



Diego Jiménez Villatoro.

Ing. Luz Elena Cervantes Monroy.

Trastornos de la conducta alimentaria.

Noveno cuatrimestre.

Nutrición – A.

15 de junio de 2024.

NUTRICIÓN Y CRECIMIENTO

BUENA NUTRICIÓN

Es vital para el desarrollo y crecimiento de los niños. La alimentación de las embarazadas y los niños debe ser variada y nutritiva, incluyendo nutrientes fundamentales.

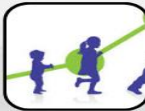


LA NUTRICIÓN

Es un proceso que engloba aspectos psicológicos, biológicos y sociológicos que están involucrados en la obtención, asimilación y metabolismo de los nutrimentos por parte del organismo.

CRECIMIENTO

Es un fenómeno biológico complejo, que precisa de un aporte continuo de energía y nutrientes. Consiste fundamentalmente en un aumento de la masa corporal, que se acompaña de un proceso de remodelación morfológica y de maduración funcional.



ALIMENTACIÓN SANA

No es comer mucha cantidad sino tener presentes en la dieta diaria alimentos y nutrientes de todos los grupos, esto es, carbohidratos, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales.

PERÍODO INTRAUTERINO

Se inicia en la concepción y finaliza cuando el niño nace. Es un período peligroso por el riesgo de malformaciones. Se divide en período embrionario, fetal precoz y fetal tardío.



ETAPA NEONATAL

Esta etapa es la primera por la que atraviesa el ser humano después del nacimiento, incluye hasta el día 28 después del parto.

LACTANTE

Esta etapa es muy importante para la nutrición del bebé. Esta etapa va desde los 29 días después del nacimiento hasta los 24 meses de edad. Se divide en lactante menor y mayor.



INFANTE PREESCOLAR

Esta etapa comprende de los 2 hasta los 6 años. Es un período madurativo en el cual el niño realiza avances importantes en la adquisición de funciones psicomotoras, al tiempo que sus funciones digestivas y metabólicas van alcanzando un grado de madurez suficiente.

PERIODOS DE CRECIMIENTO EN LA INFANCIA



INFANTE ESCOLAR

El niño refuerza hábitos aprendidos y descubre nuevas formas de alimentación. La edad del infante escolar abarca desde los 6 años hasta los 12 años.

Tablas de crecimiento

Curvas de crecimiento

Sirven para...

Se emplean para comparar la estatura, el peso y el tamaño de la cabeza del infante frente a niños de la misma edad.

Ayudan...

Tanto al nutriólogo o personal de salud a cargo de hacerle un seguimiento a su niño a medida que crece, como a los padres de familia.

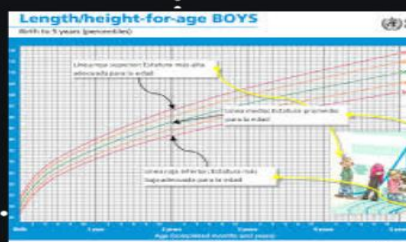
Se obtienen...

A partir de información obtenida midiendo y pesando a miles de niños. A partir de estas cifras, se estableció el peso y la estatura promedio nacional para cada edad y sexo



Se miden...

Según percentiles o puntuación Z, ambas son medidas estadísticas para tener una noción lo más real posible de la realidad.



Están divididas...

- Peso para la talla (peso adecuado a la talla)
- Peso para la edad (peso adecuado a la edad)
- Talla para la edad (talla adecuado a la edad)



PROBLEMAS NUTRICIONALES DE LAS SOCIEDADES DESARROLLADAS

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

SON...

Principal causa de mortalidad en el mundo industrializado, suponen una gran morbilidad y consumo de recursos.



ESTILO DE VIDA SALUDABLE...



Puede a largo plazo disminuir o eliminar en la población las enfermedades cardiovasculares.

FACTORES DE RIESGO

La inactividad física y el hábito de fumar, la dieta juega un rol importante en el desarrollo de estas enfermedades.



UNA DIETA SALUDABLE

Para los pacientes con enfermedad cardiovascular debe ser baja en grasas saturadas, colesterol y ácidos grasos trans.



ATEROESCLEROSIS

Consiste en un depósito de lípidos en la pared vascular que, con el tiempo, se calcifican, endurecen y hacen disminuir la luz del vaso afecto.



HIPERTENSIÓN ARTERIAL

La dieta desempeña un papel importante en la regulación de la presión arterial. La dieta hiposódica puede disminuir la presión sanguínea y el incremento de ella con la edad.



OBESIDAD

El aumento de la grasa abdominal se asocia con el incremento de riesgo de padecer de diabetes tipo 2, hipertensión arterial, dislipidemias, coronariopatías, entre otras.



ANTIOXIDANTES

Los antioxidantes pueden ser protectores porque inhiben la oxidación de las lipoproteínas de baja densidad en el plasma.



Bibliografía

Universidad del sureste. *Antología trastornos de la conducta alimentaria.* (p.22-40).