEGURANDO UNA ÓPTIMA COBERTURA.



DOPING

MEDIDA QUE PRETENDE MODIFICAR LA CAPACIDAD DE RENOMMELTO MENTAL O FÍSICO DE UN DEPORTISTA SIN JUSTIFICACIÓN MÉDICA.



PATOLOGIAS EN ATLETAS

- lesiones agudas o crónicas
- Caquexia neoplásica: es una afección a px con cáncer disminuyendo la función muscular

