

Nombre del Alumno:

Sofía Yamileth Guillén Flores

Nombre del Maestro:

Daniela Monserrath Méndez Guillén

Nombre del Trabajo:

Súper Nota

Materia:

Nutrición en Enfermedades Renales

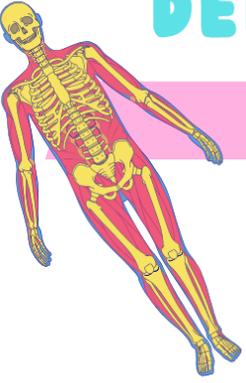
Grado:

Quinto cuatrimestre

Grupo:

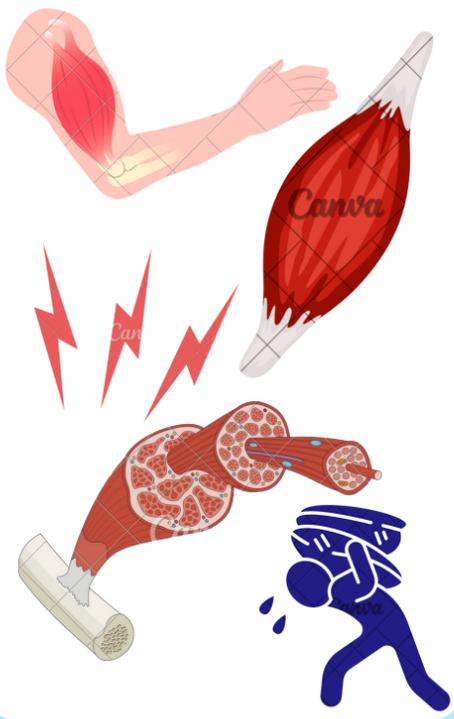
LNU- 5A

NUTRICIÓN EN LAS ALTERACIONES DEL MÚSCULO ESQUELÉTICO



Enfermedades del músculo esquelético

- Son lesiones y síntomas que afectan al cuerpo
- Su origen es exposición prolongada a una act.
- Pueden aparecer de forma súbita e impredecible
- Da dolor, incomodidad, entumecimiento, cosquilleo
- Factores dorsolumbares y cervicales: debido a trabajo pesado
- Factores de las extremidades: debido a movimiento repetitivo, carga de trabajo
- Origen a consecuencia de varios factores



Osteoporosis

- Enf. generalizada del esqueleto
- Baja masa ósea y deterioro de la macroarquitectura
- Su dieta debe de estar realizada por calcio, VIT D, K, homocisteína, folato, y complejo B
- Dieta de prevención; lácteos, semillas y frutos secos, pescado azul, soja, frutas y verduras (yogur, quesos, almendras, nueces, piñones, sésamo, avellanas, pistachos, salmón, atún, sardinas, espinaca, cebolla, ajo, coles, albahaca, coco, manzana, pera, etc)



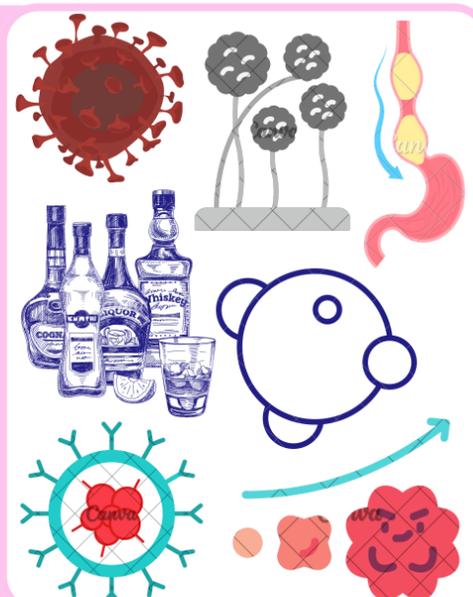
Generalidades

- Se da por el alcohol, corticoides, calcio bajo, estrógenos bajos, tabaco, sedentarismo
- Depende de hormonas, genética, ambiente
- Factores de riesgo: sexo femenino, edad, menopausia, baja masa ósea
- Esfuerzo + repetición + posturas + falta descanso



Enfermedades neoplásicas

- Factores de riesgo; grasas excesivas, prot excesivas, alcohol.
- En la alimentación; procesado de alimentos (benzopirenos) mayor riesgo de cáncer de esófago y estómago
- Exceso de nitratos, nitritos, y nitrosaminas
- Factor de riesgo como las aflatoxinas.



BIBLIOGRAFÍA:

Apuntes tomados en clase. Impartidos por LN.
Daniela Monserrath Méndez Guillén. 2024

Antología para Nutrición en Enfermedades
Renales. UDS. 2024. PDF