

## ***Súper nota***

**Nombre de alumno:** Carla Karina Calvo Ortega

**Nombre del profesor:** Lic. Gladis Adilene  
Hernández López

**Nombre del trabajo:** Marco normativo en salud  
y nutrición

**Materia:** Legislación en nutrición

**Grado:** Noveno cuatrimestre

**Grupo:** Nutrición

# MARCO NORMATIVO EN SALUD Y NUTRICIÓN



## NORMA OFICIAL MEXICANA

Regulación técnica de observancia obligatoria expedida por las Autoridades Normalizadoras competentes cuyo fin esencial es el fomento de la calidad para el desarrollo económico y la protección de los objetivos legítimos de interés público previstos en este ordenamiento, mediante el establecimiento de reglas, denominación, especificaciones o características aplicables a un bien, producto, proceso o servicio, así como aquéllas relativas a terminología, marcado o etiquetado y de información.



## PRINCIPALES NOM RELACIONADAS A LA NUTRICIÓN

- **Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012**, Servicios básicos de salud, Promoción y educación para la salud en materia alimentaria, Criterios para brindar orientación.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-008-SSA3-2017**, Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-015-SSA2-2010**, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes mellitus.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009**, Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010**, Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-037-SSA2-2012**, Para la prevención, tratamiento y control de las dislipidemias.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-030-SSA2-2009**, Para la prevención, detección, diagnóstico, tratamiento y control de la hipertensión arterial sistémica.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-031-SSA2-1999**, Para la atención a la salud del niño.
- **Norma Oficial Mexicana NOM-007-SSA2-2016**, Atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio y del recién nacido.

## NOM-043-SSA2-2012

Establece criterios sobre Orientación Alimentaria dirigida a brindar a la población, opciones prácticas con respaldo científico, para la integración de una alimentación correcta que pueda adecuarse a sus necesidades y posibilidades.

Uno de los puntos más importantes de esta NOM son:

- La orientación alimentaria debe llevarse a cabo mediante acciones de educación para la salud.
- Los alimentos se agruparán en tres grupos: Verduras y frutas, Cereales y Leguminosas y alimentos de origen animal.
- Se debe recomendar el consumo de pescado, aves como pavo y pollo sin piel y carne magra, asadas, horneadas, cocidas, así como leche semidescremada o descremada.
- Se debe recomendar que en cada tiempo de comida se incluyan alimentos de los tres grupos.



## EXPEDIENTE CLÍNICO

Establece los criterios científicos, éticos, tecnológicos y administrativos obligatorios en la elaboración, integración, uso, manejo, archivo, conservación, propiedad, titularidad y confidencialidad del expediente clínico.

### Contiene:

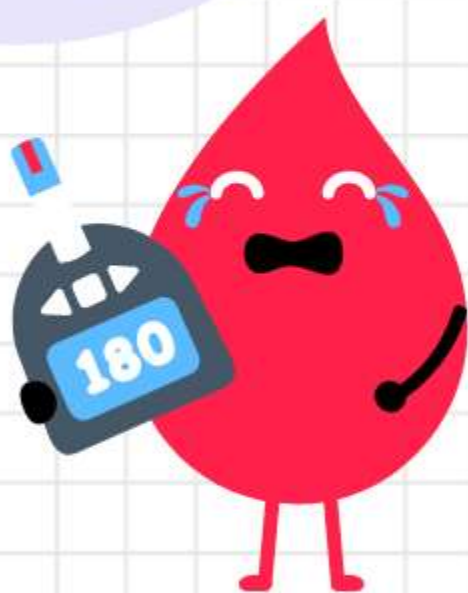
1. Tipo, nombre y domicilio del establecimiento y en su caso, nombre de la institución a la que pertenece.
2. En su caso, la razón y denominación social del propietario o concesionario.
3. Nombre, sexo, edad y domicilio del paciente.
4. Los demás que señalen las disposiciones sanitarias.



Los expedientes clínicos son propiedad de la institución o del prestador de servicios médicos que los genera, cuando éste, no dependa de una institución.

## DIABETES MELLITUS

Enfermedad sistémica, crónico-degenerativa, de carácter heterogéneo, se caracteriza por hiperglucemia crónica debido a la deficiencia en la producción o acción de la insulina, lo que afecta al metabolismo intermedio de los hidratos de carbono, proteínas y grasas. La hiperglucemia sostenida con el tiempo se asocia a daño, disfunción y falla de varios órganos y sistemas, especialmente riñones, ojos, nervios, corazón y vasos sanguíneos.



La dieta para las personas que viven con DM cumplirá con las características de la dieta correcta (variada, suficiente, completa, adecuada, equilibrada e inocua), prefiriendo hidratos de carbono complejos con el objetivo de mantener concentraciones de glucosa y de lípidos séricos adecuados.

El profesional de la salud deberá incentivar el consumo de verduras, frutas con bajo índice glucémico, cereales integrales, lácteos descremados, granos enteros y otras fuentes de fibra dietaria.

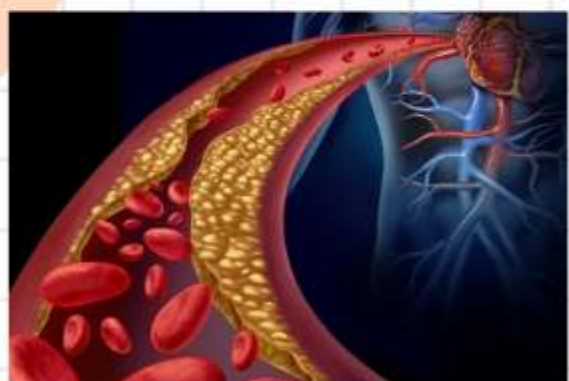


Se recomienda restringir el consumo de hidratos de carbono simples (como las que se encuentran en la miel, jaleas, dulces y bebidas azucaradas) y de productos ricos en sacarosa.



## DISLIPIDEMIAS

Regulada en la **NOM-037-SSA2-2012** tiene por objeto establecer los procedimientos y medidas necesarias para la prevención, tratamiento y control de las dislipidemias, a fin de proteger a la población de este importante factor de riesgo de enfermedad cardiovascular, cerebrovascular y vascular periférica, además de brindar una adecuada atención médica.



Las recomendaciones nutricionales para evitar el desarrollo de dislipidemias son: el consumo calórico adecuado, moderación en el consumo de alimentos de origen animal, colesterol, grasas saturadas, sodio y azúcares simples e incrementar la actividad física.

Las dislipidemias deben prevenirse mediante la recomendación de una alimentación correcta y actividad física adecuada. A excepción de las de origen genético o primarias.

## SOBREPESO Y LA OBESIDAD

Regulada en la **NOM-008-SSA3-2010**

Obesidad, a la enfermedad caracterizada por el exceso de tejido adiposo en el organismo, la cual se determina cuando en las personas adultas existe un IMC igual o mayor a  $30 \text{ kg/m}^2$  y en las personas adultas de estatura baja igual o mayor a  $25 \text{ kg/m}^2$ .



Sobrepeso, al estado caracterizado por la existencia de un IMC igual o mayor a  $25 \text{ kg/m}^2$  y menor a  $29.9 \text{ kg/m}^2$  y en las personas adultas de estatura baja, igual o mayor a  $23 \text{ kg/m}^2$  y menor a  $25 \text{ kg/m}^2$ .

**El tratamiento nutricio que implica:**

- **Valoración nutricia:** evaluación del estado nutricio mediante indicadores clínicos, dietéticos, antropométricos, bioquímicos y de estilo de vida.
- **Plan de cuidado nutricio:** elaboración del plan alimentario, orientación alimentaria, asesoría nutricional y recomendaciones para el acondicionamiento físico y para los hábitos alimentarios.
- **Control:** seguimiento de la evaluación, conducta alimentaria y reforzamiento de acciones.
- **Pronóstico.**
- **La dieta deberá ser individualizada**, atendiendo a las circunstancias específicas de cada paciente, en términos de los criterios mencionados en esta norma.
- **Referir al paciente a tratamiento médico o psicológico**, cuando el caso lo requiera.



## **Bibliografía**

Universidad del sureste. *Antología de legislación en nutrición*. (Unidad 2).  
Recuperado el 16 de junio del 2024

